

O RETORNO DE PROFESSORES AO TRABALHO APÓS AFASTAMENTOS POR LICENÇA-SAÚDE

The return of teachers to work after sick leave

El regreso de profesores al trabajo después de licencias médicas

*Giovana Sueza Fiorin – Centro Universitário Salesiano de São Paulo (UNISAL)
João Carlos Caselli Messias – Centro Universitário Salesiano de São Paulo (UNISAL)
Giuliana Gnatos Lima Bilbao – Universidade Paulista (UNIP)*



*Endereço para contato
Prof. Dr. João Carlos Caselli Messias
Avenida de Cillo, 3500 Pq. Universitário
Americana/SP - 13467-600
profjoaomessias@gmail.com*

Giovana Sueza Fiorin
Psicóloga pelo Centro Universitário Salesiano de São Paulo (UNISAL), Pedagoga, Professora de Educação Física com Especialização em Educação Física Escolar. Atua como Psicóloga Clínica na Abordagem Cognitivo-Comportamental e como Orientadora Profissional e é professora na rede pública estadual, ministrando aulas no Ensino Fundamental e Médio.

João Carlos Caselli Messias
Psicólogo, Mestre em Psicologia Clínica e Doutor em Psicologia pela PUC Campinas. É Professor e Coordenador de Graduação em Psicologia no Centro Universitário Salesiano de São Paulo – UNISAL, em Americana, SP e líder do Laboratório de Processos Psicológicos e Subjetividade – LaProPS.

Giuliana Gnatos Lima Bilbao
Psicóloga, Mestre em Psicologia Clínica e Doutora em Psicologia pela PUC Campinas. Professora Titular da Universidade Paulista. Supervisora de atendimentos em Psicodiagnóstico, Oficina de Criatividade e Atendimento Clínico na Abordagem Fenomenológico-Existencial do curso de Psicologia da Universidade Paulista.

Agradecimento: *Agradecemos ao Centro Universitário Salesiano de São Paulo, que, por meio do programa de iniciação científica BICSAL, forneceu apoio financeiro que viabilizasse a realização desse estudo.*

Resumo

Problemas em relação à qualidade de vida no trabalho de professores de escolas públicas têm sido amplamente discutidos no meio científico, com destaque para as particularidades da síndrome de Burnout. O presente estudo teve como objetivo conhecer a vivência de professores que retornavam aos seus postos de trabalho após períodos de afastamento por licenças-saúde. Os depoimentos de seis profissionais foram obtidos em resposta à pergunta disparadora “como é, para você, retornar ao trabalho após um período de afastamento por licença-saúde?” e trabalhados qualitativamente conforme o método de análise de conteúdo. São discutidas as categorias individuais, bem como os elementos gerais recorrentes em todos os discursos que indicam sentimento de desvalorização profissional, reconhecimento da relação entre trabalho e doença, questionamento a respeito da eficácia das licenças, sentimento de culpa e insatisfação com as condições de trabalho e rumos da Educação, em geral.

Palavras-chave: Qualidade de Vida no Trabalho, Estresse, Burnout, Professores.

Abstract

Problems regarding to teachers' work quality of life have been widely discussed at science, specially the peculiarities of Burnout syndrome. This study aimed to know the experience of school teachers when they were returning to their jobs after periods of sick leave. Six professionals' testimonials were taped in response to the question “how is, for you, to come back to work after a period of sick leave?” and then qualitatively processed in accord to the content analysis method. Individual categories are discussed as well as general iterant elements such as the feeling of professional devaluation, the perception of the relation between work and disease, a questioning about efficacy of sick leave itself, a blame sensation and the dissatisfaction towards to working conditions and Education fate, in general.

Key- words: Work Quality of Life, Stress, Burnout, Teachers.

