

Interferências da Síndrome de Burnout sobre a qualidade de vida de professores do ensino técnico

Interference of burnout syndrome with the quality of life of technical education teachers

Ninguém consegue dar o que não tem, a gente transborda o que sobra do lado de dentro...

Estrela Mestra

Ivonete Fernandes Francisco

Marisa Ramos Rodrigues Silva

Cherbéu Oliveira

RESUMO

O trabalho docente é carregado de características próprias e a todo momento este professor pode estar exposto a fatores estressores que se não identificados podem levá-lo ao adoecimento físico e emocional, podendo inclusive ser acometido pela Síndrome de Burnout. O objetivo foi discutir a interferência da Síndrome de Burnout sobre a qualidade de vida dos professores do ensino técnico. A metodologia utilizada para a sistematização do estudo foi a revisão bibliográfica a partir de artigos disponibilizados em Bancos de Dados como Scielo, Lilacs, Bireme, incluídos no período histórico de 2015 a 2021. O critério de inclusão foi estar dentro do objetivo proposto e o critério de exclusão foi estar fora do período histórico proposto. Identificou-se que o trabalho do professor é permeado por situações que se não administradas corretamente podem levá-lo a um adoecimento físico e psicológico podendo culminar na SB. Estudos demonstram que há uma relação direta entre as esferas de Qualidade de Vida no Trabalho e Síndrome de Burnout. Dessa forma, quanto maior a qualidade de vida no trabalho, menores as chances de se desenvolver Síndrome de Burnout. Não houve diferenciação acentuada do ensino técnico propriamente dito, o que denota necessidade de novos estudos. Enfim, entende-se que a Síndrome de Burnout interfere diretamente sobre a qualidade de vida dos professores.

Palavras-Chave: docência, Burnout, qualidade de vida e trabalho.

ABSTRACT

The teaching work is loaded with its own characteristics and at all times this teacher may be exposed to stressors that, if not identified, can lead to physical and emotional illness, and may even be affected by the Burnout Syndrome. The objective was to discuss the interference of Burnout Syndrome on the quality of life of teachers in technical education. The methodology used for the systematization of the study was the bibliographic review based on articles available in Databases such as Scielo, Lilacs, Bireme, included in the historical period from 2015 to 2021. The inclusion criterion was to be within the proposed objective and the criterion exclusion was to be outside the proposed historical period. It was identified that the teacher's work is permeated by situations that, if not properly managed, can lead him to a physical and psychological illness that can culminate in BS. Studies show that there is a direct relationship between the spheres of Quality of Life at Work and Burnout Syndrome. Thus, the higher the quality of life at work, the lower the chances of developing Burnout Syndrome. There was no marked differentiation of technical education itself, which indicates the need for further studies. Finally, it is understood that the Burnout Syndrome directly affects the quality of life of teachers.

Keywords: teaching, Burnout, quality of life and work.

INTRODUÇÃO

O cotidiano do professor em sala de aula se configura como uma realidade em particular e merece atenção contínua pois como toda ação que envolve relacionamento humano, pode produzir sensações positivas e negativas tanto nos alunos quanto nos professores. Nesta perspectiva, os docentes estão expostos a situações insalubres de trabalho, inclusive à Síndrome de Burnout (SB).

Pode-se entender a Síndrome de Burnout como uma patologia relacionada ao trabalho. O nome Burnout derivada de uma palavra inglesa significa “burn” e “out” que respectivamente significam queimando fora. É algo que acomete a pessoa por estresse profissional podendo ser entendido até mesmo como sofrimento profissional. O convívio com situações estressoras crônicas faz com que o indivíduo tenha uma exaustão de sua energia sentindo-se incapaz de gerenciar sua própria vida (SILVEIRA et al. apud PEGO; PEGO, 2016).

