

A SÍNDROME DE BURNOUT E OS FATORES QUE PODEM OCASIONAR O SEU DESENVOLVIMENTO ENTRE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ROUSSEAU SILVA DA VEIGA¹; M^a. NICOLE TERRES SCHMITT².

¹Escola Superior de Educação Física/UFPel – russo.veiga@hotmail.com

²Escola Superior de Educação Física/UFPel –nicole.terres@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O *Burnout* tem sido cada vez mais relacionado ao trabalho e reconhecido como um risco para diversas profissões, principalmente nas denominadas como "profissões de ajuda", as quais envolvem serviços humanos, educacionais e os voltados à área da saúde (MASLACH & GOLDBERG, 1998).

Em algumas situações, quando observamos aulas de Educação Física (EF) em ginásios escolares, podemos reparar nos alunos jogando bola e o professor ao lado sem ter o controle das atividades. Logo, de maneira errônea, começamos a apontar as ações, ou falta de ações docentes, naquele período. Contudo, essa situação pode estar sendo um reflexo de um longo e dramático processo pelo qual passam muitos professores: a Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional (SEP) (SANTINI & NETO, 2005).

Por mais que os docentes de EF se sintam competentes e realizados na carreira (FARIAS et al., 2008), em contraste a isso, parece existir uma figura profissional dentro do ensino que se remete àquele professor cansado, desmotivado, estressado e sem vontade de transmitir conhecimento, e isso se reflete em um baixo nível da qualidade de ensino. Devido a estes aspectos, os professores parecem incapazes de estabelecer boas relações com alunos, familiares de alunos e até outros professores (SCHAUFELI, 2005).

Tendo em vista que o trabalho para um ser humano tem sentido fundamental na estruturação de sua identidade (MORIN, 2001), o presente estudo se trata de uma revisão narrativa de artigos encontrados na literatura, e tem como objetivo compreender a SEP e os fatores que podem ocasionar o seu desenvolvimento em professores de EF.

2. METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa e busca investigar o desenvolvimento da SEP em professores de EF. Foram realizadas buscas na literatura no período de fevereiro de 2017 até julho de 2017, considerando as bases de dados: LILACS; MEDLINE; PUBMED; e Google Acadêmico. Os escritos utilizados como referências foram pesquisados através da seguinte combinação de descritores: I) Síndrome de burnout; II) Esgotamento profissional; III) Cotidiano escolar e; IV) Docentes de educação física.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para FREUDENBERGER (1974), a SEP é definida como uma forma de reação emocional crônica, ocasionada quando há excesso de sofrimento ou aborrecimentos, causados ou relacionados à convivência com outras pessoas, especialmente àquelas que tem como profissão o ato de cuidar. A demanda escolar exige tensão emocional incessante, tensão esta, que pode gerar um envolvimento tão desgastante que, em casos extremos, faz com que o docente se torne inapetente à profissão, entrando em *burnout* (CODO & VASQUEZ-MENEZES, 1999). Sendo assim, é possível pressupor que a SEP aflora da disparidade entre os ideais individuais do professor e a realidade da vida laboral diária nas escolas (SANTINI & NETO, 2005).

Durante o processo de revisão da literatura, foi capaz de ser identificadas três dimensões da Síndrome (MASLACH & JACKSON, 1981):

Exaustão emocional: sensação de cansaço, tanto físico quanto mental, e sensação de perca de energia.

Despersonalização: alteração da personalidade do professor, levando ao desenvolvimento de atitudes negativas e/ou insensíveis frente aos alunos e colegas de trabalho.

Falta de realização pessoal no trabalho: tendência em avaliar negativamente o próprio trabalho, por melhor que seja executado.

Porém, essas respostas não devem ser confundidas com estresse. Nesse sentido, as diferenças entre estresse e a Síndrome, segundo CORSI (2002), estão no fato de que o estresse pode desaparecer após um período adequado de descanso e repouso, enquanto que a SEP não regredie com as férias e nem com outras formas de descanso.

Embora, com o passar do tempo, também apareçam reações no organismo, características dessa Síndrome, FRANÇA (1987) constata que o indivíduo geralmente se recusa a acreditar que esteja acontecendo algo errado com ele. Na literatura, inclusive, existe um inventário de reações provocadas orgânicas associadas à SEP. Para Benevides-Pereira (2002), as reações provocadas no organismo, associadas a ela, podem ser:

Físicas: fadiga constante e progressiva; insônia; dores musculares; enxaquecas; perturbações gastrintestinais; transtornos cardiovasculares; distúrbios respiratórios; disfunções sexuais; alterações menstruais.

