

SÍNDROME DE BURNOUT: UM ESTUDO QUALITATIVO SOBRE A SAÚDE DOCENTE

Manoel Carlito de Paulo¹

RESUMO

Muito se debate hoje em dia, que a contribuição docente seja relevante para com os almejos do indivíduo em sua vida pessoal, profissional, acadêmico e social. Estes indivíduos dedicam parte de suas vidas nos estudos, estágios, formação e dedicação às relações ocupacionais. Uma das principais queixas e afastamentos de professores da sala de aula é a Síndrome de Burnout, uma doença e um agravante que afeta o profissional e acarreta diversos conflitos, que interfere na vida pessoal, profissional, social e familiar desse indivíduo, podendo levá-lo a graves problemas de saúde físicos e mentais, inclusive à morte. A presente pesquisa configura-se como bibliográfica foi determinada por pesquisa bibliográfica. No entanto para utilizar-se destes dados já abordados por outros autores, foi feita uma minuciosa pesquisa nas plataformas digitais tais como: Scielo, google acadêmico, pepsico, essa busca permitiu o encontro do material necessário a realização do trabalho. Mediante a proposta deste trabalho, os achados na literatura levaram a abordagens sobre a Síndrome de Burnout e os principais fatores que levam os professores a desistir da profissão. Um levantamento preciso sobre os trabalhos em burnout torna-se tarefa árdua, devido às muitas denominações que diferentes autores vem adotando para o mesmo fenômeno. Com isso aumenta-se cada dia mais a preocupação com os danos que o trabalho pode causar para saúde do indivíduo, dentre eles pode ser citado o estresse.

Palavras-chave: Burnout, Profissional docente, Pesquisa bibliográfica.

¹ Graduando do Curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA, paulocarlito466@gmail.com;

INTRODUÇÃO

Muito se debate hoje em dia, que a contribuição profissional docente seja relevante para com os almejos do indivíduo em sua vida pessoal, profissional, acadêmico e social. Estes indivíduos dedicam parte de suas vidas nos estudos, estágios, formação e dedicação às relações ocupacionais.

No entanto a educação vem sofrendo mudanças significativas diante daquilo que possa ser considerado como educação. Todos estes paradigmas podem ser verificados à proporção em que a profissão docente vem sendo desvalorizada. Concomitante estes motivos contribuem ao descontentamento, abandono por parte dos professores e isso acaba se tornando motivo para procura de outras profissões.

Uma das razões que contribuem para estes fatores é o progressivo aumento das doenças relacionadas ao trabalho, que podem estar relacionados, entre muitos aspectos, ao constante excesso de trabalho e a alta exigência ao trabalhador na execução de suas tarefas (Silva 2013).

Consoante Zanelli (2010), há diversos fatores que colocam o trabalhador em situação de vulnerabilidade, por exemplo, a sobrecarga de trabalho, metas que não são atingidas, condições insalubres de trabalho, falta de reconhecimento ou mesmo a inexistência dele, grade exigência na elaboração de suas obrigações diárias, conflitos entre colegas e/ou medo de perder seu trabalho.

Segundo Gouvêa et al. (2014) Há diversos agentes estressores que podem ser desde elementos físicos, cognitivos ou emocionais, para a percepção do desgaste que pode ser definida como grande exigência muito além dos seus limites de resistência. Para Silva (2006) Nos últimos anos, houve um significativo aumento de insatisfação da profissão entre professores.

O evidenciado estresse dos professores é objeto de estudo que vem sendo observado em vários países (LAPO; BUENO, 2003) e por isso nos últimos anos muitos autores discorrem sobre o tema. Diversas pesquisas mostram diferentes formas de abandono da profissão docente, tendo a síndrome de burnout como a principal causa de afastamento de professores em vários níveis de ensino.

No mesmo trabalho (LAPO; BUENO, 2003) ressalva que o abandono de trabalho, não significa apenas simples renúncia ou desistência de algo, mas um processo para o qual

concorrem insatisfações, fadigas, descuidos e desprezos; significa o cancelamento das obrigações assumidas com a instituição escolar, através de pedido de exoneração do cargo ou, de maneira mais abrangente, o cancelamento das obrigações profissionais, quando deixa de ser professor.

Uma das principais queixas e afastamentos de professores da sala de aula é a Síndrome de Burnout, uma doença e um agravante que afeta o profissional e acarreta diversos conflitos, que interfere na vida pessoal, profissional, social e familiar desse indivíduo, podendo levá-lo a graves problemas de saúde físicos e mentais, inclusive à morte. Vale ressaltar que se refere a um problema inerente ao trabalho e não do trabalhador em si, ou seja, a principal questão desta síndrome é o mal que o ambiente de trabalho ocasiona ao indivíduo que nele atua.

