

A SÍNDROME DE BURNOUT NA EDUCAÇÃO – ALGUMAS CONSIDERAÇÕES

RODRIGUES, Taís ¹

PAIXÃO, Marli Suzana Forteza ²

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisar o conceito de síndrome de Burnout e estabelecer relações com algumas causas de falta de motivação entre os profissionais da Educação. A síndrome de Burnout se apresenta em inúmeros profissionais e mostra uma quebra de relação do trabalhador com o seu trabalho, fazendo-o não acreditar na sua função social como agente transformador do contexto em que se encontra. Deste modo, após inúmeras observações no período do estágio supervisionado, analisamos que muitos dos sintomas descritos nesta síndrome estão presentes nos profissionais da escola atual. Discutiremos sobre a síndrome de Burnout e seus malefícios e apresentaremos também as consequências negativas que ela pode trazer para a vida do professor e do aluno.

PALAVRAS CHAVE

Síndrome de Burnout; Educação; Professor; Aluno

1. INTRODUÇÃO

Após realizar o estágio supervisionado, na rede pública estadual da cidade de Arandu (SP), foi possível perceber o grande número de professores que mostravam-se desmotivados e desprovidos de energia para exercer a sua tarefa. Este problema vai além de simples julgamentos e através de pesquisa acadêmica podemos encontrar alguns trabalhos que expliquem tal fato. Deste modo, este trabalho é uma pesquisa bibliográfica, realizada em torno de uma das causas da desmotivação e apatia de muitos professores presentes na escola atualmente, chamada síndrome de *Burnout*.

¹ Graduando da licenciatura de Pedagogia das Faculdades Integradas Regionais de Avaré (SP) – Brasil. Email: taisrodrigues.7@outlook.com

² Professora da FIRA – Faculdades Integradas Regionais de Avaré (SP) – Brasil - Licenciatura de Pedagogia. Email: fortezapaixao@hotmail.com

Este trabalho apresenta o conceito da síndrome de *Burnout (SB)*, destacando de um modo geral seus principais sinais e analisa, em seguida, que a SB vêm sendo estudada e analisada por vários autores como causa de muitos problemas na evolução da vida profissional de muitos professores, bem como o fracasso de muitos projetos pedagógicos.

O trabalho mostra-se como um material importante para conhecimento e conscientização dos profissionais da Educação, pois o primeiro passo para uma melhoria desse estado doentio de muitos professores é o conhecimento da realidade, e como nos esclarece Paulo Freire (1996, p.67):

A minha resposta à ofensa à educação é a luta política consciente, ética, crítica e organizada contra os ofensores. Aceito até abandoná-la, cansado, à procura de melhores dias. O que não é possível é, ficando nela, aviltá-la com o desdém de mim mesmo e dos educandos.

2. A SÍNDROME DE BURNOUT

2.1. Síndrome de Burnout – Primeiros conceitos

A sociedade atual mostra-se cada vez mais globalizada e exigente com os trabalhadores, sendo necessária uma constante busca por aperfeiçoamento e/ou atualização. Novas tecnologias, novos saberes, novas competências e habilidades são, constantemente, exigidas do profissional.

Para Soares (2008), o trabalho faz parte da natureza humana e, por meio dele, o homem constrói o mundo e se constrói, com identidade e subjetividade próprias. Nesse contexto, esta tarefa pode ser entendida como algo prazeroso, mas, muitas vezes é vivenciada com sacrifício e causadora de muitos males físicos e mentais, promovendo doenças e afins. Dentre os males mentais, surge a Síndrome de Burnout (SB).

Segundo Silveira e et all (2005), o termo "Burnout", de origem inglesa, significa aquilo que deixou de funcionar por exaustão de energia. Pode-se dizer que o termo descreve uma síndrome com características associadas, oriundos de várias causas estressantes.

Maslach e Goldberg (apud PÉGO, 2005), conceituam a síndrome de Burnout como um conjunto de sintomas com as seguintes características: sinais de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional em decorrência de uma má adaptação do indivíduo a um trabalho prolongado, altamente estressante e com grande carga tensional.

