

A SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO

Autoras: Cíntia Caroline Lima da Silva e Tuanny Bossan Fogaça. **Co-autor:** Derly Jardim do Amaral.

Resumo

A questão que motivou a realização da presente pesquisa foi identificar se a Síndrome de *Burnout* acometeu professores de uma universidade de Administração de Empresas localizada na cidade de São Paulo, com conceito “A” no MEC. Para tal, optou-se pelo método qualitativo, de caráter exploratório. A técnica de pesquisa utilizada foi a entrevista. As informações foram gravadas, submetidas à transcrição e, depois de leituras flutuantes da mesma, foram realizadas categorizações. Foram entrevistados quatro professores, apesar de a literatura indicar, quando da utilização desta técnica qualitativa, a importância da amostragem teórica. A amostra foi composta por conveniência estabelecida entre os convidados a participarem da entrevista, a agenda dos pesquisadores e a agenda da universidade. Os resultados indicam que os entrevistados apresentam alguns dos sintomas da Síndrome de *Burnout*, segundo a literatura consultada. Sobrecarga de trabalho afetando a vida pessoal e familiar e como consequência de outras atividades, o cansaço físico como consequência da sobrecarga de trabalho, o descontentamento com a remuneração, a existência de conflito no relacionamento professor-aluno e a importância do suporte afetivo e social, obtiveram representativa emergência na população pesquisada.

1 - Introdução

Esta pesquisa é resultado do interesse mútuo dos pesquisadores no que diz respeito ao estresse de professores universitários. O objetivo desta pesquisa é estudar, de forma exploratória, a Síndrome de *Burnout*. Trata-se de um tipo de estresse que acomete pessoas que trabalham com pessoas. A Síndrome, como descrito na literatura, interfere no desenvolvimento pleno das atividades do professor enquanto orientador educacional dificultando sua atividade principal e influenciando negativamente no processo de estimulador da aprendizagem do aluno.

Neste sentido, entende-se que a Síndrome de *Burnout* é fonte de sofrimento psíquico, que é entendido neste trabalho como uma espécie de dor psicológica decorrente da exposição das pessoas às freqüentes situações de frustração, de incapacidade de realizações, seja por falta de ânimo ou por falta de condições estruturais, de sensação de fracasso e de impotência diante de circunstâncias para as quais as pessoas se vêem atadas ou, ainda, quando as emoções não podem ser expressas nos ambientes organizacionais por causa do autoritarismo expresso nas normas e na burocracia adotadas.

Outros fatores podem influenciar atitudes desta natureza. Entre eles podemos citar os efeitos globais da economia, a vivência em ambientes altamente competitivos, o crescente e alucinante aumento da sofisticação tecnológica, a diminuição do valor intrínseco do trabalho dando lugar à busca de recompensa extrínseca e a questão da sobrevivência em detrimento do senso comunitário e cívico.

O tema foi escolhido pela sua importância em esclarecer a relação do cotidiano dos professores universitários participantes da pesquisa e a síndrome de *Burnout*.

2 - Definindo estresse

O termo estresse, na forma como tem sido utilizado, vem da física e indica o grau de deformidade que uma estrutura sofre quando é submetida a um esforço. Analogicamente falando,

estresse seria então a reação que o organismo humano sofre quando é submetido a um esforço de adaptação aos estímulos do ambiente externo. É o “estado do organismo, após o esforço de adaptação, que pode produzir deformações na capacidade de resposta atingindo o comportamento mental e afetivo, o estado físico e o relacionamento com as pessoas” (FRANÇA e RODRIGUES, 1997, p.25).

Na primeira metade do século XX, Walter Cannon, um fisiologista de renome da *Harvard Medical School*, descreveu pela primeira vez a reação do corpo humano ao estresse. Chamou esta reação de resposta de luta ou fuga, ou seja, o corpo humano prepara-se, ao ser confrontado com uma ameaça, para ficar e lutar ou para fugir da ameaça (GREENBERG, 2002).

Selye apud Greenberg (2002) resumiu a reação ao estresse em três fases, chamando esta reação de Síndrome de Adaptação Geral. A primeira fase é denominada de Reação de Alarme. O corpo humano apresenta as mudanças características da primeira exposição ao estressor. A segunda fase é denominada de Fase da Resistência. A resistência ocorre se a exposição continuada ao estressor é compatível com a adaptação.

A terceira fase é denominada de Fase da Exaustão. Após exposições prolongadas ao mesmo estressor os sinais da reação de alarme reaparecem, na medida em que o corpo humano acomodou-se e não se ajustou ao fator estressor. Neste caso, a energia para a adaptação se esgota. As conseqüências são graves para o indivíduo, na medida em que o fator estressor não foi revertido.

O proposto por Selye apud Greenberg (2002) refere-se aos estímulos que as pessoas vêem como negativos, isto é, aqueles que podem levá-las ao sofrimento psicológico como, por exemplo, a morte de alguém amado. Este tipo de estímulo estressor é chamado de *distress*. Há também, segundo o autor, o estímulo visto como positivo. Este estímulo é denominado na literatura de *eustress*, como, por exemplo, uma boa promoção no emprego. Ambos (*distress* e *eustress*) exigem das pessoas um processo de adaptação, de ajustamento e ambos desenvolvem as mesmas reações fisiológicas.

