

Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores de escolas públicas e privadas

Mary Sandra Carlotto

Sheila Gonçalves Câmara

Introdução

A exposição a estressores e a experiência de estresse desempenham um importante papel como componentes mediadores para a surgimento ou agravamento de uma ampla variedade de patologias, dentre elas a Síndrome de Burnout (Barona, 2003). A categoria docente é uma das mais expostas a ambientes conflituosos e de alta exigência de trabalho (Reis et al., 2005).

O professor está, atualmente, exposto a uma grande quantidade de estressores psicossociais. No modelo vigente de gestão escolar, várias são as atribuições impostas ao professor, aparte de seu interesse e, não raras vezes, de sua carga horária. Além das classes, deve fazer trabalhos administrativos, planejar, reciclar-se, orientar alunos e atender pais. Também deve organizar atividades extra-escolares, participar de reuniões de coordenação, seminários, conselhos de classe, efetuar processos de recuperação, preenchimento de relatórios bimestrais e individuais relativos às dificuldades de aprendizagem de alunos e, muitas vezes, cuidar do patrimônio, material, recreios e locais de refeições. Entretanto, é excluído das decisões institucionais, das reestruturações curriculares, do repensar da escola, sendo concebido como executor de propostas e idéias gestadas por outros. Com isso, se estabelece uma tendência ao trabalho individualista, que não permite ao professor confrontar e transformar os aspectos estruturais de seu trabalho. Essa intensificação do fazer docente ocasiona-lhe conflitos, pois, ao ter que arcar com essa sobrecarga, vê reduzido seu tempo disponível para estudos individuais ou em grupo, participação de cursos ou outros recursos que possam contribuir para a sua qualificação e favorecer seu desenvolvimento e sua realização profissional (Esteve, 1999; Nacarato, Varani e Carvalho, 2000; Schnetzler, 2000).

Segundo Moura (1997), a atividade docente tem sofrido alterações significativas com o curso dos anos. Atualmente, o professor está atrelado excessivamente a questões tecnoburocráticas, restando ultrapassado o conceito da atividade docente como uma profissão vocacional geradora de grande satisfação pessoal e profissional.

O impacto dos fatores estressantes sobre profissões que requerem condições de trabalho específicas, com grau elevado de relação com o público, como a do professor, tem sido estudado em vários países sob a denominação de Síndrome de Burnout (SB), sendo que, no Brasil, também é conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional (Reis et al., 2005).

As leis brasileiras de auxílio ao trabalhador já contemplam a SB. No Anexo II – que trata dos Agentes Patogênicos causadores de Doenças Profissionais – do Decreto nº3048/99 de 6 de maio de 1996 – que dispõe sobre a Regulamentação da Previdência Social –, conforme previsto no Art.20 da Lei nº8.213/91, ao se referir aos transtornos mentais e do comportamento relacionado com o trabalho (Grupo V da CID-10), o inciso XII aponta a Sensação de Estar Acabado (Síndrome de Burn-Out, Síndrome do Esgotamento Profissional) (Z73.0) (Ministério da Saúde, 1991).

Burnout tem sido definido como um fenômeno psicossocial constituído de três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (Maslach, Schaufeli e Leiter, 2001). A exaustão emocional caracteriza-se por uma falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional, sendo sua maior causa a sobrecarga de trabalho. A despersonalização ocorre quando o profissional passa a tratar os clientes, os colegas e a organização de forma impessoal. Por fim, a baixa realização profissional caracteriza-se por uma tendência do trabalhador em se auto-avaliar de forma negativa, sentindo-se insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, experimentando um declínio no sentimento de competência e na sua capacidade de interagir com as pessoas, sejam elas clientes, pacientes, alunos ou colegas de trabalho. O surgimento da SB é um processo paulatino e cumulativo, com incremento progressivo em termos de severidade (Delgado et al., 1993). Sua evolução pode levar anos, até mesmo décadas (Rudow, 1999).

A primeira dimensão a surgir, segundo o modelo de Maslach, é a exaustão emocional, geralmente relacionada às excessivas demandas provenientes do exercício do trabalho. Como estratégia defensiva, ocorre o afastamento psicológico do profissional de sua clientela, surgindo, então, a fase e dimensão subsequente,

a despersonalização. A última fase, a de baixa realização profissional emerge como resultado desse funcionamento (Cordes e Dougherty, 1993; Maslach e Leiter, 1997).

No Brasil, Burnout em professores vem recebendo crescente atenção por parte de pesquisadores e estudiosos (Carvalho, 1995; Carlotto, 2005; Carlotto e Palazzo, 2006; Codo, 1999; Garcia e Benevides-Pereira, 2003; Mallar e Capitão, 2004; Moura, 1997), tendo em vista que sua severidade entre os profissionais de ensino coloca a atividade docente como uma das profissões de alto risco (Farber, 1991; Iwanick e Shawab, 1981), já tendo superado as profissões do campo da saúde.

As formas de enfrentamento (*coping*) de situações estressantes podem ser um dos fatores de proteção da SB (Gil-Monte, 2005; Moriana-Elvira e Herruzo-Cabrera, 2004). Na perspectiva de Hernández, Olmedo e Ibáñez (2004), a maneira como uma pessoa vivencia o estresse e os recursos que ela emprega para lidar com ele está, entre outros fatores, na base de desenvolvimentos do Burnout.

