



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO FUNDAMENTOS DA  
EDUCAÇÃO: PRÁTICAS PEDAGÓGICAS  
INTERDISCIPLINARES**

**SANDRA MARIA DANTAS SANTOS**

**SÍNDROME DE BURNOUT:  
UM DESAFIO PARA O EDUCADOR**

CUITÉ-PB  
2014

**SANDRA MARIA DANTAS SANTOS**

**SÍNDROME DE BURNOUT:  
UM DESAFIO PARA O EDUCADOR**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização Fundamentos da Educação: Práticas Pedagógicas Interdisciplinares da Universidade Estadual da Paraíba, em convênio com a Secretaria de Estado da Educação-SEE/PB, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de especialista.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Maria Divanira Arcoverde

CUITÉ-PB  
2014

É expressamente proibida 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 da dissertação.

S237s Santos, Sandra Maria Dantas  
Síndrome de Burnout um desafio para o educador  
[manuscrito] / Sandra Maria Dantas Santos. - 2014.  
33 p. : il. color.

Digitado.

Monografia (Especialização em Fundamentos da Educação: Práticas Pedagógicas Interdisciplinares) - Universidade Estadual da Paraíba, Pró-Reitoria de Ensino Médio, Técnico e Educação à Distância, 2014.

"Orientação: Prof<sup>a</sup>. Maria Divanira de Lima Arcoverde, Departamento de letras".

1. Síndrome de Burnout. 2. Professor. 3. Saúde. I. Título.  
21. ed. CDD 370

**SANDRA MARIA DANTAS SANTOS**

**SÍNDROME DE BURNOUT: UM DESAFIO PARA O EDUCADOR**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Fundamentos da Educação: Práticas Pedagógicas Interdisciplinares, da Universidade Estadual da Paraíba, em convênio com a Secretaria de Estado da Educação-SEE/PB, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de especialista.

Aprovada em, 19 de julho de 2014

Prof<sup>a</sup> Me. Maria Divanira de Lima Arcoverde

Prof<sup>a</sup> Me. Maria Divanira de Lima Arcoverde  
Orientadora

Prof<sup>a</sup> Me. Cléa Gurjão Carneiro

Prof<sup>a</sup> Me. Cléa Gurjão Carneiro  
Examinadora

Prof<sup>a</sup> Esp. Elza Maria Rolim Wanderley Monteiro de Araújo

Prof<sup>a</sup> Esp. Elza Maria Rolim Wanderley Monteiro de Araújo  
Examinadora

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, não somente por mais essa conquista. Mas, sim te agradeço oh Deus por estares comigo em todas as situações e pelo teu grande amor.

A minha amiga e companheira de trabalho **Sânzia Viviane F. Farias** que me ajudou e incentivou em muito colaborando na realização desta pesquisa.

A minha filha **Zhrafhia Rosemond Dantas Santos** que não deixou em nenhum momento eu desistir.

Aos meus colegas de trabalho, pelo apoio e incentivo durante todo o curso.

Agradeço a minha amada família, principalmente a minha mãe, meus filhos e netinhos.

## RESUMO

Lecionar é uma tarefa de modo geral muito estressante, com consequências claras na saúde e no desempenho profissional dos educadores. Este trabalho busca, a partir da literatura, apresentar a Síndrome de Burnout sob a perspectiva social-psicológica de vários estudiosos na área. Devido à complexidade do trabalho docente nas últimas décadas, o cotidiano destes profissionais tem sofrido forte impacto a partir de vários fatores, tais como: a precarização estrutural das instituições de ensino, a defasagem salarial, a violência presente nas escolas, à dificuldade em interagir com as novas tecnologias da informação o acúmulo e a obrigação de cumprir tarefas sobrecarregando o profissional. Diante disso muitas vezes o professor se sente esgotado e pensa até mesmo em desistir da profissão. Contudo esse esgotamento não deve ser observado como um problema isolado, mas deve sim, ser vista e refletida coletivamente buscando amenizar ou até mesmo acabar com o sofrimento do profissional com síndrome de burnout.

Este trabalho busca investigar e apresentar o (des) conhecimento dos professores sobre a Síndrome de Burnout, buscando evidenciar as suas causas sintomas e consequências no meio de vida dos profissionais em educação. Deste modo, contribuir em um esclarecimento melhor sobre a Síndrome, pois a nosso ver, quanto maior o número de indivíduos conhecedores do tema, maior também a possibilidade de se evitar o desgaste profissional com isso melhorar o processo ensino aprendizagem.

Palavra chave: Síndrome de Burnout, Professor, Saúde.

## ABSTRACT

teaching is a task generally very stressful, with clear consequences on health and performance of professional educators. This job search, from the literature, presenting the Burnout Syndrome social-psychological perspective of several scholars in the field. Due to the complexity of teaching work in recent decades, the daily life of these professionals have suffered a strong impact from several factors, such as: the structural precarization of educational institutions, the wage gap, the violence present in schools, the difficulty in interacting with the new information technologies the accumulation and the obligation to fulfill tasks overloading the professional. Given that many times the teacher feels exhausted and even to give up the profession. However this breakdown should not be seen as an isolated problem, but should be seen and reflected collectively seeking ease or even end the suffering of the professional co. ..

Keyword: Burnout Syndrome, Professor, health.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO .....	10
SÍNDROME DE BURNOUT.....	11
BURNOUT E PROFESSORES .....	14
4 METODOLOGIA .....	17
3.1 DESCRIÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA.....	17
3.2 A PESQUISA .....	18
3.2.1 AMOSTRAS OU PARTICIPANTES DA PESQUISA .....	18
3.2.2 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS .....	18
3.2.3 TRATAMENTO DOS DADOS .....	19
4 RESULTADOS .....	20
APÊNDICE.....	23
5 ANÁLISE DO APÊNDICE APLICADO AOS PROFESSORES.....	28
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	30
7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	31



## INTRODUÇÃO

As crescentes transformações que ocorrem no mundo do educando exercem forte influência sobre a saúde dos educadores devido à alta exigência de trabalho, tais como tarefa extraclasse, reuniões e atividades adicionais, problemas com alunos que chegam até ameaças verbais e físicas. Esta realidade estressante pode causar repercussões na saúde física e mental e no desempenho profissional dos professores, levando ao aparecimento da síndrome de Burnout.