Em outros países muitas pesquisas sobre a síndrome de Burnout já foram realizadas, mas no Brasil, embora apresentando significativa importância no mundo do trabalho, poucos são os dados sobre esse assunto. Nos artigos pesquisados, constata-se a SB em alguns profissionais, mas em maior número aqueles que envolvem com o cuidado e o lidar com pessoas, como professores, policiais, agentes penitenciários, profissionais da enfermagem, bombeiros, médicos, dentre outros.

Segundo Codo e Menezes (in CODO; 1999; p. 238) a síndrome é entendida como um conceito multidimensional que abrange três pontos:

- 1) Exaustão emocional: situação em que os profissionais sentem-se não poder dar mais de si mesmos a nível afetivo. Sentem-se esgotados a energia e os recursos emocionais próprios, motivados pelo contato diário com os fatores negativos de seu trabalho;
- 2) Despersonalização: desenvolvimento de sentimentos e ações negativas e de cinismo às pessoas destinatárias do trabalho (usuários/clientes); frieza, ausência de amor nas tarefas, "coisificação" da relação;
- 3) Falta de envolvimento pessoal no trabalho: "evolução negativa" no trabalho, afetando a habilidade para efetuar suas responsabilidades profissionais, no atendimento ou contato com as pessoas do trabalho, bem como com a organização do mesmo.

2.2. A síndrome de Burnout na educação

Na literatura de Monteiro Lobato, afirmam Codo e Menezes (in CODO; 1999; p. 237) temos o personagem Jeca Tatu que era considerado pelos seus vizinhos de roça como um preguiçoso. Até que foi descoberto que o problema de fato era uma verminose que lhe roubava a energia necessária para o trabalho. A literatura de Monteiro Lobato mostra uma realidade do mundo do trabalho atual, principalmente

em relação ao mundo dos profissionais da Educação. Muitos são os julgamentos morais feitos pelo senso comum provenientes de causas identificadas como problema de saúde. Segundo os autores, percebe-se que o professor faz muito mais que as condições de trabalho permitem e que muitos estão no meio social trazendo imensas contribuições no futuro de milhares de jovens. Mas aqui o que servirá para nossa análise será um outro trabalhador: aquele que se mostra cansado, desanimado, abatido. Segundo Codo e Menezes (in CODO; 1999; p. 237),

(...) existe um outro professor habitando nossas lembranças: Um homem, uma mulher cansados, abatidos, sem mais vontade de ensinar, um professor que desistiu. O que nos interessa aqui são estes professores que desistiram, entraram em *burnout*.

Segundo Pêgo (2005), um estudo conduzido em escolas da rede municipal de João Pessoa, Paraíba, avaliou a prevalência da síndrome de *Burnout* em professores. Os resultados evidenciaram que 33,6% dos professores apresentaram alto nível de exaustão emocional; 8,3% deles tinham alto nível de despersonalização; e 43,4% demonstraram baixo nível de realização profissional. As autoras acrescentam, ainda, que a síndrome de *Burnout* em professores afeta o ambiente educacional e dificulta e/ou altera os objetivos pedagógicos, levando os profissionais a um processo de alienação, cinismo, apatia, problemas de saúde e intenção de abandonar a profissão. Gera repercussões importantes no sistema educacional e na qualidade da aprendizagem. Em estudo conduzido com 119 professores da rede pública, 70,13% apresentavam sintomas de *Burnout*. Dentre eles, 85% sentiam-se ameaçados em sala de aula, 44% cumpriam uma jornada de trabalho superior a 60 horas semanais e 70% tinham idade inferior a 51 anos. Nesse estudo, constatou-se que a SB em professores relaciona-se à violência instalada em sala de aula, à jornada excessiva, aos baixos salários, à idade do professor (associada à falta de experiência profissional) e à má formação, tanto inicial quanto continuada.