As estratégias de enfrentamento se referem às ações cognitivas ou comportamentais tomadas no curso de um episódio particular de estresse (Ryan-Wenger, 1992). *Coping* é uma variável individual representada pelas formas como as pessoas comumente reagem ao estresse, determinadas por fatores pessoais, exigências situacionais e recursos disponíveis (Lazarus e Folkman, 1984). São esforços que se realizam exclusivamente para manejar uma situação fora da rotina e que são diferentes das condutas adaptativas automáticas que surgem em situações habituais (Lazarus e Folkman, 1986).

Há muitos modelos explicativos de *coping* propostos na literatura, no entanto, de acordo com Balbinotti, Barbosa, Wiethaeuper e Teodoro (2006), todos enfatizam dois tipos fundamentais. Um refere-se aos esforços para mudar ou administrar a situação estressante e o outro aos esforços para mudar ou administrar as emoções negativas relacionadas à situação. Lazarus e Folkman (1986) referem que estratégias dirigidas à emoção podem ser prejudiciais à saúde ao impedir condutas mais adaptativas, uma vez que impedem o sujeito de enfrentar de forma mais realista um problema que pode ser solucionado mediante uma ação direta.

Existem diferenças nos níveis de tolerância a situações estressantes, ou seja, algumas pessoas são afetadas pela mais ligeira mudança ou emergência, enquanto que outras são afetadas apenas por estressores de maior magnitude ou

quando a exposição a eles é muito prolongada. Além disso, também diversas são as estratégias de enfrentamento utilizadas para lidar com as demandas internas e externas de um evento estressante (Savóia, Santana e Mejias, 1996).

O tipo de enfrentamento utilizado é importante, segundo Barona (2003), porque, além de servir para manejar a situação, influi na forma como será ativado o organismo. As conseqüências das condutas determinarão o que será considerado correto e incorreto para o sujeito. No entanto, não será esse julgamento moral que fará com que a mesma se repita, mas sim sua eficácia em mudar a situação.

De acordo com Gil-Monte (2005), o desgaste cognitivo e emocional é uma resposta ao estresse laboral e, devido ao seu caráter desagradável, o indivíduo tenta eliminar esse sentimento utilizando estratégias do tipo comportamental, emocional ou cognitiva. Pessoas que utilizam com maior freqüência estratégias de caráter ativo ou centradas no problema possuem maior capacidade de prevenir o Burnout. Gil-Monte e Peiró (1997) pontuam que a percepção que o sujeito tem dos estressores ambientais e de sua capacidade para lidar com eles determinarão seu nível de Burnout. Para Pines e Krafy (1981), as estratégias ativas e diretas são mais efetivas para enfrentar a SB. Estudo longitudinal realizado por Leiter (1991) revela que as estratégias de controle são importantes para prevenção do Burnout, enquanto que as de evitação e fuga facilitam seu surgimento.

Estudo realizado por Hernández, Olmedo e Ibáñez (2004) identificou que pessoas que utilizavam com maior freqüência estratégias de evitação possuíam maiores níveis de exaustão emocional. A despersonalização mostrou-se associada à estratégia de confronto. Os sujeitos com pontuações mais elevadas em realização profissional no trabalho eram os que utilizavam maior apoio social e enfrentamento centrado no problema. Investigação realizada por Jenaro-Río, Flores-Robaina e González-Gil (2007) identificou que a exaustão emocional se associava positivamente a estratégias centradas na emoção e negativamente com o uso de álcool e drogas. A despersonalização relacionou-se com o uso da estratégia de humor e abandono de esforços para a resolução do estressor. A realização profissional apresentou relação com a concentração de esforços para resolução de problemas, reinterpretação positiva e com o uso de álcool e drogas.

Segundo Guglielmi e Tatrow (1998), os professores não pertencem a um grupo homogêneo, pois, dentro dessa categorização, há diferenças de funções e atribuições. Assim, o trabalho desenvolvido também apresenta diferentes desafios, demandas e recompensas.

Professores de escolas públicas e privadas possuem atribuições semelhantes, decorrentes da natureza da sua função. No entanto, existem aspectos contextuais e institucionais da realidade educacional brasileira que conduzem a vivências e práticas diferenciadas. Determinados fatores de estresse laboral presentes na profissão docente, provavelmente, ganham intensidade diferenciada em função dos contextos onde emergem. Aspectos como condições salariais, condições físicas e pedagógicas, perfil de clientela, expectativa de pais e comunidade, entre outros, apresentam-se e são percebidos de forma diferenciada.

Pelo exposto, este estudo procurou identificar se há diferença na relação existente entre as estratégias de enfrentamento e as dimensões de Burnout em professores de escolas públicas e privadas.

Método

Amostra

A amostra constituiu-se de 81 professores, 45 de escolas públicas e 36 de escolas privadas, que exercem atividade docente em cinco escolas públicas e quatro escolas privadas de médio porte da área urbana da cidade de Canoas, RS. As instituições de ensino possuem ensino infantil, fundamental e médio (obrigatórios). As escolas se equivalem no que diz respeito ao número de professores, variando entre 40 a 96, e de alunos, entre 450 a 800.