França e Rodrigues (1997) propõem uma definição para estes dois tipos de estresse. No *eustress*, conhecido como estresse positivo, o esforço de adaptação torna-se um esforço sadio ocasionando sensação de realização pessoal, bem-estar e satisfação. Já no *distress*, ocorre a tensão como o rompimento do equilíbrio emocional, muitas vezes por excesso ou falta de esforço, incompatível com resultados alcançados, tempo ou realização da tarefa. Ele não é apenas um incômodo. É, antes de tudo, prejudicial à saúde. Apontam, ainda, alguns indicadores do estresse negativo. Entre estes indicadores estão os danos psicológicos, como irritabilidade emocional, ansiedade, depressão, agressividade e irritabilidade. Os danos físicos, como as úlceras, alergias, asma, enxaquecas, alcoolismo, disfunções coronarianas e circulatórias e os danos sociais, como a queda no desempenho profissional, ausências ao trabalho, acidentes, baixo desempenho acadêmico, conflitos domésticos e apatia.

Para Greenberg (2002), o *distress* pode levar às doenças psicossomáticas tanto psicogênicas (refere-se a uma doença física causada por estresse emocional, como a asma, por exemplo) quanto as somatogênicas (ocorre quando a mente aumenta a suscetibilidade do organismo a algum micróbio ou a algum processo degenerativo natural, como o câncer e a artrite reumatóide).

3.1 - Revendo a literatura sobre *Burnout*

O pioneiro nos estudos sobre a origem do termo *Burnout* foi o médico psiquiatra Herbert J. Freudenberger em 1974 (SKOVHOLT apud FERENHOF, 2002; FRANÇA e RODRIGUES, 1997) que descreve *Burnout* como uma síndrome que se caracteriza por um sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de energia. Na época, Freudenberger atuava em uma representação comunitária na cidade de Nova York nos EUA. Seu foco de estudo

e trabalho era o uso de drogas. Os usuários de drogas eram chamados de *burnouts* (gíria local), pois não se interessavam por mais nada, exceto as drogas.

Outras pesquisas sobre a *Burnout* surgiram “em meio à evolução dos estudos sobre o estresse” (FERENHOF, 2002, p.190). Neste sentido, Ferenhof (2002) afirma que *Burnout* “é desenvolvido em resposta as fontes crônicas de estresse emocional e interpessoal no trabalho” (p.190).

Já na década de 80 observa-se o foco no desenvolvimento conceitual do *Burnout* por meio da pesquisa empírica, conforme indicado por Ferenhof (2002), tendo como alvo principalmente os profissionais que atuam no cuidado de outrem, como os profissionais de saúde e de educação.

2.1 – Conceituando *Burnout* como Síndrome

A literatura trata o conceito da Síndrome de *Burnout* sob vários ângulos. Neste sentido, para Maslach apud França e Rodrigues (1997), o conceito de *Burnout* tem o sentido de preço que o profissional “paga” por cuidar de outras pessoas, se dedicar e lutar para alcançar suas realizações.

Freudenberger e Richelson apud Cooper (2001), descreveram a Síndrome de *Burnout* em termos de fadiga crônica, depressão e frustração, tipicamente geradas por compromissos a empreendimentos, cujos resultados não foram compensadores.

Cherniss apud Cooper (2001) descreveu a Síndrome de *Burnout* como um processo de descompromisso relacionada ao trabalho causado por estressores tipo *distress*, que pode ser caracterizado por ansiedade, tensão, fadiga e esgotamento, produzindo desde mudanças nas atitudes e comportamento do indivíduo até a despersonalização.

Cooper (2001) descreveu a Síndrome de *Burnout* como um estado de esgotamento físico, emocional e mental causado por envolvimento ao longo prazo em situações que são emocionalmente exigentes. Nas fases avançadas da Síndrome a pessoa desenvolve um senso de desamparo, desesperança e depressão.

Na visão de Golembiewski apud Cooper (2001), despersonalização é a primeira manifestação da Síndrome de *Burnout* e tem o efeito de prejudicar o desempenho e os preceitos éticos da profissão. Como resultado o senso de realização pessoal no trabalho fica prejudicado. De acordo com Golembiewski apud Cooper (2001), baixa realização pessoal é a segunda fase do desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*. Finalmente despersonalização crescente e o senso de realização pessoal diminuído conduzem ao desenvolvimento da exaustão emocional.

Lara (1999) explica que a origem da Síndrome de *Burnout* situa-se no âmbito dos profissionais cuja ocupação se define por estar centrada em proporcionar serviço às demais pessoas. Segundo ela, uma revisão bibliográfica permite compreender que nos estudos sobre a Síndrome tem predominado os seguintes profissionais: médicos, enfermeiros, psicólogos, terapeutas, assistentes sociais, professores, policiais, entre outros.

Síndrome de *Burnout*, portanto, “é o índice do deslocamento entre o que as pessoas são e o que elas têm que fazer. Isto representa uma erosão em valores, dignidade, espírito e força de vontade. Uma erosão da alma humana” (FERENHOF e FERENHOF, 2002, p.6). “Trata-se de uma síndrome tridimensional que envolve esgotamento emocional, despersonalização e propensão ao abandono” (LARA, 1999, p.3). Ou, ainda, “é o sentimento de discrepância entre o que o trabalhador dá (o que ele investe no trabalho) e aquilo que ele recebe. No caso dos Orientadores Educacionais, dos resultados no comportamento geral do aluno” (FRANÇA E RODRIGUES, 1997, p.5).

Os professores enquadram-se nesta lista de profissionais sujeitos a Síndrome. Menezes e Codo (2000) afirmam que estes profissionais, quando acometidos pela Síndrome, manifestam comportamento de desistência ao trabalho. Entendem que as tarefas e os desafios da educação são percebidos como estímulos estressores, na medida em que eles não têm limites nem lugar e

acontecem em todos os momentos da vida. A educação “não tem um autor. É obra de todos com quem cada um de nós se encontra e também de quem se quer conhecemos. A educação é onipresente e onisciente” (MENEZES e CODO 2000, p.39).