A síndrome de burnout, ou síndrome do esgotamento profissional, é um distúrbio psíquico. Sua principal característica é o estado de tensão emocional e estresse crônico. A síndrome se manifesta especialmente em pessoas cuja profissão exige envolvimento interpessoal direto e intenso. Burnout em professores afeta o ambiente educacional e interfere na obtenção dos objetivos pedagógicos, levando estes profissionais a um processo de alienação, desumanização e apatia e ocasionando problemas de saúde e absenteísmo e intenção de abandonar a profissão.

A dedicação exagerada à atividade profissional é uma característica marcante de Burnout, mas não a única. O desejo de ser o melhor e sempre demonstrar alto grau de desempenho é outra fase importante da síndrome: o portador de Burnout mede a auto-estima pela capacidade de realização e sucesso profissional. O que tem início com satisfação e prazer termina quando esse desempenho não é reconhecido

Diante do exposto, o presente trabalho tem como objetivo identificar as causas e efeitos da síndrome de Burnout com os professores da Escola Estadual Orlando Venâncio dos Santos em Cuité/PB.

A ideia de pesquisar essa síndrome e essa relação com o trabalho do educador surgiu devido às lamentações, cansaços e fadigas dos educadores em meio ao acúmulo e a jornada de trabalho estressante, além da insatisfação atribuída em grande parte ao desinteresse, a agressividade e a indisciplina dos alunos.

Esta pesquisa nos proporcionará uma melhor compreensão sobre o tema que atualmente está em evidência na área de educação em função de estarem diretamente ligadas às relações humanas que exige do trabalhador mais profissionalismo e afetividade.

## SÍNDROME DE BURNOUT

O termo burnout vem do inglês burn ( queima) e out ( para fora, até o fim). O estudo sistemático de burnout teve inicio da década de 1970, pelo psicanalista Herbert Freudenberger, 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 burnouts'. (...). Em 1974 Freudenberger publicou um artigo numa Revista de Psicologia, e utilizou a palavra burnout' pela primeira vez.

Burnout é um incêndio interno um esgotamento dos recursos físicos e mentais é esgotar-se para atingir uma meta irrealizável imposta pelo próprio individuo ou pela sociedade. (FREUDENBERGER, RICHELSON 1987)

A Síndrome de Burnout costuma obedecer a seguinte sintomatologia:

Esgotamento com diminuição e perda de recursos emocionais despersonalização que consiste no desenvolvimento de atitudes negativas, de insensibilidade ou de cinismo para com outras pessoas no trabalho ou no serviço prestado. Sintomas físicos de estresse, tais como cansaço e mal estar geral. Manifestações emocionais do tipo: falta de realização pessoal, tendência a avaliar o próprio trabalho de forma negativa, sentimentos de vazio, esgotamento, fracasso, impotência, baixa autoestima, frequente irritabilidade, inquietude, dificuldade para a concentração. Manifestações físicas: Como qualquer tipo de estresse, a Síndrome de Burnout pode resultar em transtornos psicossomáticos. Estes, normalmente referem-se à fadiga crônica, frequentes dores de cabeça, problemas com o sono ulceram digestivas, hipertensão arterial e outras desordens gastrintestinais, perda de peso, dores musculares e de coluna, alergias, etc. Manifestações comportamentais: consumo aumentado de café, álcool, fármacos e drogas ilegais, absenteísmo, baixo rendimento pessoal, distanciamento afetivo dos alunos e companheiros como forma de proteção do ego, aborrecimento constante, atitude cínica, falta de paciência e irritabilidade, desorientação, incapacidade de concentração, sentimentos depressivos, frequentes conflitos interpessoais no ambiente de trabalho e dentro da própria família. Dependendo da predisposição orgânica do indivíduo, com síndrome de burnout pode causar desde transtornos psicológicos falta de vontade de fazer as coisas, ansiedade, etc. - até manifestações físicas mais sérias como úlceras, infarto, câncer e mesmo manifestações mentais como derivadas síndromes e tentativa de suicídio.

Considerada uma das líderes da pesquisa da Síndrome de Burnout no mundo. O Maslach Burnout Inventory - MBI tornou-se "o instrumento de pesquisa de Burnout" (MASLACH, JACKSON e LEITER, 1997).

A maior parte dos trabalhos publicados utiliza a definição de burnout proposta por Maslach (que consiste na tríade Exaustão, Despersonalização/Cinismo e baixa Realização Pessoal/Ineficácia). (TOPPINEN-TANNER et al., 2005; MOMMERSTEEG et al., 2006; MELAMED et al., 2006b; MOCH et al., 2003), especialmente a partir do ano 2000, o que tem possibilitado uma melhor investigação das relações entre burnout e os possíveis fatores de risco e consequências apontados pelos estudos transversais.

No Brasil, apesar do interesse científico crescente, ainda há poucas publicações sobre *burnout* (uma busca por artigos com *burnout* no título, publicados em português e indexados na base LILACS, encontrou 54 estudos desde 1987), a maior parte delas voltadas para a detecção de taxas de prevalência, principalmente entre profissionais de saúde e da educação. A quase totalidade dos trabalhos publicados utiliza o conceito de Maslach CARLOTTO; PALAZZO, p. 1017 – 1026 2006.

O Burnout já foi apontado de a Síndrome do Assistente Desassistido, pela reduzida consideração que se tem dado ao trabalhador de serviços de assistência, em relação às condições e suporte no trabalho, "(BENEVIDES, 2002, p.33). Outras denominações para referenciar a síndrome: estresse laboral para apontar a associação necessária ao mundo do trabalho, ou estresse assistencial, ou estresse profissional, ou estresse ocupacional, evidenciando maior incidência entre aqueles que se ocupam em cuidar de pessoas. Em estudos espanhóis foram encontradas as expressões: síndrome de queimar-se pelo trabalho ou desgaste profissional. No Brasil, neurose profissional, neurose de excelência ou síndrome do esgotamento profissional. O que confunde e, às vezes, dificulta um levantamento de pesquisa nesta área (BENEVIDES, 2001). Estas últimas denominações, para Chanlat (1994), são designadas pela movimentação excessiva de energia do indivíduo para enfrentar as constantes solicitações de seu ambiente profissional, que, às vezes, ultrapassa a capacidade atual física ou psíquica deste indivíduo, levando-o a uma desorganização persistente da personalidade com conseqüente instalação de uma patologia relacionada ao trabalho.