Os professores de escolas privadas, em sua maioria, são mulheres (86,1%), casados (80,6%), possuem filhos (51%) e apresentam idade média de 32,2 anos (DP=8,96). Possuem formação em nível de graduação (36,1%), especialização (36,1%), magistério (16,7%) e mestrado/doutorado (11,1%). Atuam no ensino fundamental (44,4%), em mais de um nível de ensino (33,3%), no ensino médio (16,7%) e no infantil (5,6%). Possuem em média 11 anos de experiência profissional (DP=6,28) e contam diariamente uma média de 148 alunos (DP=144,19). Os professores de escolas públicas também são em sua maioria mulheres (91,1%), casados (57,8%), possuem filhos (62,2%) e têm idade média de 38,10 anos (DP=9,64). A formação predominante é graduação (51,1%), seguida por especialização (35,6%) e magistério (13,3%). Exercem sua atividade profissional em mais de um nível de ensino (48,9%), ensino fundamental (37,8%), ensino médio (11,1%) e infantil (2,2%). O tempo de experiência docente é de 13,6 anos (DP=8,54) e possuem contato diário, em média, com 263 alunos (DP=233,59).

Instrumentos

Para o levantamento de dados sociodemográficos para caracterização dos grupos (sexo, idade, estado civil, filhos) profissionais (formação, nível de ensino, tempo de experiência de ensino, número de alunos que contata diariamente), foi utilizado um questionário elaborado especificamente para este estudo.

Para avaliar a SB foi utilizado o MBI – Maslach Burnout Inventory. O inventário avalia como o trabalhador vivencia seu trabalho, de acordo com as três dimensões que constituem a síndrome: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional. São 22 itens que indicam a frequência das respostas com uma escala de pontuação que varia de 1 a 5. Utilizou-se a versão MBI-ED específica para professores e validada para o uso no Brasil por Benevides-Pereira (2001). Neste estudo, utiliza-se o sistema de pontuação de Tamayo (1997) desenvolvido na adaptação brasileira do instrumento, que considera 1 para “nunca”; 2 para “raramente”; 3 para “algumas vezes”; 4 para “com frequência”; 5 para “sempre”. Altos escores em exaustão emocional e despersonalização e baixos escores em realização profissional (esta subescala é inversa) são indicativos de Burnout (Maslach e Jackson, 1981).

Para avaliar as estratégias de enfrentamento, foi utilizada a adaptação brasileira realizada por Savóia, Santana e Mejias (1996) do Inventário de Estratégias de *Coping* de Folkman e Lazarus (1985). O questionário, nessa adaptação, contém 40 itens, englobando pensamentos e ações que as pessoas utilizam para lidar com demandas internas ou externas de um evento estressante específico. As possibilidades de resposta são 0 para “não usei essa estratégia”, 1 para “usei um pouco”, 2 para “usei bastante” e 3 para “usei em grande quantidade”. A escala se constitui de oito fatores: confronto, afastamento, autocontrole, suporte social, aceitação de responsabilidade, fuga e esquiva, resolução de problemas e reavaliação positiva.

Procedimentos

Para a coleta dos dados, primeiramente foi realizado um contato com a direção das instituições de ensino, sendo apresentado o objetivo do estudo a fim de obter a autorização e o apoio para a aplicação dos instrumentos. Estes foram entregues pessoalmente aos professores, sendo a coleta realizada ao final da aplicação. Foram realizados os procedimentos éticos conforme resolução 196 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) (Ministério da Saúde, 1997). A pesquisa

tem autorização do Comitê de Ética de afiliação das autoras. Foi esclarecido aos professores e diretores das instituições de ensino tratar-se de uma pesquisa sem quaisquer efeitos avaliativos individuais e/ou institucionais e que as respostas seriam anônimas e confidenciais. O banco de dados foi digitado e posteriormente analisado em pacote estatístico. A análise dos dados foi realizada através da prova de correlação de Pearson para verificação de possíveis associações entre as dimensões de Burnout e estratégias de enfrentamento.

Resultados

Resultados evidenciam que em professores de escolas privadas, quanto maior a utilização de estratégias de enfrentamento de confronto, maior é a exaustão emocional e a despersonalização, e quanto maior a utilização de aceitação de responsabilidade, menor a realização profissional; em professores de escolas públicas, quanto maior a utilização da estratégia de afastamento e de fuga e esquiva, maior é a exaustão emocional. A despersonalização eleva-se na medida em que há uma maior utilização da estratégia de afastamento. Com relação à realização profissional, verifica-se que quanto maior o uso de afastamento, menor o sentimento de realização no trabalho. Já a utilização de resolução de problemas aumenta o sentimento de que o trabalho é fonte de realização profissional, conforme se verifica na Tabela 1.

Tabela 1 – Matriz de correlação entre as dimensões de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores de escolas públicas e privadas

Variáveis	Escola		Privada			Pública		
	EE	DE	RP	EE	DE	RP		
Confronto	0,544**	0,514**	-0,145	0,210	0,150	-0,119		
Afastamento	0,171	0,283	-0,279	0,391**	0,305*	-0,301*		
Autocontrole	-0,094	-0,036	0,053	0,054	0,187	-0,027		
Suporte social	-0,038	-0,035	-0,109	0,011	-0,113	-0,012		
Aceitação de responsabilidade	0,019	0,136	-0,358*	0,035	0,022	0,018		
Fuga e esquiva	0,186	0,103	0,010	0,341*	0,139	-0,289		
Resolução de problemas	0,260	0,251	0,199	-0,235	-0,220	0,323*		
Reavaliação positiva	-0,085	0,040	0,077	-0,098	-0,077	0,104		

Nota: * Correlação significativa ao nível de 5%

** Correlação significativa ao nível de 1%

EE: Exaustão emocional DE: Despersonalização RP: Realização profissional

Discussão

Os resultados obtidos permitem-nos afirmar que a relação entre as estratégias de enfrentamento e as dimensões de Burnout apresenta-se de forma diferenciada em professores de escolas públicas e privadas.