Comportamentais: irritabilidade; agressividade; incapacidade de relaxar; dificuldade na aceitação de mudanças; perda da iniciativa; aumento do consumo de substâncias; comportamento de alto risco; suicídio.

Psíquicas: falta de atenção e concentração; alterações de memória; sentimento de solidão; impaciência; baixa estima; desânimo, depressão.

Defensivas: tendência ao isolamento; sentimento de onipotência; perda do interesse pelo trabalho; absenteísmo; ironia, cinismo.

É importante ressaltar que indivíduos com a Síndrome não apresentam obrigatoriamente todos esses efeitos. As manifestações dependerão de fatores individuais, fatores ambientais e da etapa em que o sujeito se encontra no processo de desenvolvimento da Síndrome (CARLOTTO & CÂMARA, 2007).

SANTINI & NETO (2005) apontam que entre docentes de EF os principais elementos que favorecem o desenvolvimento da SEP parecem ser:

- a) Formação acadêmica frágil para enfrentar o cotidiano escolar;
- b) Projetos que minimizam a participação dos professores como sujeitos;
- c) A multiplicidade de papéis sociais e profissionais exigidos e exercidos;
- d) Ambiente de violência urbana e insegurança;
- e) Conflitos nas relações interpessoais com os colegas de trabalho;
- f) Condições materiais que não condizem ao exercício do trabalho e a qualidade desejada pelo sujeito;
- g) A dificuldade de lidar, política e epistemologicamente, com críticas dirigidas por diferentes setores da comunidade escolar ao caráter e à contribuição da disciplina no currículo escolar.

Ressalta-se que os elementos citados acima não seguem uma ordem cronológica, pois a síndrome tem impacto diferente em cada indivíduo, estando alocados desta forma no texto buscando melhorar o efeito didático do estudo.

4. CONCLUSÕES

Após a busca na literatura sobre o tema, concluiu-se que, embora seja possível estabelecer relações quanto às fontes que dão origem da SEP (SANTINI & NETO, 2005), esse assunto necessita de aprofundamento, pois não se pode afirmar que a Síndrome seja predominante entre professores de EF comparado aos professores de outras disciplinas e, tampouco, pode-se apontar que o fator gênero tenha influência sobre o problema.

Para estudos futuros, sugere-se que, características pessoais e características sociais sejam utilizadas, podendo auxiliar em um processo que vise identificar se o professor de EF está, ou não, mais suscetível aos efeitos da SEP do que os docentes de outras áreas do ensino.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- MASLACH, C.; GOLDBERG, J. Prevention of burnout: New perspectives. **Applied and preventive psychology**, California, v. 7, n. 1, p. 63-74, 1998.
- SANTINI, J.; NETO, V. M., A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, Porto Alegre, v. 19, n. 3, p. 209-222, 2005.
- CODO, W.; VASQUEZ-MENEZES,I.; O que é burnout? In: CODO, W. (Org.), **Educação: Carinho e Trabalho**, Petrópolis: Vozes, p. 237-254, 1999.
- FREUDENBERG, H. J. Staff Burn-out. **Journal of Social Issues**, Malden, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.
- SCHAUFELI, W. B.; Burnout en profesores: Una perspectiva social del intercambio. **Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones**, Utrecht, v. 21, n. 1-2, p. 15-35, 2005.

- MASLACH, C.; JACKSON, S. E.; The measurement of experienced burnout. **Journal of organizational behavior**, California, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981.
- MORIN, E. M.; Os sentidos do trabalho. **Revista de administração de empresas**, São Paulo, v. 41, n. 3, p. 08-19, 2001.
- FRANÇA, H. H.; A Síndrome de “Burnout”. **Revista Brasileira de Medicina**, São Paulo, v. 44, n. 8, p. 197-199, 1987.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T.; **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do psicólogo, 2002.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G.; Propriedades psicométricas do Maslach Burnout Inventory em uma amostra multifuncional. **Estud. Psicol.**, Campinas, v.24, n.3, p. 325-332, 2007.
- FARIAS, G. O. et al.; Carreira docente em educação física: uma abordagem sobre a qualidade de vida no trabalho de professores da rede estadual de ensino do rio grande do sul, **Journal of Physical Education**, Maringá, v. 19, n. 1, p. 11-22, 2008.