Definiram burnout como "um estado de exaustão física, emocional e mental causado por um envolvimento de longo prazo em situações de alta demanda" (PINES; ARONSON, 1981; SCHAUFELI et al., 2001).

A síndrome resultante consistiria em sentimentos de desamparo, desesperança, de estar preso numa armadilha, pouco entusiasmo, irritabilidade, além do cansaço físico e emocional e de baixa autoestima (PINES; ARONSON, 1981; SHIROM, 2003). Seu referencial teórico vem da perspectiva existencial. De acordo com esta visão, a raiz do problema estaria na necessidade das pessoas de

atribuir um significado para suas vidas como uma forma de diminuir a angústia provocada pela consciência da morte; assim, elas atribuem também, ao trabalho, um sentido especial, levando à sua idealização. Então, quando percebem que seu trabalho não é mais capaz de preencher tais expectativas, advêm sentimentos de fracasso, tristeza e, eventualmente, o burnout (PINES; KEINAN, p. 625-635, 2005).

## BURNOUT E PROFESSORES

O magistério, profissão com um número bastante elevado de mulheres, aos poucos vem se abrindo para a entrada dos homens, principalmente nos níveis de ensino médio (Codo & Gazzotti, 1999). Investigação realizada por Moura (1997) com professores revela, no entanto, que as mulheres são grupo majoritário e possuem pior situação quanto à remuneração, titulação e localização hierárquica no sistema escolar, quando comparadas aos seus colegas do sexo masculino. Na relação entre gênero e Burnout, Farber (1991) diz que estudos têm mostrado serem professores do gênero masculino mais vulnerável ao Burnout que os do gênero feminino, levantando a suposição de que as mulheres são mais flexíveis e mais abertas para lidar com as várias pressões presentes na profissão de ensino. Burke e Cols. (1996) confirmam este resultado através de estudo realizado, ou seja, professores do sexo masculino possuíam pontuações mais altas em despersonalização, porém não foi encontrado o mesmo resultado para exaustão emocional. Burke e Greenglass (1989) também encontraram altas pontuações em despersonalização em professores homens, identificando nível global de Burnout maior em homens do que em mulheres. Ao analisarem este aspecto do ponto de vista do suporte social recebido por um e por outro grupo, concluíram que mulheres possuem maior rede de suporte social afetivo.

De acordo com Kelchtermans (1999):

O professor possui atualmente menos tempo para executar o trabalho, menos tempo para atualização profissional, lazer, convívio social e reduzidas oportunidades de trabalho criativo. KELCHTERMANS, G. (1999).

Apple (1995) e Borsoi (1995) pontuam que os problemas referentes ao trabalho enfrentados pelas mulheres não são os mesmos enfrentados pelo trabalhador do sexo masculino. Os riscos relacionados ao trabalho são diferentes para homens e mulheres (Moreno 1999). Ao ingressar no mercado de trabalho a mulher passou a desenvolver uma dupla jornada, a profissional e a doméstica. Em nossa sociedade, as mulheres têm uma relação dupla com o trabalho assalariado.

A escola e o professor cumprem papel relevante na socialização do indivíduo. O bom desempenho das atividades docentes depende das suas condições emocionais favoráveis, sendo que o professor, no seu papel de educador, é para seus alunos uma referência, um exemplo nas suas atitudes, no seu caráter, na maneira de tratar o próximo. Lecionar é uma tarefa complexa que exige deste profissional muita dedicação e desprendimento.

Segundo Carlotto (2002b)

No trabalho docente alguns estressores são típicos da natureza da função e outros são ocasionados pelo contexto onde o mesmo se realiza. Esses estressores psicossociais, se persistentes, podem levar à Síndrome de *Burnout*. Essa síndrome é considerada como uma resposta emocional a situações de estresse crônico em função de relações intensas em situações de trabalho com outras pessoas. Carlotto (2002b)

Segundo Maslach e Jackson (1981):

Constitui-se de três dimensões conceitualmente distintas, mas empiricamente relacionadas: exaustão emocional, despersonalização e falta de realização profissional. Maslach e Jackson (1981).

O professor, neste processo, se depara com a necessidade de desempenhar vários papéis, muitas vezes contraditórios, que lhe exigem manter o equilíbrio em várias situações.

Para (Merazzi, 1983):

Algumas vezes é proposto que o professor atenda aos seus alunos individualmente e em outras ele tem que lidar com as políticas educacionais para as quais as necessidades sociais o direcionam, tornando professor e alunos submissos, a serviço das necessidades políticas e econômicas do momento (Merazzi, 1983).

De acordo com Perrenound (1993):

A profissão docente uma “profissão impossível”, na medida em que está sempre entre aquelas que trabalham com pessoas. Por esta razão, o sucesso do empreendimento educativo nunca estará assegurado, pois em tais profissões sempre há mudanças, ambiguidades, conflitos, opacidades e mecanismos de defesa. Perrenound (1993).

Em geral, os professores sentem-se emocional e fisicamente exaustos, estão frequentemente irritados, ansiosos, com raiva ou tristes. Nos aspectos profissionais, o professor pode apresentar prejuízos em seu planejamento de aula, tornando-se este menos frequente e cuidadoso. Apresenta perda de entusiasmo e criatividade, sentindo menos simpatia pelos alunos e menos otimismo quanto à avaliação de seu futuro. Pode também sentir-se facilmente frustrado pelos problemas ocorridos em sala de aula ou pela falta de progresso de seus alunos, desenvolvendo um grande distanciamento com relação a estes.

Para Friedman (1991):

No que tange às variáveis profissionais, estudo realizado identificou que, quanto maior a experiência profissional do professor, menores eram os níveis do burnout. Friedman (1991)

Mais significativo que os anos de prática de ensino são o nível de ensino em que o professor atua. Professores de ensino fundamental e médio apresentavam mais atitudes negativas em relação aos alunos e menor frequência de sentimentos de desenvolvimento profissional do que os professores do ensino infantil.

Segundo Kuenzer (2004).

O trabalho do professor se objetiva na tensão entre o trabalho em geral (qualificador, transformador, prazeroso) e o trabalho capitalista (mercadoria comprada para valorização do capital), tensão acentuada pela natureza não material desse trabalho, ou seja, não há separação entre produto e produtor. Kuenzer (2004).