Em professores de escolas privadas, quanto maior a utilização da estratégia de confronto, maior a exaustão emocional e a despersonalização. O confronto caracteriza-se pela utilização de esforços emocionais para alterar situações (extravasar sentimentos demonstrando raiva ou descontando a raiva em outra pessoa; buscar o responsável pelo problema para mudar suas idéias; tomar o problema como um grande desafio). Esse resultado pode estar relacionado ao modelo de gestão vigente nas instituições de ensino particulares. Segundo Carvalho (1995), a escola vem assumindo cada vez mais características e modelos de gestão empresarial. Nesse contexto, o ensino é entendido um produto comprado por um cliente, pais/responsáveis ou alunos. A escola é vista e gerenciada como uma prestadora de serviços, com clientes que precisam ser, o tempo todo, bem tratados e bem atendidos (Moura, 1997). Essa visão de educação sob a perspectiva mercantil, de acordo com Fraga (1999), causa prejuízo às pessoas diretamente envolvidas no processo e o professor é uma delas.

Envolvido nesse sistema, o professor está sob uma série de estressores, os quais não consegue identificar com clareza. Assim, passa a utilizar uma estratégia focada na expressão de emoções negativas, como uma forma de alívio. No entanto, a persistência em estados emocionais negativos que, a princípio parece ser uma estratégia eficaz, em longo prazo acarreta em exaustão e desgaste emocional. A partir disso, em um nível comportamental, ocorre o distanciamento de contatos diretos, especialmente com sua clientela, que acaba por ser identificada como a causa do mal-estar difuso. Resultados similares foram encontrados por Hernández, Olmedo e Ibáñez (2004) e corroboram, de acordo com Gil-Monte (2005), a afirmação de que as estratégias focalizadas unicamente no alívio tensional resultam em maiores índices de Burnout. Estudo realizado por Gan, Shang e Zhang (2007) identificou que sujeitos que apresentavam estratégias de *coping* mais flexíveis e focadas no problema apresentavam menores índices de Burnout.

No que diz respeito à estratégia de aceitação de responsabilidade, os resultados encontrados indicam relação inversa com realização profissional. Essa estratégia, que poderia ser entendida como uma forma de controle e autonomia, quando empregada ante situações que estão acima das possibilidades do traba-

lhador, acaba por repercutir negativamente na avaliação de resultados. Nesse sentido, o professor, ao assumir como sua a responsabilidade pelos problemas enfrentados, repreende-se pelo ocorrido e compromete-se a mudar a situação numa atitude solitária e, não raras vezes, vitimizadora, o que implica diminuição de seu sentimento de realização profissional. O isolamento social e a falta de senso de comunidade, segundo Farber (1991), tornam os professores vulneráveis a Burnout. Segundo o autor, o ensino, por vezes, torna-se uma profissão solitária, pois há uma tendência do professor de vincular suas atividades ao atendimento ao aluno, ficando à parte de atividades de afiliação, grupos e engajamento social.

Nas escolas públicas, o contexto deixa de ser empresarial e passa a configurar-se como uma esfera burocratizada que deixa pouca margem para a tomada de decisão e a verificação de alcance de resultados mais imediatos pelos envolvidos, no caso, os professores.

As possíveis mudanças necessitam de instâncias mais distantes, sendo, portanto, mais lentas. Segundo Ferenhof e Ferenhof (2002), a ecologia da escola pública encontra-se abalada por vários fatores, entre eles, o descaso das autoridades do Estado – sujeira, grafiteagem, alusão a siglas de grupos marginais ou a gangs rivais, cerceamento do direito do cidadão-professor de ir e vir, violência física e psicológica, rendição diante do quadro de marginalidade intra e extra-muros escolares, desrespeito à função docente.

É nesse sentido que, nesse contexto, os estressores são identificados, porém percebidos como demasiado amplos para que se possam estabelecer estratégias ativas para sua resolução. As estratégias passam a ser, preferencialmente, passivas, o que, de acordo com estudo realizado por Yela (1996), junto a professores, revelou que uma maior frequência de uso desse tipo de estratégias acarreta em maiores níveis de exaustão emocional.

Em professores de escolas públicas, os resultados revelam, à semelhança dos encontrados por Hernández, Olmedo e Ibáñez (2004), que quanto maior a utilização das estratégias de afastamento (fazer com que nada tivesse ocorrido; recusar-se a pensar na situação; minimizar a situação) e fuga (desejar que a situação acabasse; fantasiar sobre como a situação se desenvolveria), maior a exaustão emocional.

O contexto institucional propicia que estratégias evitativas, centradas na emoção, provoquem sentimentos de desgaste, uma vez que não solucionam a situação (Silva, Muller e Bonamigo, 2006). É quando os professores sentem suas qualidades pessoais definharem, adoecem e entram em Síndrome de Burnout.