A percepção do estímulo estressor indica um elevado nível de senso responsabilidade do educador pela abordagem ampla, geral e irrestrita do processo educacional, como, também, na maneira que os alunos se vestem, nas boas maneiras na hora das refeições e até mesmo em discussões sobre religião, literatura e arte. A questão que se pode levantar é qual o limite ou os limites da educação? Teria a educação um início e um término, temporalmente falando?

Indo além dos aspectos relativos à vocação, pode-se pensar a “educação como sendo trabalho, profissionais com tarefas divididas, cuidando cada um do seu espaço, o aluno tendo suas obrigações avaliadas”. (MENEZES e CODO 2000, p. 40). O professor depara-se com uma atividade rotineira, “tarefas objetivas, finitas, mensuráveis, que tem seu lugar (a sala de aula), seu tempo (a duração da aula) e sua medida (as provas)” (p.40).

O professor tem a tarefa de retomar o passado, refazendo os vínculos com o presente para então reorganizar o futuro. Por exemplo, quando um professor leciona disciplinas como história, geografia, português ou matemática, ele está trazendo o passado para que seja construído o presente dos alunos e, conseqüentemente, com ele seja projetado o futuro dos alunos. Professor tem seus gestos e suas ações fazendo história, pois cada palavra dita, cada movimento até mesmo do olhar tem lugar reservado no futuro do outro, do país, do mundo. Sendo por bem ou até mesmo por mal, como afirma Menezes e Codo (2000).

Na visão de Menezes e Codo (2000), os educadores sentem a Síndrome de *Burnout* de diversas formas, mas, geralmente, ou melhor, na maioria das vezes ela se destaca naquelas pessoas que estão totalmente envolvidas com o trabalho, que muitas vezes não suportam mais o que fazem, mas que por diversos motivos não podem desistir. Assim mesmo, continuam trabalhando. Inconscientemente o trabalhador cria uma maneira de abandonar o trabalho, armando uma retirada psicológica, ou seja, está presente em sala de aula, mas é como se não estivesse, tudo para essa pessoa não tem mais sentido nem motivação. Essa retirada psicológica junto à perda de motivação no trabalho resulta da dedicação ao trabalho além da dedicação à família que leva o indivíduo ao sofrimento psíquico influenciando negativamente o relacionamento do sujeito professor fora de sala de aula, como sua família, por exemplo.

O professor passa a maior parte do seu tempo produtivo no trabalho e isso às vezes leva a pensar que a família está sendo deixada à parte, que está perdendo as melhores fazes dos filhos, que não há dedicação como deveria aos familiares mais próximos, não dando a atenção e o cuidado aos relacionamentos, ou seja, que o trabalho rouba-lhe um tempo precioso que poderia ser gasto de outra forma (MENEZES, CODO e MEDEIROS, 2000).

A relação entre trabalho e família é uma relação biunívoca, onde um afeta o outro causando mútuas insatisfações. Mesmo sabendo que os problemas de casa não devem ser levados para o trabalho e vice-versa, as pessoas freqüentemente esquecem deste mandamento e misturam trabalho e afeto, causando influências até mesmo no desempenho do trabalhador. Por isso com o passar do tempo, essa convivência incompatível resultante do conflito vivido dia após dia de que o trabalho está roubando o tempo de dedicação à família, leva a um outro conflito, ao sofrimento psíquico, o que poderia levar a pessoa à exaustão emocional e a despersonalização (MENEZES, CODO e MEDEIROS, 2000). As evidências são: sentir-se cansado, sem forças para lutar, achar que seus problemas são muito maiores do que realmente são e sentir que não tem recursos para solucioná-los. Estas evidências acabam se agravando com o tempo. O educador sente a necessidade e a vontade de se dedicar mais à família e a escola, porém não tem condição física, emocional e nem tempo disponível.

Uma carreira recompensadora não pode ser vista como competidora da família ou dos filhos. Compreensão, respeito, reconhecimentos são fundamentais. Flexibilidade de horários pode ser uma alternativa importante, mas sempre há que se ficar alerta, na medida em que não se pode trocar um conflito por outro, nem fugir dele. É imprescindível administrar da melhor forma

esse conflito reconhecendo como real e importante de ser trabalhado, para que mais tarde não se torne na Síndrome de *Burnout*.

As pessoas necessitam de apoio afetivo (MENEZES e GAZZOTTI, 2000) e social (SORATTO e PINTO, 2000) para saírem da exaustão emocional, pois a pessoa que se sente só, sem apoio de ninguém, torna-se amarga, angustiada e cada vez mais se fecha em seu mundo, sem esperança e com medo de sofrer não procura ajuda. No caso dos professores, segundo estes pesquisadores, a situação é mais difícil, pois eles não podem e não querem largar a escola, tem um compromisso com a educação dos alunos e no sustento da família. Para não sofrer mais, a saída que o professor enxerga é o afastamento das pessoas. Do outro lado os alunos demandam afeto e atenção, cuidado e apoio, isso provoca às vezes inconscientemente, um endurecimento emocional. Esse professor torna-se insensível aos problemas do dia-a-dia e às demandas educacionais, pessoais e profissionais. Assim o educador tem a falsa sensação de que está protegido do sofrimento instalado.

Trabalhar não faz mal para ninguém, ao contrário trabalhar faz com que a pessoa ocupe seu tempo, se distraia, se sinta útil e produtiva construindo alguma coisa, oferecendo um serviço para alguém. Trabalho dá sentido à própria existência, emerge um reconhecimento social, formata a identidade e a auto-estima. “O fato nocivo do trabalho não está na dedicação, no empenho, mas nas condições, na organização e na relação com o trabalho. Problemas nestas três ordens podem provocar carga mental mesmo que a quantidade de trabalho e o número de horas trabalhadas sejam bastante razoáveis” (SORATTO e PINTO, 2000, p.282).