Resumen

Problemas con relación a la cualidad de vida en el trabajo de profesores de escuelas públicas han sido ampliamente discutidos en el medio científico, con destaque para las particularidades de la síndrome del Burnout. El presente estudio tuvo como objetivo conocer la vivencia de profesores que regresaban a sus trabajos después de licencias médicas. Los testimonios de seis profesionales fueron obtenidos en respuesta a la pregunta disparadora “¿cómo es, para vos, regresar al trabajo después de una licencia médica?” y trabajados cualitativamente conforme el método de análisis de contenido. Las categorías individuales son discutidas así como los elementos generales recurrentes en todos los discursos, que indican el sentimiento de devaluación profesional, reconocimiento de la relación mientras el trabajo y la enfermedad, el cuestionamiento al respecto de la eficacia de la baja por enfermedad, sentimiento de culpa e insatisfacción con las condiciones laborales e los rumos de la Educación, en general.

Palabras-clave: Cualidad de Vida en el Trabajo, Estrés, Burnout, Profesores.

Qualidade de Vida no Trabalho docente: preocupações relevantes

O interesse pelas questões relativas à saúde dos trabalhadores, bem como a repercussão da mesma sobre a qualidade da produção, evoluiu historicamente. Passou de um enfoque restrito à saúde física e condições laborais como jornadas de trabalho, ambiente ou elementos contratuais para uma compreensão mais ampla que abarca a subjetividade do trabalhador (Borsoi, 2007). O referencial adotado no presente estudo, portanto, está situado na interface entre as questões organizacionais e as questões relativas à Saúde Mental, ou seja, situa-se na Psicologia da Saúde Ocupacional (Guimarães, Grubits, Martins & Freire, 2008). A partir desse marco, buscamos compreender a vivência de professores de ensino fundamental e médio que retornavam ao trabalho após períodos de afastamento por licenças-saúde. Considerando que a docência implica não somente a transmissão de conteúdos, mas uma importante participação no processo de formação e desenvolvimento de crianças e jovens, tal tema mostra-se altamente relevante.

A qualidade de vida no trabalho de professores tem sido amplamente estudada. Carlotto (2011) realizou uma pesquisa com 882 professores em Porto Alegre, que possibilitou tornar mais claros os elementos relacionados ao estresse e burnout entre esses profissionais. Da mesma maneira, estudos realizados no Chile com 89 docentes (Jiménez Figueroa, Jara Gutiérrez e Celis, 2012) e em Portugal, envolvendo uma população de 1.162 professores (Gomes, Peixoto, Pacheco e Silva, 2012) iluminam questões a respeito da problemática. Pocinho e Perestrelo (2011) afirmam que o professores de todos os níveis de ensino, em diversos países e culturas apresentam sintomas de estresse e burnout, dado corroborado por Carlotto (2011) que alerta para o fato de que a Organização Internacional do Trabalho – OIT elenca a docência entre as carreiras mais estressantes. Suda, Coelho, Bertaci e Santos (2011) identificaram relações entre sintomas físicos, especialmente dores lombares e no pescoço e exaustão emocional de professores, no caso, universitários.

Entre os elementos de desgaste, estão questões relativas à indisciplina em sala de aula, carga de trabalho, desmotivação de alunos e famílias, baixa remuneração e status social, bem como o aumento das atividades burocráticas. Essas condições favorecem o estresse ocupacional e o surgimento do burnout. De acordo com Pocinho e Perestrelo (2011) o estresse consiste em um processo provisório de adaptação, ao passo que o burnout implica em algo crônico, que acomete os profissionais mais idealistas e comprometidos. Andrade e Cardoso (2012) reiteram esse ponto de vista afirmando que

“o estresse, ao se tornar crônico, pode ter como resposta a Síndrome de Burnout” (p.133), gerando sintomas como insensibilidade, exaustão e desinteresse, entre outros.

O desenho metodológico da pesquisa

É possível observar que a maioria dos estudos a respeito das condições de trabalho docente privilegia estratégias quantitativas. Além do Maslach Burnout Inventory – MBI, que tem sido largamente empregado, outros instrumentos surgem como alternativas para a produção de dados. É o caso do Spanish Burnout Inventory – SBI, cuja versão brasileira foi validada por Gil-Monte, Carlotto e Câmara (2010). Buscou-se, no presente trabalho, conhecer a experiência dos professores a partir de seus depoimentos.