O processo de desgaste emocional, impulsionado pelo uso continuado da estratégia de afastamento, vai, progressivamente, fazendo com que o indivíduo perca o interesse pelo relacionamento com outras pessoas. A exaustão vai propiciando um foco exclusivamente emocional e, portanto, pessoal, que interfere, inclusive, na interpretação que o sujeito faz das reações dos demais. Vai-se criando um processo circular de exaustão e afastamento, ao ponto em que as relações interpessoais são percebidas como um estressor a mais. É quando vai se caracterizando a dimensão de despersonalização. O professor vai se isolando de possíveis fontes de crescimento e retroalimentação positiva na medida em que deixa de manter um contato autêntico com outros profissionais, colegas e, especialmente, sua clientela.

Assim, o trabalho vai perdendo seu caráter de realização profissional. A estratégia de afastamento, que, a princípio, é utilizada para não se confrontar com situações problemáticas, passa a distanciar o indivíduo das relações interpessoais e dos resultados e objetivos de sua profissão. Segundo Farber (1999), os professores reagem de formas diferentes ante os mais variados fatores de estresse, contudo, é na relação aluno-professor a maior fonte de oportunidade de estresse, bem como de grandes oportunidades de recompensas e gratificações.

No caso dos professores de escolas públicas, o que parece contribuir para um maior sentimento de realização profissional é, justamente, a estratégia ativa e focalizada no problema que é a resolução de problemas. Chan e Hui (1995) encontraram resultados semelhantes em estudo realizado com professores, principalmente com relação ao uso de estratégias ativas. Os autores verificaram que a utilização de resolução de problemas é variável preditora dos sentimentos de realização profissional.

Essa estratégia cognitiva permite que a pessoa realize avaliações mais fidedignas de sua realidade, quando consegue diferenciar suas possibilidades de ação das características mais amplas do contexto. Até mesmo pela estrutura da esfera das instituições públicas, se faz necessário pensar nas ações mais pontuais, congruentes com a tarefa de professor, que podem ser efetivas e trazer um retorno positivo no campo profissional.

A Síndrome de Burnout, que tem seu início nas atividades profissionais, acaba afetando diversas áreas da vida do professor. Isso porque a síndrome está fortemente atrelada às estratégias que ele usa para lidar com os problemas de ordem profissional, mas elas não se restringem a esse campo e acabam sendo utilizadas em outras esferas da vida. Assim, é possível pensar em um contin-

gente de pessoas que adoecem em função de sua atividade profissional e acabam desenvolvendo repertórios de enfrentamento pouco saudáveis para o contexto global de suas vidas.

As diferenças entre os contextos de trabalho, considerando-se uma mesma profissão, são responsáveis, em grande medida, pela forma como se configura a síndrome de Burnout e as estratégias de enfrentamento. Não é possível avaliar a questão separando-se contexto, estratégias de enfrentamento e adoecimento, já que essas áreas são interdependentes e, de alguma forma, se retroalimentam.

Os problemas no campo da educação no Brasil são mais sérios em relação à escola pública do que em relação à particular e, mesmo entre estas, mostram-se mais acentuados em umas do que em outras. As escolas particulares, embora integrantes do sistema de ensino em suas diretrizes e bases mais gerais, mantêm certa autonomia interna que lhes garante alguns privilégios. Como únicas responsáveis pelos seus destinos, possuem maior independência quanto aos seus recursos financeiros, planejam seus cursos, organizam-se e atuam com mais liberdade (Romeu, 1987).

O nível de Burnout em professores não é determinado exclusivamente pelo caráter intrínseco de seu cargo, mas sim pela forma como o trabalho é organizado, como as instituições de ensino lidam com seus professores e como eles percebem este tratamento. “As demandas de trabalho, as quais afetam o estresse e o Burnout, diferem consideravelmente de um tipo de escola para outra” (Rudow, 1999, p. 47).

Conclusão

Os resultados apontam para a necessidade de intervenções diferenciadas nos grupos pesquisados. A herança histórica do surgimento da profissão, ligada à vocação, doação e abnegação, ainda se faz presente nos dias de hoje, impedindo o reconhecimento de vários aspectos relacionados ao trabalho, entre eles os fatores de estresse, que afetam a saúde mental desta categoria profissional. A educação, por anos, preocupou-se com questões pedagógicas e formação docente e só recentemente vem se dedicando ao profissional da educação. O professor, cada vez mais especializado, conhece muito sobre o que e como ensinar, mas muito pouco sobre si mesmo (Doménech, 1995). Embora hoje ele tente entender melhor seus sentimentos, formas de vivenciar sua profissão e os pontos de desgaste profissional, as estruturas que permitem essa reflexão ainda estão pouco

consolidadas. Segundo Farber (1991), a formação docente enfatiza conteúdos e tecnologias, sendo deficiente a abordagem nas questões de relacionamento interpessoal, relacionamento com alunos, administradores, pais e outras situações as quais os professores sentem como tão importantes quanto as outras.

Nesse sentido, Moriana-Elvira e Herruzo-Cabrera (2004) sugerem a realização de oficinas para desenvolvimento de estratégias de enfrentamento com professores que se avaliam como acometidos por Burnout ou mesmo por aqueles que, sem ter vivenciado seus efeitos, decidem aprender estratégias mais adequadas para enfrentar o estresse laboral, numa atitude de prevenção ao surgimento da síndrome. Estar submetido a certo grau de estresse ocupacional é inevitável, assim, é importante pensar no evitável, que é a forma com que é percebido e manejado o estressor.