4 - Procedimentos metodológicos

A questão norteadora desta pesquisa foi: “Os professores de uma instituição universitária localizada na cidade de São Paulo foram acometidos pela Síndrome de *Burnout*?”. Para tentar entender as dimensões e os principais componentes presentes neste fenômeno, optou-se por realizar uma pesquisa de natureza exploratória, utilizando-se, para tal, o método qualitativo através da técnica de entrevista.

Godoy (1995) informa que pesquisas de natureza exploratória se propõem a aumentar o conhecimento do pesquisador acerca do fenômeno que está sendo alvo da pesquisa, no que, no presente caso, era o acometimento dos professores universitários pela Síndrome de *Burnout*. Ela também foi qualitativa porque utilizou métodos “como uma série de técnicas interpretativas que procuram descrever, decodificar, traduzir e, de alguma forma, chegar a um acordo com o significado, não a frequência, de certos fenômenos que ocorrem de forma mais ou menos natural no mundo social” (VAN MAANEN apud EASTERBY-SMITH, THORPE e LOWE, 1999, p.71).

A entrevista tem sido uma ferramenta de extremo destaque nos estudos qualitativos, principalmente os que se volta para a educação, para a antropologia entre outros. A entrevista acaba sendo uma representação do interesse do pesquisador, do referencial teórico escolhido para suportar a compreensão do fenômeno e da própria questão que emerge como principal estimulador à pesquisa. Neste sentido, segundo King apud Cassel e Symon (1994), ela varia seu foco, podendo ter uma perspectiva individual, como pode ser visto na pesquisa etnográfica, por exemplo. Em suma, cada ciência social usa um tipo de entrevista, a partir da sua forma de pensar e interagir com a própria realidade social.

O fenômeno de interesse desta pesquisa pode ser compreendido a partir de diferentes pontos-de-vista. Pode ser visto a partir da ótica do professor sobre si mesmo, da percepção dos seus alunos quanto aos comportamentos e atitudes esposados em sala de aula, da percepção dos seus familiares quanto aos comportamentos e atitudes esposados em família, da percepção da instituição na qual trabalham, a partir dos comportamentos e atitudes esposados dentro da organização. No caso, optou-se por olhar o fenômeno a partir da percepção do professor. Para

tal, foram escolhidos professores do curso de Administração de Empresas pertencente a uma universidade privada, com conceito A no Provão.

A escolha dos professores deu-se a partir de um ajustamento de três agendas: a dos pesquisadores, a dos professores e a da disponibilidade da sala e dos equipamentos que seriam utilizados na entrevista. Os professores do período noturno desta universidade foram convidados para participar, mas somente alguns deles viram a possibilidade de ajustarem suas agendas às demais. Para os que participaram da entrevista, os pesquisadores informaram os objetivos da pesquisa de forma sucinta, agendando, assim, dia e horário para realizá-la. Escolheu-se o período noturno tendo em vista a disponibilidade dos pesquisadores e, também, de maior concentração e disponibilidade de professores. O mesmo se deu com a escolha do curso de Administração de Empresas.

A literatura que trata do número ideal de entrevistados em pesquisa qualitativa recomenda a amostragem teórica. Trata-se de entrevistar tantas pessoas quanto for necessário até se verificar uma repetição nas informações obtidas. Isto quer dizer que o entrevistador propõe-se a discernir certos padrões que tenham um significado mediante a descrição densa. Para tal, minimiza-se ou maximizam-se as diferenças entre os respondentes de forma a detectar as semelhanças ou trazer luz às diferenças de padrões (WARREN, 2001).

Apesar da recomendação da literatura quanto ao uso da amostragem teórica, optou-se por uma amostra simples e aleatória, por uma questão de praticidade. Assim, realizaram-se quatro entrevistas, que tiveram a duração média de 50 minutos cada.

4.1 - Providências quanto à obtenção, recuperação e registro dos dados.

Os pesquisadores procederam a um planejamento adequado para a coleta de dados, considerando que sem ele vieses poderiam surgir e influenciar negativamente as entrevistas. Uma das recomendações encontradas na literatura (KING, 1994) diz respeito ao ambiente onde a entrevista deve ser realizada. Ela deve refletir um contexto que permita ao entrevistado sentir-se à vontade, isto é, deve-se criar um clima favorável à fala espontânea. Outro cuidado deve ser o de informar ao entrevistado os procedimentos que estão sendo adotados pelos pesquisadores. Estes devem, antes do início da entrevista, certificar-se de que houve compreensão clara por parte do entrevistado.

Outro cuidado tomado foi o de se romper com as relações de poder que naturalmente poderiam se fazer presentes, tendo em vista que os entrevistados são professores e parcela dos pesquisadores são alunos. Uma das formas para a diminuição desta distância de poder foi acordando, quando do contrato inicial firmado com o entrevistado, os papéis que desempenhariam naquela relação. Isto significou que o entrevistado deveria sentir-se à vontade, com liberdade para abordar tópicos que lhe parecia interessante, independentemente das perguntas formuladas pelos pesquisadores. Deveria considerar, neste elenco, o aspecto confidencial das informações prestadas. Portanto a flexibilidade era o ponto central (EDER e FINGERSON, 2001; KING, 1994).

Para tal, realizou-se uma entrevista semi-estruturada. Para realização da entrevista, os pesquisadores elaboraram um conjunto inicial de questões abertas e abrangentes, de maneira que permitisse que o entrevistado fosse se envolvendo paulatinamente no tema de pesquisa.

Ao término da entrevista deu-se oportunidade ao entrevistado para que pudesse manifestar-se livremente, fazendo comentários que porventura lhe surgiram durante a entrevista ou para complementar o processo ou o tema de pesquisa, como recomendado por (KING, 1994).