Analisamos que a síndrome de *Burnout* é um mal que infelizmente vem afetando e prejudicando grandemente a Educação Escolar, fazendo com que muitos profissionais desanimem e percam o compromisso e a energia, ou seja, apenas cumprem o horário, mas sem ânimo algum para cumprir seu devido papel na educação, agindo como descreve Codo e Menezes (in CODO, 1999, p.238) "uma

síndrome através da qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não o importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil".

Como afirmam Codo e Menezes (in CODO, 1999, p.238), "*Burnout* foi o nome que se achou para falar de desistência no trabalho". O autor esclarece que se faz importante conhecer sobre a síndrome de *Burnout*, pois "ao nomear o que sentimos podemos lidar com o que sentimos, podemos entendê-los, enfrentá-los, saber dos limites" (p. 240)

É triste afirmar, mas muitos profissionais estão nessa situação, prejudicando a si mesmo e também aos alunos que pensam que o professor já perdeu o amor pela profissão e acabam aproveitando a situação para gerar indisciplina em sala de aula e o professor, por sua vez, já não consegue controlar, ficando sem autonomia e liderança para chamar a atenção e exercer seu papel de mediador.

Codo e Menezes (in CODO, 1999, p. 242) relatam que quando em *Burnout*, o professor começa a desenvolver atitudes negativas, muitas críticas em relação aos alunos, atribuindo-lhe o seu próprio fracasso. Nas observações, durante o estágio supervisionado, estes sinais eram frequentes em nossas observações, quer seja em sala de aula, quer seja na gestão escolar. Tais autores(in CODO,1999, p. 252), acima citados, relatam que:

O trabalhador arma, inconscientemente, uma retirada psicológica, um modo de abandonar o trabalho, apesar de continuar no posto. Está presente na sala de aula, mas passa a considerar cada aula, cada aluno, cada semestre, como números que vão se somando em uma folha em branco.

O profissional que está em *Burnout* acaba evidenciando estes sinais quando percebe-se o desânimo em preparar uma aula, realizar planejamento, ter um olhar cuidadoso para o aluno, investigar as aprendizagens dos alunos e, a partir daí, ter um ponto de partida.

Vasconcelos (2014, p.27-28) afirma que muitos usam o tempo, na escola, com fatores fora do seu compromisso profissional, demonstrando aí um sinal de alterações. O autor esclarece que:

Muitas vezes, para não perder tempo, o que fazem os professores é perder grande parte do tempo! Os estudos sobre Gestão da Sala de Aula revelam que os professores chegam a desperdiçar mais de 50% do tempo útil de

aula com aquilo que chamam de "estratégias de sobrevivência", que vai desde o se atrasar na sala dos professores, ir bem devagar para a sala de aula, fazer a chamada bem lentamente, terminar a aula um pouco antes, tudo para "gastar" o tempo e evitar o conflito.

A prática docente, não só ensina conteúdos conceituais, como também ensina conteúdos atitudinais, envolvendo ética e isso se dá no seu fazer profissional, na sua alegria de ensinar, no seu envolvimento afetivo como aluno. Deste modo, como esclarece Freire (1996 p.65-66)

Sua presença na sala de aula é de tal maneira exemplar que nenhum professor ou professora escapa ao juízo que dele ou dela fazem os alunos. (...) Daí a importância do exemplo que o professor ofereça de sua lucidez e de seu engajamento na peleja em defesa de seus direitos, bem como na exigência das condições para o exercício de seus deveres. O professor tem o dever de dar aulas, de realizar sua tarefa docente. Para isso, precisa de condições favoráveis, higiênicas, espaciais, estéticas, sem as quais se move menos eficazmente no espaço pedagógico. Às vezes, as condições são de tal maneira perversas que nem se move. O desrespeito a este espaço é uma ofensa aos educandos e à prática pedagógica.