O estudo aponta para a necessidade de aprofundamento dos resultados obtidos, tendo em vista que os mesmos não podem ser generalizados. São importantes estudos com amostras probabilísticas e em contextos educacionais variados, a fim de ampliar a compreensão sobre esse fenômeno psicossocial e sua relação com as formas de enfrentamento de estressores ocupacionais que muito têm preocupado pesquisadores, profissionais da área da saúde, comunidade escolar e a sociedade, pelas graves conseqüências resultantes do Burnout, individuais e sociais.

Resumo

O objetivo deste estudo foi verificar se há diferença na relação existente entre as estratégias de enfrentamento utilizadas e as dimensões da Síndrome de Burnout em professores de escolas públicas e privadas. A amostra constituiu-se de 81 professores, 45 de escolas públicas e 36 de escolas privadas. Os instrumentos utilizados neste estudo foram um questionário elaborado para levantamento de dados demográficos e profissionais, o MBI – Maslach Burnout Inventory de Maslach e Jackson, (1986) para avaliar a Síndrome de Burnout e o Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus (1985) para avaliar as estratégias de enfrentamento. Os resultados encontrados, através da prova de correlação de Pearson, evidenciam diferenças nas estratégias utilizadas. Em professores de escolas privadas, quanto maior a utilização de estratégias de confronto, maior a exaustão emocional e a despersonalização e quanto maior a utilização de aceitação de responsabilidade menor a realização profissional. Já em professores de escolas públicas, quanto maior a utilização da estratégia de afastamento e de fuga, maior a exaustão emocional. A despersonalização eleva-se na medida em que há uma maior utilização da estratégia de afastamento. Com relação à realização profissional, verifica-se que quanto

maior o uso de afastamento, menor o sentimento de que o trabalho é fonte de realização profissional. A utilização de resolução de problemas eleva a dimensão de realização profissional. Resultados apontam para a necessidade de intervenções diferenciadas nos grupos pesquisados.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; estratégias de enfrentamento, professores.

Resumen

El objetivo de este estudio fue verificar se hay diferencia en la relación existente entre las Estrategias de Afrontamiento utilizadas y las dimensiones del Síndrome de Burnout en profesores de escuelas públicas y privadas. La investigación ha sido hecha con 81 profesores, 45 de escuelas públicas y 36 de escuelas privadas. Los instrumentos utilizados en este estudio fueron un cuestionario elaborado para el levantamiento de datos demográficos y profesionales, el MBI – Maslach Burnout Inventory de Maslach y Jackson, (1986) para evaluar el Síndrome de Burnout y el Inventario de Estrategias de Coping de Folkman y Lazarus (1985) para evaluar las Estrategias de Afrontamiento. Los resultados encontrados, a través de la prueba de correlación de Pearson, evidencian diferencias en las estrategias utilizadas. En profesores de escuelas privadas, cuanto mayor la utilización de Estrategias de Afrontamiento, mayor el agotamiento emocional y la despersonalización y cuanto mayor la utilización de aceptación de responsabilidad, menor la realización profesional. Ya en profesores de escuelas públicas, cuanto mayor la utilización de la Estrategia de Alejamiento y de Fuga, mayor el agotamiento emocional. La despersonalización se eleva en la medida en que hay una mayor utilización de la Estrategia de Alejamiento. Con respecto a la realización profesional, se verifica que cuanto mayor el uso de alejamiento, menor el sentimiento de que el trabajo es fuente de realización profesional. La utilización de resolución de problemas eleva la dimensión de realización profesional. Los resultados apuntan para la necesidad de intervenciones diferenciadas en los grupos investigados.

Palabras claves: Síndrome de Burnout; estrategias de afrontamiento, profesores.

Abstract

The objective of this study was to verify if there is difference in the relation between the coping strategies in place and the scope of the burnout syndrome in public and private school teachers. The sample was made up of 81 teachers, 45 from public schools and 36 from private schools. The methods applied in this study were a questionnaire developed to raise demographic and professional data, the MBI – Maslach Burnout Inventory (Maslach and Jackson, 1986) to evaluate the burnout syndrome, and the Inventory of Coping Strategies (Folkman and Lazarus, 1985) to evaluate the coping methods. The results obtained, through the Pearson correlation proof, show differences in the strategies applied. For private school teachers, the more coping strategies were applied, the higher the emotional exhaustion and depersonalization rate; and the higher

the acceptance of responsibility, the smaller the professional accomplishment rate. But for public school teachers, the more the withdrawal and escape strategy was used, the higher the emotional exhaustion. The depersonalization increases as the withdrawal strategy is more used. As for professional accomplishment, it was found that, the more withdrawal was applied, the smaller was the feeling that work is the source of professional accomplishment. The use of problem solving methods increases the proportion of professional accomplishment. The results point out to the need of making different interventions in the groups investigated.