Utilizou-se de gravação, autorizada pelo entrevistado no início da entrevista, para a recuperação das informações obtidas. Tomou-se o cuidado de utilizar o sistema Cakewalk, que permite a gravação em computador, tornando excelente a qualidade da gravação, permitindo, inclusive, à diminuição dos possíveis ruídos presentes na sala utilizada para entrevista. Este procedimento é amplamente recomendado pela literatura para este tipo de pesquisa. Também foi

utilizada anotação durante o processo, autorizada pelo entrevistado no início da entrevista, com a tentativa de esclarecimentos posteriores a respeito dos detalhes ou contexto envolvidos na entrevista. Todas as entrevistas foram transcritas levando-se em consideração eventuais pausas e interrupções (POLAND, 2001).

4.2 - Quanto ao tratamento de dados

As técnicas de tratamento de dados em entrevista qualitativa diferem também em função do posicionamento epistemológico do pesquisador, como também dos objetivos da pesquisa. Goetz e LeCompte apud Lincoln e Guba (1985) sugerem diferentes estratégias que podem ser utilizadas. Apontam para uma abordagem dedutiva e objetiva ou para a abordagem indutiva e subjetiva. A primeira abordagem propõe técnicas como a Análise de Conteúdo e a segunda a Indução Analítica.

Nesta pesquisa foi utilizada a Análise de Conteúdo. Esta técnica, a partir de procedimentos sistemáticos e objetivos, permite descrever o conteúdo da mensagem, tendo como objetivo principal a inferência, isto é, dedução lógica buscando revelar as causas ou antecedentes da mensagem e/ou às conseqüências, os efeitos da mensagem.

Depois de realizadas as transcrições das entrevistas, os pesquisadores fizeram leituras flutuantes das mesmas, visando tomar contato com sua forma e o conteúdo, na medida em que pretendiam compreendê-las a partir de suas impressões e orientações (BARDIN, 2000). Feito isto, partiu-se para a primeira categorização, que teve como principal objetivo abranger o máximo possível à representação do conteúdo das entrevistas. Utilizou-se a classificação de seus elementos, primeiramente por diferenciação e, em seguida, por reagrupamento ou analogia.

Bardin (2000) propõe que este processo seja feito por “caixa” ou por “milha” (p.119), isto é, a classificação pode ser definida *a priori* ou *a posteriori*. Nesta pesquisa utilizou-se a classificação por “milha”, na medida em que se procurou agrupar as informações semelhantes e, depois, definir um nome ou uma categoria para a mesma.

5 - Resultados e análise dos dados

5.1 - A amostra

Para coleta de dados desta pesquisa, foram selecionados quatro professores de uma universidade localizada na cidade de São Paulo, com conceito “A” no MEC. Dos quatro professores entrevistados, três são do sexo masculino e um do sexo feminino, tendo idades compreendidas entre vinte e cinco e cinquenta anos, sendo que três deles são casados e um solteiro. Exercem a profissão de um a vinte e cinco anos. Todos são graduados nos cursos de Administração, Direito, Física, Química e Economia, respectivamente. Três dos entrevistados são docentes em período integral e um divide seu tempo entre a docência e outra atividade profissional.

5.2 - Análise do conteúdo da entrevista

O fenômeno alvo desta pesquisa é extenso, complexo e, portanto, precisa ser compreendido a partir de uma análise que envolva seus vários aspectos. Para tanto, optou-se por dividir a análise em tópicos que melhor caracterizam a população pesquisada.

5.2.1 - Sobrecarga de trabalho como conseqüência de outras atividades

Na população pesquisada, verificou-se que apenas um dos entrevistados realiza outras atividades além da docência. Informou que gasta pelo menos oito horas diárias em outras

atividades profissionais, tais como advocacia, consultoria jurídica, além das disciplinas que ministra no período noturno.

A opção por outra atividade profissional, neste caso, diz respeito à sobrevivência financeira do entrevistado. Entende que “... *se o professor pudesse viver só do magistério, eu seria professor em período integral... talvez trabalhar menos, manter o nível econômico atual, mas trabalhando menos e dedicando mais tempo em atividades que me dessem mais prazer...*”.

Como apontado na literatura já revisada, trabalhar não faz mal para ninguém, ao contrário, trabalhar faz com que a pessoa ocupe seu tempo, se distraia, sentindo-se útil e produtiva construindo algo que seja útil e que tenha serventia para alguém. O trabalho carrega consigo a questão do sentido à própria existência, permitindo que os trabalhadores encontrem um reconhecimento social, projete sua identidade perante a sociedade e a própria valorização pessoal. A questão é trabalhar demasiadamente. Isto pode ser problemático, na medida em que outra atividade remunerada somada à docência, pode significar mais carga mental. Dois empregos implicam, provavelmente, em mais esforço, mais planejamento e mais preparação de atividades diferentes, aumentando o sentimento de carga mental e diminuindo a possibilidade de obtenção do prazer.

Na literatura estudada, (SORATTO e PINTO, 2000), a carga mental é caracterizada pelo trabalho alienado, trabalho que parece vão que não traz prazer para aquele que o realiza e não traz motivação. Com o tempo isso desgasta o trabalhador, tornando o trabalho pesado e difícil de conviver. No caso dos entrevistados, a carga mental aparece associada a diferentes números de empregos, números de turmas, números de disciplinas e de escolas.

Outro aspecto de importante significado na compreensão do fenômeno, segundo Menezes e Soratto (2000, p.270) está na exaustão emocional. Um dos entrevistados afirma, neste sentido, que “... *tem hora que você cansa porque no momento que você está sendo solicitado, a tua solicitação é carga plena, se você dá aula de verdade, você está lá gastando sua energia 90% ...*”.