O objetivo deste trabalho foi revisar os conceitos encontrados na literatura sobre a Síndrome de Burnout na profissão docente, enfatizando-se o processo de adoecimento e alguns motivos que levam estes profissionais ao abandono da profissão docente.

SINDROME DE BURNOUT E O TRABALHO DOCENTE

A definição mais aceita do burnout atualmente é a fundamentada por Christina Maslach e colaboradores, na qual a autora constituiu em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho.

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001, p.398 - 422) assim definem as três dimensões da síndrome:

Exaustão emocional, que é caracterizada por uma falta ou carência de energia, entusiasmo e um sentimento de esgotamento de recursos; despersonalização, que se caracteriza por tratar os clientes, colegas e a organização como objetos; e diminuição da realização pessoal no trabalho, neste outro fator a forte tendência do trabalhador é se auto-avaliar de forma negativa. Essas auto-avaliações negativas fazem com que as pessoas sintam - se infelizes consigo próprias e insatisfeitas com seu desenvolvimento profissional.

Em um trabalho elaborado por Carlotto (2002) a autora sugere que a síndrome de burnout ocorre devido a uma tensão crônica que é originada por uma vasta exposição a sintomas estressantes de maneira que esta interação resultaria em uma baixa percepção do reconhecimento profissional por parte da escola como um todo.

De acordo com o que foi proposto por Cherniss (citado em Roazzi, Carvalho, & Guimarães, 2000) *burnout* é uma tentativa de adaptação que pode resultar em efeitos negativos tanto para a própria pessoa quanto para o local onde atua profissionalmente.

Para Santos e Lima Filho (2015, p. 5) A atenção particularizada dada ao papel do professor ao outro, delimita como diferencial entre fazer ou não sua obrigação. O professor é o profissional que atua diretamente com pessoas, e a qual é considerada como geradora de tensão.

Cabe ressaltar que o profissional acometido pela síndrome de burnout não pode ser confundido como alguém com estresse, pois esta síndrome é mais perigosa à saúde do profissional. Quando estressado, o indivíduo consegue buscar saídas para o momento estressante por meio de estratégias das quais se utiliza, o que não acontece no burnout, pois o indivíduo ao retornar ao trabalho os problemas voltam novamente (ROCHA, 2005 citado em SILVA, 2010).

METODOLOGIA

A presente pesquisa configura-se como bibliográfica foi determinada por pesquisa bibliográfica, que concordante a Severino (2007) “...é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc. Utiliza-se de dados ou de categorias teóricas já trabalhados por outros pesquisadores e devidamente registrados” (p.122).

No entanto para utilizar-se destes dados já abordados por outros autores, foi feita uma minuciosa pesquisa nas plataformas digitais tais como: Scielo, google acadêmico, pepsico, Sciepub, essa busca permitiu o encontro do material necessário a realização do trabalho.

Para tanto, em seu ponto de vista histórico, social e dinâmico, a discussão deve ser entendida e privilegiada. Assim sendo, a elaboração do presente trabalho, ou seja, suas bases teórico-metodológicas levam na direção da pesquisa qualitativa (BOGDAN e BIKLEN, 1994).

De acordo os autores acima, a pesquisa qualitativa permite que os dados obtidos possam ter relevância do ponto de vista descritivo. Os autores consideram que a investigação na pesquisa qualitativa está diante a perspectiva teórica.

Minayo (1999) ressalva que a pesquisa qualitativa está adequada a aprofundar a complexidade de fatos e de processos particulares. Ainda em seu trabalho a autora também destaca que o uso da abordagem qualitativa conseqüentemente contribui significativamente no esclarecimento dos processos sociais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mediante a proposta deste trabalho, os achados na literatura levaram a abordagens sobre a Síndrome de Burnout e os principais fatores que levam os professores a desistir da profissão.

De acordo com o que foi proposto por Reinhold (2012, p.64), ele destaca que os conceitos primordiais sobre essa síndrome são justificados pela seguinte definição:

O burnout (“consumir-se em chamas”) é um tipo especial de stress ocupacional que se caracteriza por profundo sentimento de frustração e exaustão em relação ao trabalho desempenhado, sentimento que aos poucos pode estender – se a todas as áreas da vida de uma pessoa. Esse fenômeno de burnout foi pesquisado e estudado em relação aos professores e a situações de ensino mais do que em relação a outras áreas profissionais, o que talvez indique que o trabalho do professor é visto como oferecendo condições propícias ao desenvolvimento do burnout. Começa com uma sensação de inquietação que aumenta à medida que a alegria de lecionar gradativamente vai desaparecendo.

De certo modo, dentre os fatores indicativos que contribuem para o desencanto e/ou ao abandono da profissão docente, Sousa e colaboradores. (2012, p. 72) destacam que “o número excessivo de alunos tende a levar o professor a elevados níveis de estresse, prejudicando o seu rendimento e o rendimento do aluno [...]”.