Keywords: *Burnout syndrome, coping strategies, teachers.*

Referências

- Araújo, T. M.; Carvalho, F. M.; Porto, L. A.; Reis, E. J. F. B. e Silvany Neto, A. M. (2006). Trabalho e distúrbios psíquicos em professores da rede municipal de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. Disponível em: <http://www.scielo.br>. Acesso em 10/abr/ 2006.
- Balbinotti, M. A. A.; Barbosa, L. L. B.; Wiethaeuper, D. e Teodoro, M. L. M. (2006). Estrutura Fatorial do Inventário Multifatorial de Coping para Adolescentes. *Psico*, Porto Alegre, v. 37, n. 2, pp. 123-130, maio/ago.
- Barona, E. G. (2003). Análisis Pormenorizado de los Grados de Burnout y Técnicas de Afrontamiento del Estrés Docente en Profesorado Universitario. *Anales de Psicología*, Murcia, v. 19, n. 1, pp. 145-158.
- Benevides-Pereira, A. M. T. (2001). MBI – Maslach Burnout Inventory e suas Adaptações para o Brasil. In: ANAIS DA XXXII REUNIÃO ANUAL DE PSICOLOGIA. Rio de Janeiro, p. 84-85.
- _____. (2003). *Burnout: Quando o Trabalho Ameaça o Bem Estar do Trabalhador*. São Paulo, Casa do Psicólogo.
- Carlotto, M. S. (2005). *Síndrome de Burnout em professores de instituições particulares de ensino*. Tese de doutorado, Universidade de Santiago de Compostela, D.L.C-202.
- Carlotto, M. S. e Palazzo, L. dos S. (2006). Síndrome de Burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 22, n. 5, pp. 1017-1026.
- Carvalho, M. M. B. (1995). *O professor: um Profissional, sua Saúde e a Educação em Saúde na Escola*. Tese de Doutorado, Faculdade de Saúde Pública. São Paulo, USP.

- Chan, D. W. e Hui, E. K. (1995). Burnout and Coping among Chinese Secondary School Teachers in Hong-Kong. *British Journal of Educational Psychology*, v. 65, p. 15-25.
- Codo, W. (1999). *Educação: carinho e trabalho*. Petrópolis, RJ, Vozes/CNTE.
- Cordes C. L. e Dougherty, T. W. (1993). A Review and Integration of Research on Job Burnout. *Academy of Management Review*, v. 18, n. 4, pp. 632- 636.
- Delgado, A. C. et al. (1993). Revisión Teórica del Burnout: o Desgaste Profesional en Trabajadores de la Docencia. *Caesura*, v. 2, pp. 47-65.
- Doménech, B. D. (1995). Introducción al Síndrome “Burnout” en Profesores y Maestros y su Abordaje Terapéutico. *Psicología Educativa*, v. 1, n. 1, pp. 1-16.
- Esteve, J. M. (1999). *O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores*. São Paulo, Edusc.
- Farber, B. A. (1991). *Crisis in education. Stress and burnout in the American teacher*. São Francisco, Jossey-Bass.
- (1999). “Inconsequentiality – The Key to Understanding Teacher Burnout”. In: Vanderbergue, R. e Huberman, M. A. *Understanding and preventing teacher burnout: a source book of international practice and research*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Ferenhof, I. A. e Ferenhof, E. A. (2002). Burnout em professores. *Eccos*, v. 4, n. 1, pp. 131-151.
- Fraga, C. O. (1999). Cliente tem Razão. *Extra Classe*, v. 4, n. 34, p. 17.
- Folkman, S. e Lazarus, R. S. (1985). If it Changes it must be a Process: Study of Emotion and Coping during Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 48, n. 1, pp. 150-70.
- Gan, Y.; Shang, J. e Zhang, Y. (2007). Coping, flexibility and locus of control as predictors of Burnout among Chinese college students. *Social Behavior and Personality*, v. 35, n. 8, pp.1087-1098.
- Garcia, L. P e Benevides-Pereira, A. M. T. (2003). Investigando o Burnout em professores universitários . *Interação Psi*, Maringá, v. 1, n. 1, pp. 76-89.
- Gil-Monte, P.R (2005). *El Síndrome de Quemarse por el Trabajo (Burnout). Una Enfermedad Laboral en la Sociedad del Bienestar*. Madri, Pirâmide.
- Gil-Monte, P. R. e Peiró, J. M. (1997). *Desgaste Psíquico en el Trabajo: El Síndrome de Quemarse*. Madri, Síntesis.

- Guglielmi, R. S. e Tatrow, K. (1998). Occupational Stress, Burnout, and Health in Teachers: A Methodological and Theoretical Analysis. *Review of Educational Research*, v. 68, n. 1, pp. 61-69.
- Hernández, Z.G.L.; Olmedo, C. E. e Ibáñez, I. (2004). Estar Quemado (Burnout) y su Relación con el Afrontamiento. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, v. 4, n. 2, pp. 323-336.
- Iwanicki, E. F. e Schwab, R. L. (1981). A Cross Validation Study of the Maslach Burnout Inventory. *Educational and Psychological Measurement*, v. 41, p. 1167-1174.
- Jenaro-Río, C; Flores-Robaina, N. e González-Gil, F. (2007). Síndrome de Burnout y Afrontamiento em Trabajadores de Acogimiento Residencial de Menores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, v. 7, n.1, p. 107-121.
- Kelchtermans, G. (1999). "Teaching Career: Between Burnout and Fading Away? Reflections From a Narrative and Bperspective". In: Vanderbergue, R. e Huberman, M. A. (eds.). *Understanding and Preventing Teacher Burnout: A Source Book of International Practice and Research*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Lazarus R.S. e Folkman, S. (1984). "Coping and Adaptation". In: GENTRY, W. D. (org.). *Handbook of Behavioral Medicine*. New York, The Guilford Press.
- _____(1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Barcelona, Martínez Roca.
- Leiter, M. P. (1991). Doping Patterns as Predictors of Burnout: The Function of Control and Escapist Doping Patterns. *Journal of Organizational Behavior*, v. 12, pp. 123-144.
- Mallar, S. C. e Capitão, C.G. (2004). Burnout e hardiness: um estudo de evidência de validade. *Psico-USF*, v. 9, n. 1, pp. 19-29.
- Maslach, C. e Jackson, S. E. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Occupational Behavior*, v. 2, p. 99-113, 1981.
- _____(1986). *Maslach Burnout Inventory*. 2 ed. Palo Alto, CA, Consulting Psychologist Press.
- Maslach, C. e Leiter, M. P. (1997). *The Truth about Burnout: How Organization Cause, Personal Stress and What to do About It*. San Francisco, Jossey-Bass.
- Maslach, C.; Schaufeli, W. B. e Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review Psychology*, v. 52, p. 397-422.