Para tanto, os depoimentos de seis professores a partir da questão “como é, para você, retornar ao trabalho após um período de licença-saúde?” foram gravados tão logo eles regressavam às suas atividades e processados a partir do método de Análise de Conteúdo (Minayo, 2006). Esses profissionais tinham entre 32 e 51 anos de idade, mais de quinze anos de experiência em suas funções e licenças médicas que variavam entre um mês e meio e um ano. Além das licenças médicas, alguns mencionaram recorrer também às licenças-prêmio e faltas abonadas. Por questões éticas, foram empregados pseudônimos e alterados quaisquer elementos que pudessem identificar os participantes.

A seguir são apresentadas vinhetas dos depoimentos de cada um, bem como as categorias gerais encontradas:

CAROLINA

1. Stress acumulado pela sobrecarga de trabalho;

2. O ambiente de trabalho é ruim;

Para ela, a sobrecarga de trabalho e o stress do ambiente provocaram seus transtornos: “... fiquei praticamente seis meses afastada, depois que eu consegui dois cargos no Estado. O stress foi acumulando, eu não aguentava mais a sala de aula, a pressão da sala de aula; a própria fala dos alunos me irritava, o ambiente de trabalho.”

Carolina considera que o ambiente de trabalho deveria ser bom para o bem-estar de todos: “... eu não queria mais vir para a escola e eu precisava de um tempo pra minha cabeça, eu não queria mais o ambiente de escola, de sala de aula”.

3. Sintomas físicos e emocionais devido ao stress;

Carolina afirma que começou a ter vários sintomas estranhos após se sentir estressada com o trabalho: “... eu percebi assim, que eu comecei a esquecer algumas

coisas, coisas que... não mais do dia-a-dia, por exemplo, o telefone de casa às vezes eu esquecia, algumas tarefas importantes que eu tinha que fazer eu comecei a esquecer também...”.

A entrevistada começou a apresentar problemas de saúde como inchaço nas pernas, perda da fala, problemas na garganta, insônia, obesidade, diabetes, pressão alta: “tive inchaço nas pernas, que não tinha motivo nenhum, fiz vários exames de sangue e não tinha motivo nenhum prá esse inchaço. Sem a fala, eu consegui ficar sem fala mesmo, a minha garganta começou a inchar... não dormia à noite... comia excessivamente... eu não parava de comer. Eu engordei trinta quilos em três anos, dez quilos por ano eu engordei... adquiri diabetes por causa do estado emocional, eu estou tomando remédio para pressão alta, que eu nunca tive isso na minha vida, tudo isso por quê? Por causa do stress.”

4. Confirmação do estresse por meio do diagnóstico médico;

5. Sentimento de culpa;

Por meio do diagnóstico de vários médicos Carolina comprovou que seu estado de saúde se dava à alta carga emocional gerada pelo trabalho e, com o prolongamento das licenças-saúde, começou a se sentir culpada: “... como eu consegui saber que era... é... pelo stress? Então, eu fui em vários médicos...e aí um dia, num clínico geral, depois de contar tudo isso, mostrar os exames, exames com todos os resultados bons, ele disse para mim: você está depressiva”.

Carolina fica incomodada com o olhar das pessoas a respeito do seu afastamento do trabalho: “... porque você volta com aquele sentimento de culpa, porque as pessoas não conseguem entender que a depressão, a minha depressão, foi por causa do trabalho... as pessoas que são seus chefes, muitas vezes te olham com certa indiferença porque você deixou o ambiente de trabalho na mão deles... então parece que a culpa é minha, por ter saído, então eu me sinto mais culpada ainda.”

6. Difícil volta ao trabalho;

7. Famílias de alunos desestruturadas;

Carolina acha complexa a volta ao trabalho após a licença-saúde porque ninguém entende os seus motivos de afastamento e também porque os alunos provêm de lares desestruturados gerando uma demanda ao professor muito além de suas qualificações: “... já é difícil prá gente voltar ao trabalho, não é fácil, os alunos começam a perguntar: Por que esse tanto de licença? Aí você fala que é depressão. Depressão? Mas o que aconteceu com você que você tá depressiva? Então parece que

tem que ter um motivo, porque o trabalho só não é motivo... então ninguém consegue entender que você tem que lidar com várias famílias, porque esses filhos são filhos de famílias... muitas vezes essas famílias são desestruturadas. Quem tem que aguentar? Somos nós.”