Diante todos os problemas que os professores têm de enfrentar em suas rotinas profissionais Ferenhof e Ferenhof (2002, p. 07) explicitam que:

Para o educador, é muito difícil desistir de sua dedicação ao ensino, abandoná-la, pois o trabalho educacional lhe propicia (ou deveria propiciar) outras recompensas, que não as monetárias. Essa dificuldade gera a tendência de uma ‘evolução negativa’ no trabalho, afetando a habilidade profissional e a disposição de atender às necessidades dos estudantes. Além disso, o contato e o relacionamento com as pessoas usuárias do trabalho ficam prejudicados –

corpo discente e docente, pessoal técnico administrativo, enfim, a organização como um todo.

Contudo, destaca-se que a síndrome de burnout entre docentes, corresponde a um problema que gera diversas implicações psicossociais a saúde deste trabalhador, sendo que o grande desafio consiste em além de identificar os estressores, trabalhar na prevenção de sintomas consequentes deste trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A educação é um dos principais pilares para o desenvolvimento da sociedade, nela encontram-se diversos atores que contribuem para isso (alunos, professores, supervisores e diretores, e os funcionários técnico-administrativos) estes indivíduos desempenham diferentes papéis dentro da escola. Cada um deles tem sua função definida. E, para que haja um bom desempenho na realização de seus papéis, é necessário que as condições (ambientais, técnicas e psicossociais) sejam favoráveis.

Um levantamento preciso sobre os trabalhos em burnout torna-se uma tarefa árdua, devido às muitas denominações que diferentes autores vem adotando para o mesmo fenômeno.

Com isso aumenta-se cada dia mais a preocupação com os danos que o trabalho pode causar para saúde do indivíduo, dentre eles pode ser citado o estresse. Da população mais afetada, pode-se citar os profissionais da educação. Estes, apresentam sintomas que desenvolvem reações agudas e/ou crônicas, que podem levar a sentimentos diversos como fracasso e exaustão profissional decorrentes de um excessivo desgaste de recursos e energia, sendo essa, a Síndrome de Burnout.

REFERÊNCIAS

- BOGDAN, R.; BIKLEN, S. Investigação qualitativa em educação. Uma introdução à teoria e aos métodos. Portugal: Porto Editora, 1994.
- CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v.7, n. 1, p. 21-29 jan/jun, 2002.
- FERENHOF, I. A.; FERENHOF, E. A. Burnout em professores. *Avaliação e Mudanças*, v. 4, n. 1, p. 131-151, 2002.
- GOUVÊA, P. B. et al. Manifestações psicossomáticas associadas à síndrome de burnout referidas por trabalhadores da saúde. *Saúde*, Santa Maria, v.40, n.1, p. 45-52, 2014.
- LAPO, F. R.; BUENO, B. Os Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério. *Cadernos de Pesquisa*, São Paulo, n. 118, p. 65-88, mar. 2003.
- MASLACH, C.; Schaufeli, W.B. & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review Psychology*, 52, 397-422.
- ROAZZI, A., Carvalho A. D., & Guimarães, P.V. (2000). *Análise da estrutura de similaridade da síndrome de burnout: Validação da escala “Maslach Burnout Inventory” em professores*. Trabalho apresentado no V Encontro Mineiro de Avaliação Psicológica: Teoria e prática & VIII Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e contextos, Belo Horizonte, MG.
- REINHOLD, H.H. O Burnout. In: LIPP, M.E.N. O stress do professor. Campinas: Papirus, 2012, p.63- 80.
- SILVA, J. A. R. O. (2013). A flexibilização da jornada de trabalho e seus reflexos na saúde do trabalhador. *Revista do Tribunal Regional do Trabalho da 15ª Região*, 42(1),127-156.
- SILVA, M. E. P. (2006). Burnout: por que sofrem os professores? Programa de Pós-Graduação em Políticas Públicas e Formação Humana, p. 90, UERJ - RJ.
- SOUSA, J. R. S.; OLIVEIRA, G. F.; DAMASCENO, M. M. S.; SILVA, A. C. O. Prevalência da síndrome de burnout em profissionais da educação. *Caderno de Cultura e Ciência*, a. 7, v. 11, n. 1, dez 2012.
- SANTOS, F. L. N.; LIMA FILHO, D. L. Mudanças no Trabalho e Adoecer Psíquico na Educação. V.3, p. 75-83 – 2005.
- ZANELLI, J.C. (2010). Estresse nas organizações de trabalho: Compreensão e intervenção baseadas em evidências. Porto Alegre: Artmed.

SILVA, J.F.C. Estresse ocupacional e suas principais causas e consequências. (Monografia de Especialização). Universidade Candido Mendes. Instituto a Vez do Mestre, 2010.