Esse caráter do trabalho docente permite tanto reafirmar o espaço da consciência e da subjetividade e, portanto, o poder do trabalhador, quanto cada vez mais diminuir o espaço de intervenção do trabalhador, com a crescente mercantilização dos serviços educacionais e flexibilização das relações de trabalho.

Sala de aula lotada, barulho dentro e fora da escola, desrespeito dos alunos, acúmulo de turmas em vários colégios, excesso de pressão dos gestores. Tudo isto pode causar bem mais do que frustração e desânimo ao receber o contracheque no final do mês. A falta de infraestrutura e de condições de trabalho é considerada uma das principais causas doenças que afetam o magistério. São males que atingem o corpo e a mente e retiram, a cada ano, milhares de profissionais das escolas.

Para (Martín-Baró, 1998).

Trabalhar não é só aplicar uma série de conhecimentos e habilidades para atingir a satisfação das próprias necessidades; trabalhar é fundamentalmente fazer-se a si mesmo transformando a realidade (Martín-Baró, 1998).

Partindo da concepção de que o homem é um ser social historicamente determinado, que se descobre, se transforma e é transformado pela via do trabalho, é que acreditamos ser de fundamental importância para a qualificação desta construção social, entender os fenômenos psicossociais que envolvem o trabalho humano. Burnout, não há dúvida, é um destes fenômenos.

## 4 METODOLOGIA

### 3.1 DESCRIÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA

A Escola Estadual de Ensino Médio Orlando Venâncio dos Santos foi criada através de um decreto nº 5125 de 09/10/1970 a partir de uma necessidade de atender uma demanda populacional urbana em expansão. Até a década de 1970, havia na cidade apenas uma Escola Estadual de 1ª a 4ª série: A continuidade dos estudos era realizada em escolas particulares. Em 1970, foi fundada pelo então governador João Agripino Filho, o Ginásio Estadual de Cuité, sob a lei 5.125 de 9 de outubro de 1970 e publicada no diário oficial da Paraíba em 13 de outubro de 1970, passando a funcionar no prédio do Instituto América, doado pelo diretor, para esse fim. As atividades escolares tiveram início em março de 1971 oferecendo as 4 séries do antigo Ginásio. Seu diretor fundador foi o advogado Roosevelt Vita, seguido de outros diretores. A secretária geral fundadora foi Maria José Dantas que administrou de 1970 a 2000. Em 1977 o governador Ivan Bichara, cria o Ensino de Segundo Grau. Através da lei 5.692/71 de 11 de agosto de 1971 a escola passa a ser denominada de Escola de 1º e 2º graus de Cuité. No ano de 1997 em homenagem ao diretor do antigo Instituto América de Cuité, passa a denominar-se de Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Orlando Venâncio dos Santos, conforme a lei nº6. 542 de 10 de outubro de 1997. Em oito de Julho de 1997 a escola passa a integrar o projeto CEPES (Centro Paraibano de Educação Solidária), Programa do Governo Estadual. Por um período de quatorze anos a direção da escola foi exercida por Lucia de Fátima Sena Araújo, auxiliada pelos professores Massilon Gregório de Souza e Norma Lucia Gomes Fernandes, destes, quatro anos foram escolhidos de forma democrática através do processo eletivo, tendo como secretária Perpétua Ferreira da Silva. No ano de 2012 a Escola foi reordenada passando a oferecer exclusivamente o ensino médio e implantado o Ensino Médio Inovador. Atualmente, a direção é formada por Maria do Socorro Souza Alves, Sandra Maria Dantas e Jailda Farias Santos Azevedo e a secretária Edilene Santos.

A escola possui uma área territorial de 7.105m<sup>2</sup>, com três pavilhões. No primeiro pavilhão dispõem de 01 sala para a direção, 02 para a secretaria; 01 para os professores, 01 para a Coordenação Pedagógica, 05 salas de aula 01 sala para Educação Especial e 01 laboratório Digital para professores. Ainda nesse pavilhão existem 08 banheiros, para professores, funcionários e pessoas com



necessidades especiais. e o almoxarifado. No segundo pavilhão possui 01 laboratório de informática para os alunos, 01 sala multimídia, 06 salas de aula e 06 banheiros e 02 bebedouros com cinco torneiras (central de água). No terceiro pavilhão existe 01 Biblioteca, 01 laboratório de Ciências, 01 aérea coberta para refeição, 01 almoxarifado, 01 cozinha/despensa, 02 bebedouros com cinco torneiras (central de água), 01 pátio livre e 02 corredores.

A instituição oferece à comunidade o Ensino Médio Inovador em tempo integral, o Ensino Médio Regular Noturno e o Ensino Médio de Educação de Jovens e Adultos, com turmas de 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> séries. Neste ano de 2014, a escola possui 25 turmas, atingindo um total de 967 alunos matriculados nos dois turnos.

### **3.2 A PESQUISA**

As atividades de pesquisa tiveram início no mês de Dezembro de 2013, onde inicialmente fizemos uma pesquisa bibliografia que resultaram em várias leituras de capítulos de livros, jornais e artigos de revistas especializadas sobre o assunto. Vencida essa primeira etapa, trabalhamos na elaboração dos instrumentos de coleta de dados utilizados na pesquisa. Este trabalho resultou na elaboração de questionários que foram aplicados aos professores que atuam na Escola Orlando Venâncio dos Santos, em Cuité. Os questionários foram aplicados no mês de dezembro de 2013 e as análises foram realizadas em Abril e Junho de 2014.

#### **3.2.1 AMOSTRAS OU PARTICIPANTES DA PESQUISA**

No presente trabalho, a amostra da pesquisa é constituída de 10 (dez) professores que atuam na Escola Orlando Venâncio dos Santos, nas mais variadas disciplinas

Com idades e tempos de serviços diversos.

#### **3.2.2 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS**

Utilizamos como instrumento de pesquisa um questionário contendo questões fechadas e de múltiplas escolhas (Apêndice A). Os questionários foram dirigidos aos professores cujas questões se prenderam com a identificação e a aquisição de informações acerca da síndrome de burnout.