5.2.2 - O cansaço físico como consequência da sobrecarga de trabalho

Há representativa demonstração de cansaço físico na população pesquisada por conta das atividades decorrentes da docência. Os entrevistados informam que possuem o dia todo preenchido com tarefas que causam desgaste físico. Um dos entrevistados comenta que, pelo menos três vezes por semana, ele está envolvido com tarefas das seis e meia a uma e meia da manhã. Outro entrevistado comenta que, por conta da sobrecarga de trabalho, no “... *último horário que eu dou aula, que é das seis e meia às oito horas, estou absolutamente acabado... meus pés já não se agüentam mais, minha coluna também...*”. O que mais lhe cansa é falar o tempo todo em pé.

Comenta ainda que se sente cansado quanto às interferências de ruído oriundas do ambiente de trabalho, tais como ar condicionado dentro da sala de aula, o que o obriga a falar mais alto (“*gritar*”) resultando em mais cansaço e esgotamento.

O desgaste da energia de uma pessoa ou a combinação de fadiga física, esgotamento emocional, que se desenvolvem gradualmente com o passar do tempo, pode se caracterizar como a Síndrome do *Burnout*. Nas fases avançadas dessa Síndrome a pessoa desenvolve um senso de desamparo, desesperança e depressão (COOPER, 2001).

5.2.3 - A sobrecarga de trabalho afetando a vida pessoal e familiar

Dois dos entrevistados apresentaram indícios de que a vida pessoal e familiar está sendo impactada pela sobrecarga de trabalho que possuem. A sobrecarga de trabalho, para um destes entrevistados, não chega a ser um ponto de ruptura no casamento, porém o ritmo acelerado e a

falta de tempo provocam certa insatisfação que, na opinião do entrevistado, sacrifica o relacionamento.

Comentou que “... *como eu passo praticamente 16 horas fora de casa... eu só vejo o meu filho no final de semana e encontro meu cônjuge de manhã e só! À noite quando eu chego em casa ela já está dormindo... esse ritmo tem sacrificado um pouco o relacionamento com a família... eu gostaria de passar mais tempo com eles (filho e cônjuge), acompanhar mais, por exemplo, o crescimento do meu filho...*”.

Outro entrevistado informa que a sobrecarga de trabalho é um fator de stress no seu casamento. As constantes reclamações do cônjuge, quanto ao seu ritmo de trabalho, se expressam no fato do entrevistado valorizar “... *demais a profissão, mas por outro lado o cônjuge apóia quando estou abusando da sua boa vontade...*”.

Há uma clara percepção dos entrevistados de que o tempo dedicado ao trabalho está interferindo no tempo que gostariam de dedicar à família. Percebem que estão deixando a família de lado, não dando a ela a dedicação e carinho que gostariam de dedicar. Parece que o trabalho é o vilão que lhes rouba o tempo que poderiam dedicar à família. Estas percepções podem representar um aumento significativo dos fatores exaustão emocional e despersonalização.

A literatura estudada apresenta a relação família e trabalho como sendo biunívoca, onde um afeta o outro causando insatisfações. Há uma expectativa de que os problemas de casa não deveriam ser levados para o trabalho e vice-versa. Contudo, parece que as pessoas frequentemente misturam trabalho e família, o que pode causar interferências até mesmo no desempenho do trabalhador.

5.2.4 - A percepção dos entrevistados quanto à remuneração

Os entrevistados mostraram-se críticos em relação à remuneração recebida. Acreditam que esta é uma das razões para que os professores tenham mais de uma atividade e todas exigindo muito ao mesmo tempo. Um dos entrevistados acredita que o sistema de remuneração não é compatível com o esforço e empenho que os professores demonstram. Afirma que “... *as pessoas se titulam, produzem e não são valorizadas por isso. Recebem salário da mesma forma que as pessoas que não têm esta postura...*”.

Outro entrevistado, comparando a remuneração recebida no Brasil com a prática em outros países, afirma que “... *o aspecto financeiro é o que pesa bastante, ou seja, no exterior o professor universitário, é professor em período integral... a remuneração é compatível com o status que ele tem. No exterior o professor universitário tem status muito elevado, muito respeitado, ele não precisa exercer atividades paralelas. Ele pode viver do magistério...*”.

O mesmo não se percebeu em relação aos benefícios indiretos. Um dos entrevistados acredita que “... *esses benefícios trazem tranqüilidade, segurança e desejo de permanecer na instituição...*”. Outro entrevistado afirma que “... *os benefícios compensam de certa forma e fazem com que o salário não seja visto como o mais importante...*”.

A maior concentração de trabalhadores descomprometidos e insatisfeitos, segundo Soratto e Pinto (2000), se encontra nos primeiros anos no trabalho, caindo constantemente com o passar do tempo. Isto parece ter se confirmado entre a população pesquisada, na medida em que o entrevistado que demonstra maior nível de insatisfação está no seu primeiro ano de docência. O de menor nível de insatisfação está no 25º ano de exercício de profissão.

O professor vende sua força de trabalho para suprir suas necessidades materiais e afetivas. Do ponto de vista material esse professor deve receber o suficiente para lhe garantir segurança, conforto e estabilidade. No que se refere às necessidades afetivas necessita de reconhecimento, satisfação e respeito (MENEZES e GAZZOTTI, 2000).

5.2.5 - A percepção dos entrevistados quanto à relação entre professor e aluno

Soratto e Ramos (2000) afirmam que em qualquer tipo de trabalho as relações sociais são importantes, incluindo aí o educador. Esse profissional está envolvido diretamente com seus alunos não só em nível educacional, mas também afetivamente, que, a princípio, é uma característica bastante positiva, mas também possui suas armadilhas.