Dentro desta perspectiva, há que se pensar no cotidiano de trabalho dos professores, inclusive dos que atuam no ensino técnico. O fato de os professores estarem em contato contínuo com pessoas em formação, exige-se dele uma

atenção contínua que pode traduzir-se em estressores. Outro fator bastante importante é a carga horária excessiva que os professores assumem em função das baixas remunerações pagas à categoria. A grande maioria dos professores assumem mais de uma jornada de trabalho. Todos esses fatores associados colocam o professor como uma das profissões muito susceptíveis à Burnout (MELO et al., 2015).

Nesta condição de vida e trabalho não há como descartar a relação entre a condição descrita e a qualidade de vida no trabalho (QVT). Quando se discute a qualidade de vida no trabalho inclui-se desde a escolha da profissão, a cultura do ambiente de trabalho, os valores estabelecidos, a infra estrutura familiar e principalmente a qualidade das relações pessoais cotidianas. Assim, para se ter QVT é necessária uma associação de infra estrutura, boas condições de trabalhos, relações pessoais positivas entendendo-se que há necessidade de associação de aspectos físicos e emocionais. Não se tem qualidade sem saúde física e emocional (RIBEIRO; SANTANA, 2015).

A preocupação e a necessidade de se discutir esta realidade do professor do ensino técnico torna essa discussão relevante.

OBJETIVO

Discutir a interferência da Síndrome de Burnout sobre a qualidade de vida dos professores do ensino técnico.

METODOLOGIA

Para a sistematização do estudo optou-se por revisão bibliográfica pois segundo Sabaa (2016) ela se destina na modernidade, a produção e a elaboração de documentos de pesquisas no intuito de engrandecer colaborar para a sustentação do referencial teórico de todas as áreas do conhecimento.

Os artigos serão coletados em Bancos de Dados como Scielo, Lilacs, Bireme, incluídos no período histórico de 2015 a 2021.

Os critérios de inclusão dos materiais foram estar de acordo com a temática proposta pelo objetivo e os critérios de exclusão foram não responder à temática e estarem fora do período proposto.

As palavras chave que nortearam as buscas foram docência, Burnout, qualidade de vida e trabalho. Todas consultadas no DECs.

Considerações sobre Síndrome de Burnout.

No dia a dia do trabalho, são necessárias competências e habilidades para que o ambiente se torne positivo. Quando as demandas externas excedem as habilidades internas, surge o estresse psicológico. Se não percebidos inicialmente estes fatores vão se manifestando em condições físicas, podendo se configurar em irritabilidade excessiva, insônia, fadiga, ansiedade e até mesmo quadros depressivos profundos (MOSS *et al.*, 2016).

A partir do momento em que os indivíduos não apresentam mais condições de enfrentar os fatores estressores começa a se instalar a exaustão emocional descrita como total ausência de energia. Após a instalação deste processo, a segunda instância é a despersonalização que pode ser entendida como a alienação e distanciamento afetivo do indivíduo consigo e com o meio. Caso este processo não seja identificado a indiferença e descontentamento com a vida passa a interferir nas esferas profissionais instalando o sofrimento no ambiente laboral (MALASH; JACKSON *apud* CARDOSO *et al.*, 2017).

A não observância do ambiente de trabalho e a não identificação precoce de fatores estressores se configura como responsável pela instalação de ambientes insalubres tanto a nível públicos como privados. Desta forma se configura como essencial controlar o ambiente de trabalho observando sua interferência na qualidade de vida e na qualidade de vida no trabalho, na busca de ambientes que permitam que os indivíduos desenvolvam suas capacidades pessoais e laborais da melhor maneira possível (CORREIA *et al.*, 2017).

A Síndrome de Burnout e o trabalho docente.