- Ministério da Saúde (1997). *Conselho Nacional de Saúde. Diretrizes e normas para pesquisa envolvendo seres humanos*. Resolução CNS 196/196. Brasília, Ministério da Saúde.
- _____(1999). Portaria nº 1.339/GM, de 18 de novembro de 1999: dispõe sobre lista de doenças relacionadas ao trabalho. *Diário Oficial da União*, Brasília.
- Moriana-Elvira, J. A. e Herruzo-Cabrera, J. (2004). Estrés y *Burnout* en Profesores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, v. 4, n. 3, p. 597-621.
- Moura, E. P. G. (1997). *Saúde Mental e Trabalho. Esgotamento Profissional em Professores da Rede de Ensino Particular de Pelotas – RS*. Dissertação de Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia. Porto Alegre, PUCRS.
- Nacarato, A. M.; Varani, A. e Carvalho, V. (2000). “O Cotidiano do Trabalho Docente: Palco, Bastidores e Trabalho Invisível...Abrindo as Cortinas”. In: GERALDI, C. M. G.; Fiorentina, D. e Pereira, E. M. de A. (orgs.). *Cartografias do Trabalho Docente*. Campinas, Mercado de Letras.
- Pines, A. e Krafy, D. (1981). “Coping with Burnout”. In: JONES, J. (org.). *The Burnout Síndrome*. Parkridge, IL, London House Press.
- Reis, E. J. F. B.; Carvalho, F. M.; Araújo, T. M. de; Porto, A. A. e Silvany Neto, A. M. (2005). Trabalho e Distúrbios Psíquicos em Professores da Rede Municipal de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 21, n. 5, p. 1480-1490.
- Romeu, S. A. (1987). *Escola: objetivos organizacionais e objetivos educacionais*. São Paulo, EPU.
- Ryan-Wenger, N.M. (1991). A Taxonomy of Children’s Coping Strategies: A Step Toward Theory Development. *American Journal of Orthopsychiatry*, v. 62, pp. 256-263.
- Rudow, B. (1999). “Stress and Burnout in the Teaching Profession: European Studies, Issues, and Research Perspectives”. In: Vanderbergue, R. e Huberman, M. A. (orgs.). *Understanding and Preventing Teacher Burnout: A Source Book of International Practice and Research*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Schnetzler, R. P. (2000). “Prefácio”. In: Geraldi, C. M. G.; Fiorentin, D. e Pereira, E. M. de A. (orgs.). *Cartografias do Trabalho Docente*. Campinas, SP, Mercado de Letras.
- Silva, J.D.T.; Muller, M.C. e Bonamigo, R.R. (2006). Estratégias de Coping e Níveis de Estresse em Pacientes Portadores de Psoríase. *Anais Brasileiros de Dermatologia*, v. 81, n. 2, pp. 143-149.

- Savóia, M. G.; Santana, P. e Mejias, N. (1996). Adaptação do Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus para o Português. *Revista de Psicologia da Universidade de São Paulo*, v. 7, n. 1/2, pp. 183-201.
- Tamayo, R. N. (1997). *Relação entre a Síndrome de Burnout e os Valores Organizacionais no Pessoal de Enfermagem de dois Hospitais Públicos*. Dissertação de Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia. Brasília, UnB.
- Woods, P. (1999). "Intensification and Stress in Teaching". In: Vanderbergue, R. e Huberman, M. A. (orgs.). *Understanding and Preventing Teacher Burnout: A Source Book of International Practice and Research*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Yela, J. R. (1996). Desgaste Emocional, Estratégias de Afrontamiento y Transtornos Psicofisiológicos en Profesionales de la Enseñanza. *Boletín de Psicología*, v. 50, pp. 37-52.

Mary Sandra Carlotto

Psicóloga, especialista em Gestão de Recursos Humanos (UCM-RJ); mestre em Saúde Coletiva (ULBRA-RS); doutora em Psicologia Social (USC/ES); professora e pesquisadora do Laboratório de Ensino e Pesquisa em Psicologia do Curso de Psicologia e do PPG em Saúde Coletiva – Universidade Luterana do Brasil – ULBRA/Canoas.
E-mail: mscarlotto@gmail.com

Sheila Gonçalves Câmara

Psicóloga, mestre em Psicologia Social e da Personalidade e doutora em Psicologia (PUCRS), professora e pesquisadora do Laboratório de Ensino e Pesquisa em Psicologia do Curso de Psicologia e do PPG em Saúde Coletiva – Universidade Luterana do Brasil – ULBRA/Canoas.
E-mail: scamara@via-rs.net