### **3.2.3 TRATAMENTO DOS DADOS**

De posse dos dados coletados, analisamos todas as respostas de cada sujeito individualmente. Em seguida, fizemos gráficos para classificar cada tópico e com isso observar algumas características típicas da síndrome de Burnout.

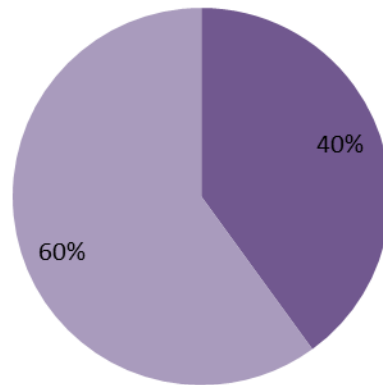
## 4 RESULTADOS

Como enfatizado na metodologia, elaboramos um questionário de informações pessoais contendo a ficha indenitária e a identificação acadêmica, além das questões referentes especificamente ao tema. A população estudada na pesquisa foi composta de 10 (dez) professores. Sendo 9 (nove) deles mulheres e 1 (um) homem. Os questionários foram entregues aos professores durante o horário de aulas e devolvidos diretamente ao pesquisador.



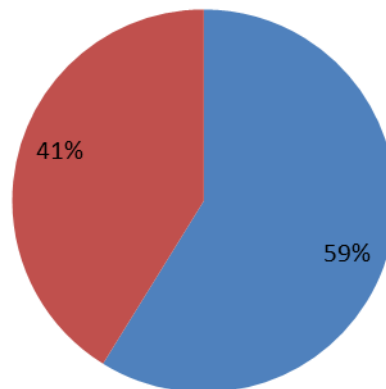
## Número de Escolas que Trabalham

■ 1 escola ■ 2 escolas



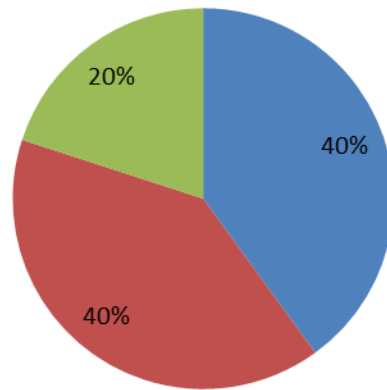
## Idade dos Professores

■ mais de vinte anos ■ mais de 50 anos



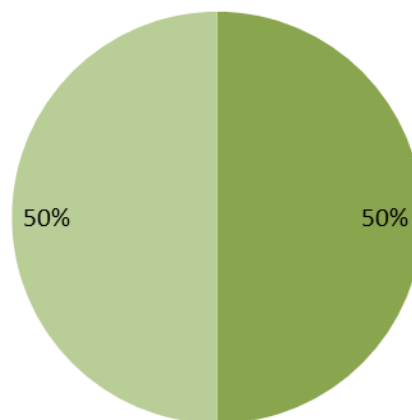
## Quantidade de Filhos

■ um filho ■ dois filhos ■ três filhos



## Tempo de Serviço

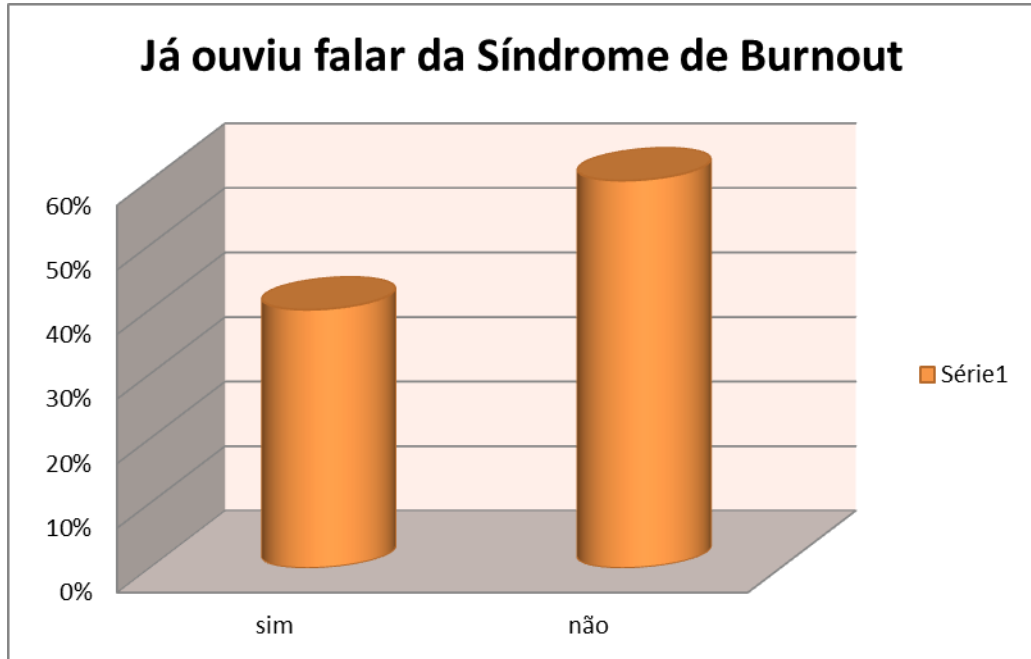
■ menos de 10 anos ■ mais de 10 anos



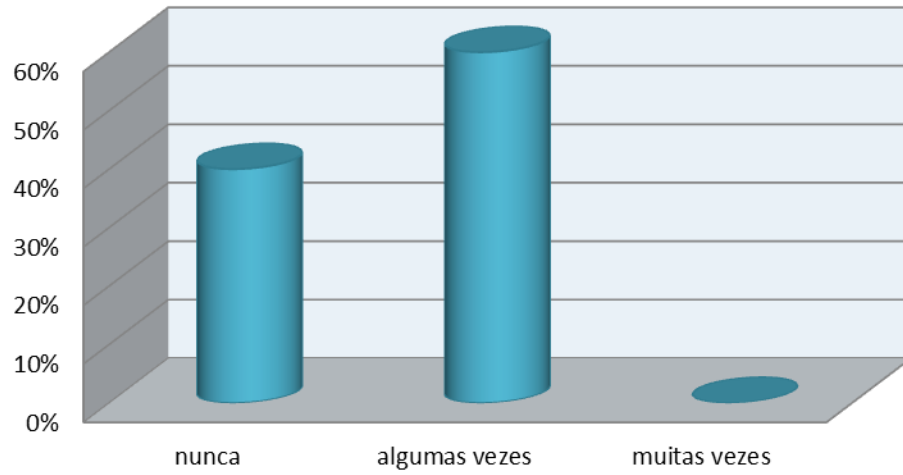
## APÊNDICE

1. Nome: \_\_\_\_\_
2. Sua idade \_\_\_\_\_
3. Quantas escolas trabalham? \_\_\_\_\_
4. Quanto tempo de serviço? \_\_\_\_\_
5. É casado (a): Sim ( ) não ( )
6. Têm filhos: Sim ( ) não ( )
7. Se têm, quantos? \_\_\_\_\_