Neste sentido, os dados da entrevista apontam para uma unanimidade entre os entrevistados quanto à existência de momentos de conflitos na relação professor e aluno. Esta relação de conflito se apresenta nos processos de orientação de trabalhos de conclusão de curso (“... *integrantes do grupo se dirigiram... de forma desrespeitosa...*”), nos questionamentos sobre a didática utilizada pelo professor em sala de aula (“... *o aluno se levantou no meio da aula e falou assim: professor, eu não gosto desta matéria, não gosto do teu jeito, está muito chato, não estou entendendo nada, está muito ruim...*”) e na percepção de desrespeito a pessoa do professor em sala de aula (“... *uma aluna... que estava com problemas pessoais... e acabou descarregando em mim...*”).

Contudo, os entrevistados informaram que também mantêm momentos de uma boa relação com alunos. Dois dos entrevistados entendem que são bastante pacientes com os alunos, procurando interagir e entendê-los. Mostraram-se a favor do diálogo e de muita compreensão. Os entrevistados procuram também manter contatos fora da faculdade como possibilidade de ajuda e fortalecimento da comunicação. Os outros dois entrevistados mostraram-se mais voltados para a tarefa que necessitam desempenhar em sala, deixando os aspectos pessoais reservados a momentos específicos. Um deles afirma que “... *na medida do possível eu evito um envolvimento maior...*”.

A revisão da literatura sobre a Síndrome de *Burnout* indica que, na presença da Síndrome, possivelmente dobram os problemas de relações sociais no trabalho. Profissionais atingidos pela Síndrome não se importam mais com as relações interpessoais, desenvolvem atitudes negativas com os colegas e alunos.

5.2.6 - Suporte afetivo e social

Uma das formas indicadas na literatura para evitar a Síndrome de *Burnout* é o suporte afetivo e social que o profissional vê e percebe ao seu redor. Na coleta de dados, percebe-se que os entrevistados encontraram este suporte, como por exemplo: entre os amigos pessoais, em atividades religiosas ou nos vínculos criados na própria instituição.

Percebem o convívio na sala dos professores como propiciador de momentos de confraternização e descontração, onde há trocas de experiências e conhecimentos. Um dos entrevistados afirma, comentando esta questão, que “... *na maioria das vezes é muito boa. Existe uma interação muito legal entre os professores, todo mundo brinca com todo mundo, todo mundo é muito cordial...*”.

Isto parece ser importante, na medida em que o suporte afetivo vem daquelas pessoas com as quais se podem dividir as preocupações, amarguras ou esperanças, Menezes e Gazzotti (2000). Trata-se de uma amizade eletiva. Esta amizade pode proporcionar segurança, conforto e confiança.

Isto quer dizer que as pessoas necessitam de apoio afetivo e social para sair ou evitar a exaustão emocional, pois a pessoa que se sente só, sem apoio de ninguém, torna-se amarga, angustiada e cada vez mais, se fecha em seu mundo, sem esperança e, com medo de sofrer, não procura ajuda.

5.2.7 - Como os entrevistados se vêem enquanto docentes

Os entrevistados possuem uma visão de si mesmos enquanto docentes. Percebem-se cautelosos quanto à preparação, domínio e transmissão dos temas a serem ministrados aos seus respectivos alunos. Percebem-se, ainda, com uma postura humilde e dinâmica.

Um dos entrevistados afirmou que procura “... *preparar as aulas... procuro transmitir da forma mais simples possível...*”. Outro entrevistado afirmou que “... *como docente você melhora sempre. É um desafio muito grande...*”. Outro também informa que “... *se considera um professor bem razoável, bastante dinâmico, modestamente legal...*”.

Dois dos entrevistados manifestaram certo índice de cobrança e exigência pessoal quanto ao melhor desempenho de suas tarefas. Acredita que “... *sou uma pessoa que às vezes eu me cobro tanto à perfeição que eu chego a ficar maluco...*”. Outro afirma “... *que tem muita coisa para melhorar, muita coisa! Melhorar no quadro, porque às vezes eu fico muito preocupado com a classe, com a autoridade da classe, dispersão dos alunos...*”.

De acordo com Soratto e Pinto (2000), o que um professor precisa é de ter condições para fazer bem seu serviço, com tempo para preparar suas aulas, para se adaptar aos seus alunos, condições para estabelecer vínculos, onde poderá assim se dar por inteiro no momento de dar aula.

Enquanto o educador acreditar que aquilo que faz tem valor e é importante, manterá alguma proteção contra a exaustão emocional, a falta de envolvimento, a despersonalização. Conseqüentemente se manterá distante da Síndrome de *Burnout*.

6 – Considerações finais

Com base nos estudos realizados e apontados nesse trabalho conclui-se que alguns sintomas da Síndrome de *Burnout* foram verificados na população pesquisada, porém não se pode afirmar que a mesma está acometida pela Síndrome. Para obter um diagnóstico preciso sobre a existência da Síndrome seria necessário um estudo mais aprofundado abrangendo uma amostra mais expressiva.

Verificou-se que devido a alguns fatores tais como: envolvimento social e afetivo, frustração, ambição de recompensas esperadas, despersonalização, responsabilidade social no trabalho, motivação e dedicação à família, tendem a tornar os professores mais sensíveis e expostos à Síndrome, refletindo, obviamente em sua prática e no desempenho de seus alunos bem como na sua vida pessoal.

Os professores pesquisados apresentaram indícios que se aproximam de alguns aspectos da Síndrome de *Burnout* e esses dados puderam ser confirmados por meio das entrevistas realizadas neste trabalho.