O trabalho docente se configura como uma atividade que vive permeada por conflitos e fatores estressantes. A condição de desvalorização profissional sempre esteve associada a este fazer e esta característica se configura em remunerações não condizentes com a importância deste profissional. O dia a dia do professor incorpora atividades que extrapolam os muros escolares como atividades extraclasse, reuniões, planejamento e outras atividades. Associado a estas

condições ainda existem as condições expressadas pela mídia onde professores sofrem ameaças verbais e muitas vezes sofrem violência física por parte dos alunos (CARLOTO *apud* SILVA *et al.*, 2017).

É interessante salientar que existe uma hipótese de que os professores que atuam no sistema de ensino público têm maiores estressores e assim são mais susceptíveis à Burnout. Alguns estudos demonstram que a patologia está mais ligada às condições da própria profissão e que não existem diferenças significativas da ocorrência da SB na esfera pública ou privada. A ação é o processo em si e os fatores que são determinados dentro de cada modalidade de ensino (BORBA *et al.*, 2015).

De uma maneira geral, a Burnout é incidente em mulheres, principalmente as que têm filhos. Outro fator identificado foi que os professores que possuem carga horária maiores e aqueles que atendem maior número de alunos estão mais susceptíveis. Demais fatores que contribuem para o agravamento da síndrome são excesso de ruídos, tempo de docência, cargos de chefia, pouco respeito no ambiente de trabalho e desvalorização profissional (DALCIN; CARLOTTO, 2017).

Cada modalidade de ensino tem suas características próprias e seus desafios a serem superados. O Ensino técnico não foge a esta regra e os professores que atuam nesta instância estão expostos a todas as problemáticas descritas anteriormente. Quando o docente se depara com evasão escolar e reprovação, ele começa a se questionar sobre sua responsabilidade nesse fracasso escolar. No momento em que estas condições não são acompanhadas este sentimento pode migrar para frustração e posteriormente para um desencantamento que pode levar o docente a questionar sua própria competência tendo sua identidade profissional fragilizada (CODO; MENEZES, 2021).

O que mais chama a atenção em relação à Burnout é que a mesma poderia ser identificada e tratada entre os professores, pois ela não é aguda, e sim um processo crônico. Alguns sinais podem ser identificados e entre eles está a emoção negativa onde a pessoa sente vontade de chorar sem perceber a causa aparente; a queda no desempenho onde o professor começa a ter dificuldades de concentração no trabalho e acaba por culminar em absenteísmo; o cinismo que faz com que o indivíduo passe a questionar sua própria vida e trabalho além de apresentar

comportamento desorganizado concretizado em atrasos e perdas de prazos (FORESTO DEL COL; REAL; LUPATINI, 2018).

E a Qualidade de Vida no Trabalho?

Para que se tenha uma qualidade de vida no trabalho, o professor deverá sentir-se valorizado para que ele consiga enxergar a relevância do seu fazer e a importância de sua ação na vida dos alunos e da sociedade. Em contrapartida, quando o ambiente de trabalho apresenta condições insalubres levando os profissionais a um desgaste físico e emocional, diretamente a qualidade de vida no trabalho desses profissionais será comprometida. Não se é possível ter qualidade de vida no trabalho se não garantida a qualidade individual (KLEIN; PEREIRA; LEMOS, 2019).

Quando a SB é diagnosticada, vários fatores da vida do indivíduo são comprometidos. Estudos demonstram que existe uma relação direta entre identificação de características da Burnout classificadas como negativas e domínios da QVT classificados como regular ou ruim. Dessa forma é possível identificar que a Burnout interfere diretamente sobre a qualidade de vida dos trabalhadores, e nesse caso em específico sobre a vida do professor (FONSECA, 2016).

A maioria das pesquisas demonstram relação entre SB e qualidade de vida no trabalho. Estes estudos estabelecem correlação entre dimensões da Burnout e as esferas da QVT. Desta forma, quanto melhor for a qualidade de vida do indivíduo e consequentemente sua qualidade de vida no trabalho, menores as possibilidades do Desenvolvimento de SB (STASIAK, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Identificou-se através da revisão que as condições de trabalho e a falta de reconhecimento do trabalho docente associado a condições do próprio cotidiano do professor podem levá-lo a desenvolver a Síndrome de Burnout.