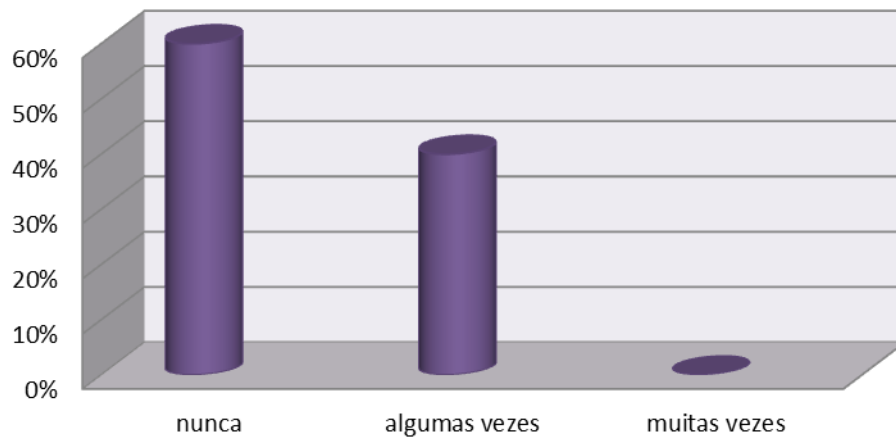
01. Já ouviu fala da síndrome de Burnout:  
a. ( ) sim ( ) não
02. Em algum momento sentiu sensação de cansaço ou esgotamento físico?  
a. ( ) muitas vezes ( ) nunca ( ) algumas vezes
03. Já se sentiu com baixa autoestima em relação a sua profissão:  
a. ( ) muitas vezes ( ) nunca ( ) algumas vezes
04. Em algum momento em sala de aula ou no trabalho sentiu sudorese e palpitações:  
a. ( ) muitas vezes ( ) nunca ( ) algumas vezes
05. Em algum momento sentiu lapso de memória:  
a. ( ) muitas vezes ( ) nunca ( ) algumas vezes
06. Já notou algum sintoma de agressividade, irritabilidade, ansiedade este ano:  
a. ( ) muitas vezes ( ) nunca ( ) algumas vezes
07. Sente-se com acúmulo de trabalho e pressionado a dar conta de muitas tarefas:  
a. ( ) muitas vezes ( ) nunca ( ) algumas vezes
08. Sente necessidade de uma mudança no seu modo de vida:  
a. ( ) muitas vezes ( ) nunca ( ) algumas vezes