Quando Freire se refere às condições "favoráveis, higiênicas, espaciais, estéticas" adequadas para o seu fazer pedagógico, Codo e Menezes (in CODO, 1999, p.243) relatam também que alguns autores atribuem às más condições do ambiente de trabalho como causas do aparecimento da síndrome de *Burnout* nos profissionais da Educação. Esclarecem que a violência, a falta de segurança, uma administração insensível aos problemas do professor, a excessiva burocracia, os baixos salários, a falta de autonomia, as classes superlotadas, os pais omissos, dentre outros, são fatores presentes em professores que têm apresentado a síndrome de *Burnout*.

Motivados pelo pensamento de Paulo Freire (1996, p.67), vislumbramos que a melhora se inicia a partir do reconhecimento do problema, do não ficar na indiferença, do não ficar acomodado.

Um dos piores males que o poder público vem fazendo a nós, no Brasil, historicamente, desde que a sociedade brasileira foi criada, é o de fazer muitos de nós correrem o risco de, a custo de tanto descaso pela educação pública, existencialmente cansada, cair no indiferentismo fatalistamente cínico que leva o cruzamento de braços. "Não há o que fazer" é o discurso acomodado que não podemos aceitar.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através deste trabalho, buscamos refletir sobre o conceito da SB, ou seja, a síndrome do esgotamento profissional e sua relação com a falta de motivação entre os professores atuais. Muitas vezes julgamos um educador pelas suas atitudes, mas não paramos para analisar o que levou este profissional a se desmotivar e às vezes até desistir de sua tão sonhada profissão.

Conforme pudemos perceber no decorrer deste trabalho, a síndrome de Burnout precisa ser tratada, por isso, precisamos parar de apontar a culpa dos problemas relacionados à educação escolar apenas para uma pessoa, pois antes de criticarmos, devemos analisar as causas que a fizeram chegar a este ponto.

Que possamos a partir de agora refletir antes de criticar, analisar os fatos não para achar um culpado, mas para buscarmos possíveis soluções para os problemas. Sabemos que não é fácil, pois é aparentemente tão simples exigirmos mudança de alguém, mas somente quando nos colocamos no lugar do outro é que podemos entender de fato seus problemas.

Diante disso, este trabalho contribui na reflexão e análise sobre uma síndrome que pode ser a causa do desânimo de muitos professores e que infelizmente vem prejudicando a Educação, ou seja, se não estudada e analisada, não conseguiremos alcançar possíveis soluções, pois infelizmente ela é um dos principais fatores que contribuem negativamente para esse resultado.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CODO, Wanderley (coord.) **Educação: carinho e trabalho. Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação.** Petrópolis, RJ. (3ª. Ed) Ed. Vozes/ Brasília: Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação: Universidade de Brasília. Laboratório de Psicologia do Trabalho, 1999.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa.** São Paulo: Paz e Terra, 1996.

SILVEIRA, N.M. ; Vasconcellos S.J.L.; Cruz L.P, Kiles R.F., Silva T.P., Castilhos D.G., et al. **Avaliação de Burnout em uma amostra de policiais civis.** Ver. Psiquiatria RS. 2005; 27 (2): 159-63.

SOARES AS. **Mobbing: Relações com a síndrome de Burnout e a qualidade de vida dos trabalhadores de uma instituição universitária de Campo Grande, MS.** [Dissertação de Mestrado]. Campo Grande: Universidade Católica Dom Bosco; 2008.

VASCONCELLOS, Celso dos S. **Desafio da Qualidade da Educação: Gestão da Sala de Aula.** In: *Gestão da Sala de Aula: Formação Docente para o Trabalho com o Conhecimento, Organização da Coletividade e Relacionamento Interpessoal.* São Paulo: Libertad, 2014.

ARTIGOS PESQUISADOS NA INTERNET:

Síndrome de Burnout – **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho.** PÊGO, Francinara Pereira Lopes e Delcir Rodrigues Pêgo. Disponível em www.rbmt.org.br/export-pdf/46/v14n2a15.pdf , Acesso realizado em 05/06/2018.

<http://demogimirim.edunet.sp.gov.br/Grupo/Desafio.pdf>