Quando este docente passa a conviver com as características da Síndrome, sua vida como um todo sofre interferências e assim sua qualidade de vida no trabalho também.

A literatura acerca da relação entre interferências da SB sobre a QVT de professores do ensino técnico em específico ainda é incipiente, o que demonstra a necessidade de novas pesquisas.

Percebeu-se no decorrer da pesquisa que a Síndrome de Burnout tem relação direta com a qualidade de vida dos professores e que quanto maior a satisfação e a qualidade do trabalho, menores serão as possibilidades de instalação da Síndrome de Burnout.

REFERÊNCIAS

BORBA, B. M. R. Síndrome de Burnout em professores: estudo comparativo entre o ensino público e privado. **Psicol Argum.** jan./abr., 33(80), 270,281, 2015.

CARDOSO, H. F. *et al.* Síndrome de burnout: Análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, 17(2), abr-jun 2017.

CODO, W; MEZEZES, I. V. Burnout : sofrimento psíquico dos profissionais de educação. CEREST, Caderno de Saúde do Trabalhador. Disponível em: http://www.cerest.piracicaba.sp.gov.br/site/images/Caderno14_educacao.pdf. Acessado em: 21/05/2021.

CORREIA, J. S. et al. Características de publicações nacionais sobre Síndrome de Burnout. **Saber Humano**, V. 7, n. 10, p. 91-104, jul./dez. 2017.

DALCIN, L; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em professores no brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 23, n. 2, p. 745-771, ago. 2017.

FONSECA, L. C. T. **Síndrome de Burnout e a qualidade de vida**: estudo com professores universitários da área da saúde. Tese apresentada à Coordenação do Centro de Ciência da Saúde para obtenção do Título de Doutora em Enfermagem, João Pessoa, 2016.

FORESTO DEL COL, D. R; REAL, A. C. P; LUPATINI, I. M. Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental de uma escola pública. **Revista Funec Científica –Multidisciplinar**, Santa Fé do Sul (SP), v.7, n.9, jan./dez. 2018.

KLEIN, L. L; PEREIRA, B. A. D; LEMOS, R. B. Qualidade de vida no trabalho: parâmetros e avaliação no serviço público. **RAM**, São Paulo, 20(3), eRAMG190134, 2019.

MELO, W. F. *et al.* Síndrome de Burnout em Professores. **REBES**, v. 5, n. 4, p. 01-06, Out-Dez, 2015.

MOSS, M. *et al.* An official critical care societies collaborative statement: Burnout syndrome in critical care healthcare professionals: a call for action. **Crit Care Med.** 2016;44(7):1414-21.

PEGO, F. P. L; PEGO D. R. Síndrome de Burnout. **Rev Bras Med Trab.**;14(2):171-6, 2016.

RIBEIRO, L. A; SANTA, L. C. qualidade de vida no trabalho: fator decisivo para o sucesso organizacional. **Revista de Iniciação Científica – RIC Cairu**. Jun., Vol 02, nº 02, p. 75-96, 2015.

SILVA, J. L. L. *et al.* Prevalencia del Síndrome de Burnout entre profesores de la Escuela Estatal em Niterói, Brasil. **Revista Electrónica Enfermería Actual en Costa Rica**. Edición Semestral Nº. 34, Enero 2017 - Junio 2017. Disponível em: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/enfermeria/n34/1409-4568-enfermeria-34-14.pdf>. Acessado em: 21/05/2021.

STASIAK, P. **Qualidade de vida no trabalho e síndrome de Burnout entre professores da rede municipal de ensino de Imbituva – PR**. Dissertação apresentada ao Programa de Pós graduação em Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Estadual de Ponta Grossa como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Ciências Sociais Aplicadas. Ponta Grossa, 2020.