### Já se sentiu com baixa estima em relação a profissão

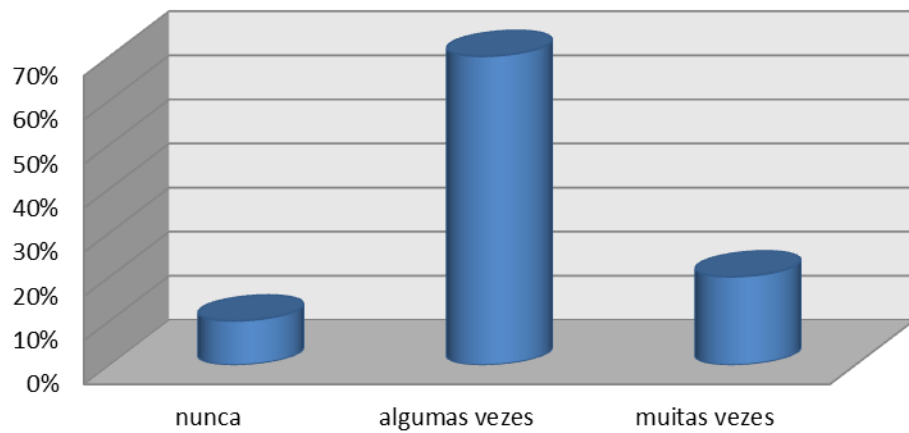


### Em algum momento em sala de aula ou no trabalho sentiu sudorese e palpitações

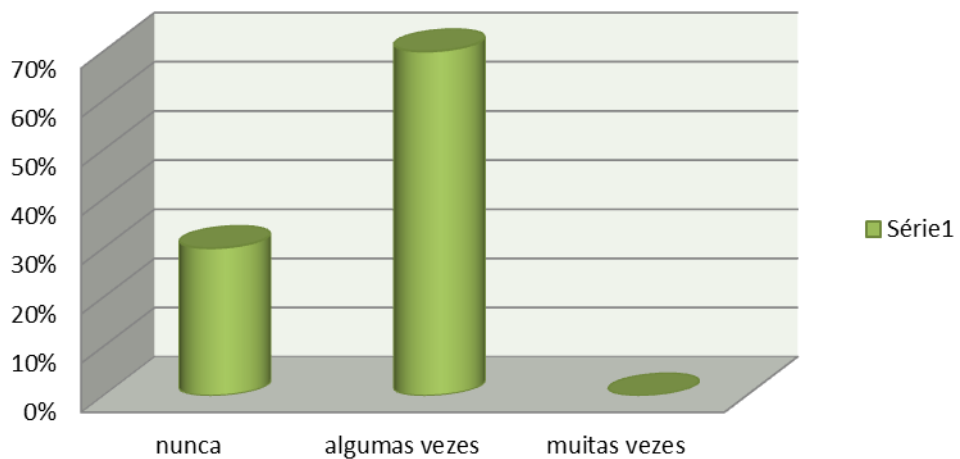




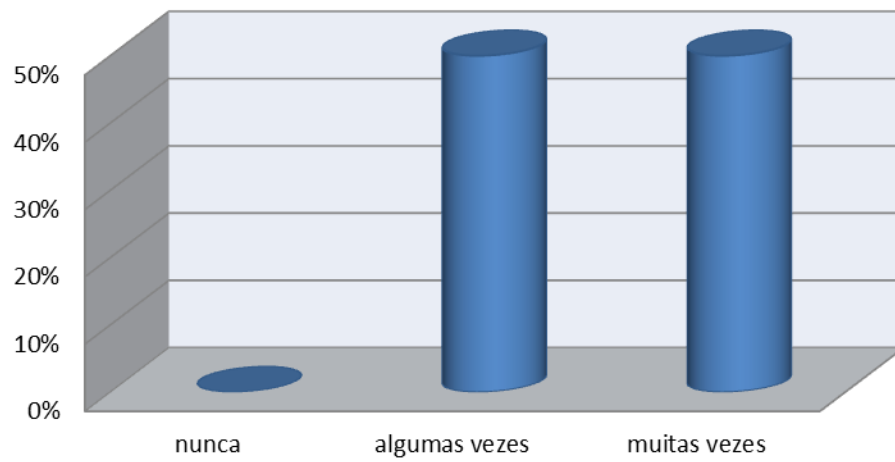
### Já notou algum sintoma de agressividade, irritabilidade, ansiedade este ano



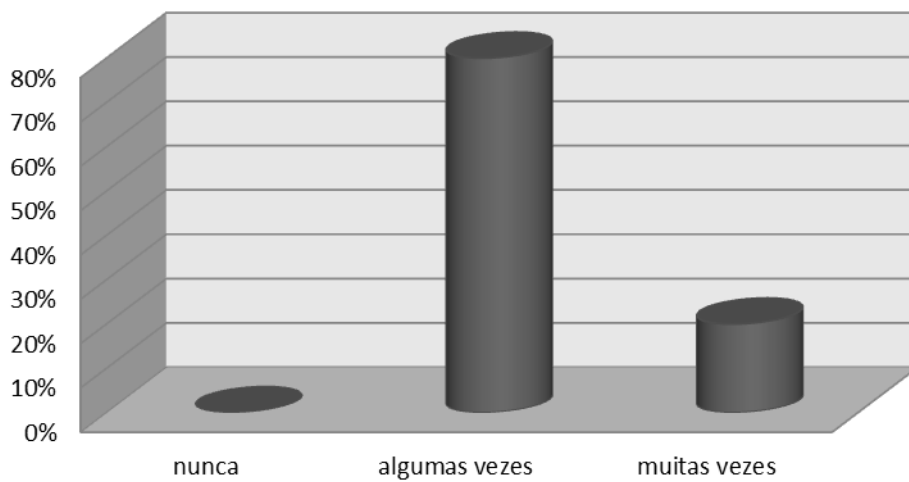
### Em algum momento sentiu lapso de memória



### Senti-se com acúmulo de trabalho e pressionado a dar conta de muitas tarefas



### Sente necessidade de uma mudança no seu modo de vida



## 5 ANÁLISE DO APÊNDICE APLICADO AOS PROFESSORES

A atividade realizada serviu de instrumentos para se atingir o objetivo proposto, que era ter o conhecimento sobre a Síndrome de Burnout entre os professores da rede estadual da escola Orlando Venâncio dos Santos. Portanto, nos limitaremos aqui, apenas, à análise dos relatos dos docentes. Ao perguntarmos aos professores sobre o tema citado, obtivemos os seguintes resultados:

Foi observado que dos entrevistados 60% nunca ouviu falar sobre a Síndrome e 40% destes tinha conhecimento limitado sobre o assunto. Analisando os sintomas, tais como sensação de cansaço, esgotamento físico, sudorese e palpitações. A irritabilidade, ansiedade, lapso de memória. Foi detectado sintomatologia da Síndrome de Burnout na maioria dos profissionais.

No universo dos professores entrevistados sessenta por cento (60%) deles são casados com diversidade na quantidade de filhos que vai de dois (2) a três (3) filhos. E quarenta por cento (40%) deles são solteiros. Apresentam uma faixa etária de idade entre vinte e quatro (24) e sessenta (60) anos. A grande maioria deles trabalha em duas escolas, dois turnos e com variação no tempo de serviço que vai de um (1) ano a trinta e dois (32) anos.

Não existe um consenso na literatura sobre a correlação ou não entre faixa etária e a Síndrome de Burnout. Entretanto, sabem-se que não é exclusivamente a idade que determina a propensão ou não à doença, fatores como tempo de experiência na profissão, o amadurecimento pessoal e personalidade afetam diretamente esta relação. Entretanto, Benevides-Pereira (2002) afirma que professores com idade até 30 anos apresentam maiores chances de desenvolver a doença, devido a pouca experiência profissional, insegurança ao desempenhar a função e o choque da realidade do trabalho. Quanto à jornada de trabalho enfrentada semanalmente, a literatura afirma que a sobrecarga laboral esta intimamente relacionada com o cansaço emocional. Os resultados do estudo mostram que os professores afetados pelo estresse trabalham entre 21 e 40 horas por semana, ou seja, trabalham em dois turnos e muitas vezes em duas escolas. Aparentemente, isto não representa uma sobrecarga de trabalho, entretanto, considerando as horas gastas para o planejamento de aulas de qualidade, confecção de provas e suas correções, e o tempo de hora atividade, horário destinado à realização de tais tarefas e atendimento aos pais e alunos que é insuficiente para a quantidade de tarefas a serem cumpridas. O professor acaba levando trabalho para suas horas de lazer, trabalhando durante o fim de semana e feriados. Além disso, o número de alunos em sala de aula esta cada vez maior, em menores espaços e os alunos mais indisciplinados, fatores que geram excesso de trabalho também (Benevides-Pereira, 2002; Elvira e Cabrera, 2004; Gasparini, Barreto & Assunção, 2005)

A experiência profissional, como já foi mencionada anteriormente, não é um fator determinante para o surgimento ou não de transtornos mentais nos

professores, em nosso estudo encontramos a maioria dos professores estressados. Onde muitos sentem necessidade de uma mudança no seu modo de vida para uma melhor qualidade de vida ou pelo menos já pensaram nesta ideia.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho possibilitou-nos um conhecimento e percepção inicial sobre algumas implicações que fazem presentes na carreira do magistério. Partindo da concepção de que o homem é um ser social historicamente determinado, que se descobre, se transforma e é transformado pela via do trabalho, é que acreditamos ser de fundamental importância para a qualificação desta construção social, entender os fenômenos psicossociais que envolvem o trabalho humano. Burnout, não há dúvida, é um deles.