Alto índice de sobrecarga de trabalho afetando a vida pessoal e familiar e como conseqüência de outras atividades, cansaço físico como conseqüência da sobrecarga de trabalho, o descontentamento com a remuneração, a existência de conflito no relacionamento professor-aluno e a importância do suporte afetivo e social, obtiveram representativa emergência na população pesquisada.

Vale ressaltar que a tendência é que a Síndrome de *Burnout* ocorra em trabalhadores altamente motivados, aqueles que estão totalmente envolvidos com o trabalho. Mergulhados no trabalho passam a viver no limite da resistência física e psicológica. Vivendo intensamente neste limite por longo período de tempo, as pessoas estão mais sujeitas ao esgotamento que, por muitas vezes, as fazem não suportar mais o que fazem. Contudo, paradoxalmente, não pode desistir do estilo de vida por diversos motivos, viver no limite. Quando tal ocorre, reagem ao estresse relacionado ao trabalho, entrando num processo de descompromisso, caracterizado por ansiedade, tensão, fadiga e esgotamento, que produzem mudanças nas atitudes e comportamentos dos indivíduos até que entram em colapso.

É a discrepância entre o que o trabalhador oferece e aquilo que ele recebe, desde o reconhecimento do seu trabalho até a conquista de seus objetivos como docente.

O tema estudado é relativamente novo e pouco divulgado e tem despertado grande interesse e curiosidade em todos que ouvem a seu respeito. Uma das conseqüências é a pouca produção científica a respeito deste fenômeno, o que torna o estudo limitado e desafiador para

novos pesquisadores poderem aprofundar a compreensão da complexidade do assunto. Novas pesquisas poderão envolver professores universitários de outros cursos e, até mesmo, de outras universidades.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2000.
- CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. São Paulo: Vozes, 2000.
- COOPER, Cary L. at Alli. **Organizational Stress – A review and critique of theory, research and applications** – USA, Sage Publications, 2001.
- DELCOR, Núria Serre, ARAUJO, Tania M., REIS, Eduardo J. F. B. et al. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, jan./fev. 2004, vol.20, no. 1, p.187-196.
- EASTERBY-SMITH, Mark; THORPE, Richard e LOWE, Andy. **Pesquisa gerencial em administração: um guia para monografias, dissertações, pesquisas internas e trabalhos em consultoria**. São Paulo: Pioneira, 1999.
- EDER, Donna e FINGERSON, Laura. Interviewing children and adolescents. In: GUBRIUM, Jaber F. e HOLSTEINS, James A. (ed). **Handbook of interview research: context and method**. Thousand Oaks: Sage, 2001.
- FERENHOF, I. A.; FERENHOF, E. A. *Burnout* em professores. **ECCOS – REVISTA CIENTÍFICA – Avaliação e Mudanças – CENTRO UNIVERSITÁRIO NOVE DE JULHO - SÃO PAULO**, v. 4, n. 1, p. 131/151, 2002.
- FRANÇA, A.C.L; RODRIGUES, A.L. **Estresse e trabalho: guia básico com abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas, 1997.
- GODOY, A.S. Introdução à Pesquisa Qualitativa e suas Possibilidades. **Revista de Administração de Empresas**. São Paulo, v.35,n.2,p.57-63. 1995.
- GREENBERG, Jerrolds. **Administração do estresse**. 6a edição. São Paulo: Manole, 2002.
- KING, Nigel. The Qualitative Research Interview. In CASSEL, C.; SYMON, G. **Qualitative methods in organizational research: a practical guide**. London: SAGE, 1994.
- LARA, Silvana de. **A Síndrome de burnout em profissionais da área da saúde mental**. Monografia de conclusão de curso de especialização de saúde do trabalho, no centro de Pós Graduação da Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 1999.
- LINCOLN, Y.S. e GUBA, E.G. **Naturalistic inquiry**. Newbury Park: Sage, 1985.
- MENEZES, Iône Vasques. Educar, educador. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. São Paulo: Vozes, 2000.
- MENEZES, Iône Vasques. O que é *Burnout*?. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. São Paulo: Vozes, 2000.
- MENEZES, Iône Vasques; MEDEIROS, Larissa. O conflito entre o trabalho e a família e o sofrimento psíquico. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. São Paulo: Vozes, 2000.
- MENEZES, Iône Vasques; GAZZOTTI, Andréa Alessandra. Suporte afetivo e o sofrimento psíquico em *Burnout*. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. São Paulo: Vozes, 2000.
- MENEZES, Iône Vasques; SORATTO, Lúcia. *Burnout* e suporte social. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. São Paulo: Vozes, 2000.

- MENEZES, Iône Vasques; VERDAN, Cláudia S. Importância social do trabalho. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação.** São Paulo: Vozes, 2000.
- POLAND, Blake D. Transcription quality. In: GUBRIUM, Jaber F. e HOLSTEINS, James A. (ed). **Handbook of interview research: context and method.** Thousand Oaks: Sage, 2001.
- RICHARDSON, Roberto Jarry. **Pesquisa social: métodos e técnicas.** 3. ed..São Paulo: Atlas, 1999.
- SORATTO, Lúcia; RAMOS, Fernanda. Burnout e relações sociais no trabalho. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação.** São Paulo: Vozes, 2000.
- SORATTO, Lúcia; RAMOS, Fernanda. Atitudes no trabalho e Burnout. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação.** São Paulo: Vozes, 2000.
- SORATTO, Lúcia; PINTO, Ricardo Magalhães. Burnout e carga mental no trabalho. In: CODO, Wanderley (Coord). **Educação e trabalho. *Burnout*, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação.** São Paulo: Vozes, 2000.
- WARREN, Carol, A.B. Qualitative interviewing. In: GUBRIUM, Jaber F. e HOLSTEIN, James A. (ed). **Handbook of interview research: context and method.** Thousand Oaks: Sage, 2001.