Diante dos dados apresentados, percebe-se que ainda são insipientes os estudos encontrados na literatura favorecendo ao desconhecimento desta síndrome entre os trabalhadores. A síndrome de burnout tem início insidioso, vai se instalando lentamente, sem que a pessoa perceba. É também designada de mal-estar docente, o professor sabe que alguma coisa não vai bem, mas não sabe identificar o que é. É mal diagnosticado. A maioria das vezes é identificada como depressão por conter características semelhantes.

Torna-se de fundamental importância destacar a que a prevenção e a erradicação de burnout em professores não é uma tarefa solitária. Os educadores necessitam uns dos outros para vencer essa doença.

Pretendemos alertar aqueles que se identificarem com os sintomas desta síndrome, por nós apresentados.

Destacamos ao finalizar este trabalho, que a síndrome de burnout no ensino já ocorre há muitos anos entre os professores, mas seu reconhecimento como um problema sério, tem sido mais claro e divulgado nos últimos anos. Um aspecto que merece destaque é ter sido realizado apenas com profissionais da educação, haja vista que várias profissões trabalham diretamente com o público e estão sujeitas ao aparecimento da síndrome.

## 7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

APPLE, M. W. (1995). Trabalho docente e textos: Economia política das relações de classe e gênero em educação. Porto Alegre: Artes Médicas

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T (2002) Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. S.Paulo, Casa do Psicólogo.

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. (2002). Burnout: o processo de adoecer pelo trabalho. In:

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. (2001). A saúde mental de profissionais de saúde mental:

uma investigação da personalidade de psicólogos. EDUEM.

BORSOI, I. C. F. (1995). A saúde da mulher trabalhadora. Em W. CODO & J.J.C. Sampaio. (Orgs.) Sofrimento psíquico nas organizações – Saúde Mental e Trabalho (pp.115-126 ). Petrópolis: Vozes.

BURKE, R. J., Greenglass, E. R., & Schwarzer, R. ( 1996).Predicting teacher burnout over time: effects of workstress, social support and its consequences. Anxiety, stress and coping, 9 (3), 21-275.

BURKE, R. J., & GREENGLASS, E. R. (1989). Psychological burnout among men and women in teaching: an examination of Cherniss model. Human Relations, 42 (3), 261-273.

CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. Cadernos de Saúde Pública, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, 2006.

CARLOTTO, M. S. (2002b). Síndrome de Burnout e o trabalho docente. Revista Psicologia em Estudo, 7(1), 21-29.

CODO, W., & GAZZOTTI, A. A. (1999). Trabalho e afetividade. Em W. Codo (Org.) Educação: carinho e trabalho (pp. 48- 59). Petrópolis: Vozes.

FABER, B. A. (1991). Crisis in education. Stress and burnout in the american teacher. São Francisco: Jossey-Bass Inc

- FREUDENBERGER, H. J.; RICHELSON, G. L'Épuisement professionnel: la brûlure interne. Tradução Marc Pelletier. Ottawa, ON: Gaëtan Morin, 1987.
- FRIEDMAN, I. A. (1991). High and low burnout schools: school culture aspects of teacher burnout. *Journal of Educational Research*, 84, 6, 325-333.
- KELGHTERMANS, G. (1999). Teaching career: Between burnout and fading away? Reflections from a narrative and biographical perspective
- KUENZER, A. Z. Sob a reestruturação produtiva, enfermeiros, professores e montadores de automóveis se encontram no sofrimento do trabalho. *Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro, v. 2, n. 1, p. 107-119, mar. 2004.
- MARTÍN-BARÓ, I. (1998). *Psicología de la liberación*. Madrid: Trotta.
- MASLACH, C.; JACKSON e LEITE, MP (1997). *The Truth About Burnout*: San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- MELAMED, S. et al. Burnout and risk of cardiovascular disease: evidence, possible 276 Rev. bras. Saúde ocup., São Paulo, 35 (122): 269-276, 2010 causal paths, and promising research directions. *Psychological Bulletin*, v. 132, n. 3, p. 327-353, 2006b.
- MERAZZI, C. (1983). Apprendre à vivre les conflits: une tâche de la formation des enseignants. *European Journal of Teacher Education*. 6, 2, 101-106.
- MOURA, E. P. G. (1997). *Saúde mental e trabalho. esgotamento profissional em professores da rede de ensino particular de Pelotas - RS. Dissertação de Mestrado. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.*
- MOMMERSTEEG, P. M. C. et al. A longitudinal study on cortisol and complaint reduction in burnout. *Psychoneuroendocrinology*, v. 31, p. 793-804, 2006.
- MOCH et al, longitudinal changes in pituitary-adrenal hormones im Sout African women with burnout. *Endocrine*,v21,n3,p. 267-272,2003.
- PERRENOUD, P. (1993). *Práticas pedagógicas, profissão docente e formação: perspectivas sociológicas*. Lisboa: D.Quixote.

PINES, A. M.; ARONSON, E. Burnout: from tedium to personal growth. New York: Free Press, 1981.

PINES, A. M.; KEINAN, G. Stress and burnout: the significant difference. *Personality and Individual Differences*, v. 39, n. 3, p. 625-635, 2005.

SCHAUFELI, W. B. et al. On the clinical validity of the Maslach burnout inventory and the burnout measure. *Psychology & Health*, v. 16, p. 565-582, 2001.

SHIROM, A. Burnout in work organizations. In:  
SILVEIRA, N. M. et al. Avaliação de *burnout* em uma amostra de policiais civis. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v. 27, n. 2, p. 159-163, 2005

TOPPINEN-TANNER, S. et al. Burnout as a predictor of medically certified sick-leave absences and their diagnosed causes. *Behavioral Medicine*, v. 31, n. 1, p. 18-27, 2005.

TUCUNDUVA, L. T. C. M. et al. A síndrome da estafa profissional em médicos cancerologistas brasileiros. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 52, n. 2, p. 108-112, 2006