MARIANA

1. Licenças-Saúde constantes devido à doença ocupacional;

2. Decepção em relação à Educação e aos alunos;

Para Mariana o adoecimento físico se dá em função da atividade laboral: “... todos os anos eu tenho que pegar licença-saúde devido, é... à minha fala, com o giz... lousa... e ao desgaste também de você ficar falando demais, porque eu tenho faringite, rinite e, às vezes, você acaba voltando com a voz até mesmo rouca ainda, como eu tô agora, né?”

O ressentimento em relação ao desinteresse, por parte dos alunos, também é presente em seu depoimento: “... então, é difícil porque hoje você se mata, você se dedica o tempo todo pro aluno e ele não tem um pingão de interesse e, em quinze anos de magistério eu tô mais cada vez mais decepcionada, porque a gente se desgasta, perde o final de semana preparando aula, preparando uma atividade diferenciada e aí na hora que você chega na sala de aula você não consegue aplicar.”

3. Angústia com os rumos da Educação Pública;

Mariana fica aflita porque não sente segurança quanto ao seu trabalho em um âmbito mais amplo: “...mas a minha angústia maior é a Educação, porque eu acho assim, que tá desgastante, eu não sei, não é só eu, acho que todos os meus colegas também têm essa angústia. Que você tenta produzir, produzir, e você vê que não.... tá cada vez pior, você não tem apoio nenhum, né?”

4. Necessidade de mais licenças-saúde;

O tempo de recuperação nas licenças é sentido como insuficiente: “...eu só não tô de licença porque eu ainda não consegui, porque se eu conseguisse, eu pegaria outra licença, porque eu tô assim, eu tô me sentindo cansada de lutar e ver que você sai de casa, você larga sua família prá vir aqui e chega aqui você não consegue realizar o seu trabalho como deveria.”

MIGUEL

1. Ansiedade em relação à volta ao trabalho;

A ansiedade em relação à volta ao trabalho após a licença médica é presente no período de afastamento: “... você passa por momentos difíceis na sala de aula, e após

trinta dias em casa se recuperando, você começa a se torturar interiormente pensando no que você vai enfrentar quando você volta para a sala de aula, a desmotivação dos alunos, o desinteresse...”.

2. Desmotivação com a área da Educação;

Miguel acha que os professores se encontram infelizes no seu trabalho: “... você percebe os professores em busca de licença atrás de licença porque não estão felizes no seu trabalho... então, realmente, a Educação precisa rever com outros olhos a situação do professor, para que realmente ele não necessite de uma licença-saúde, ou que, caso ele necessitar, que seja prá ele melhorar e voltar tranqüilo, feliz para o trabalho, que é o que a gente faz.”

GABRIELA

1. Sensação de que a licença-saúde é insuficiente;

Gabriela experimenta desânimo para a volta ao trabalho porque não se sente preparada para isso ainda: “... eu acho muito difícil... é... quando eu entrei, a minha licença-saúde, eu tava com um problema sério de garganta, com nódulos, é desanimador, porque eu voltei porque a licença terminou, mas eu não me senti preparada, na minha voz...”.

2. Ressentimento em relação à insuficiência da licença;

Trabalhar no que é sentido como o limite das próprias forças é altamente desgastante: “... eu gostaria de tirar prá me tratar, porque eu não tenho condições de ficar em sala de aula do jeito que eu estou com a minha garganta; só que, infelizmente, não tive essa oportunidade, não me deram essa chance de me recuperar, tô trabalhando, só que é muito cansativo, é desanimador, eu to desanimada porque eu tô no meu limite, eu tô conseguindo trabalhar, mas no limite, tem dia que eu não consigo, eu chego em casa e tô sem força prá nada...trabalho eu tô vindo porque eu sou obrigada a vir mesmo, porque além de estar revoltada com um direito que eu queria tirar prá me tratar, e eu não consegui, e ainda arrumar força, ter força porque a garganta sempre rouca, chega sexta-feira eu não consigo falar.”

3. Doença adquirida devido à atividade laboral;

Gabriela está convicta de que a causa de seu adoecimento está no trabalho e mostra-se incomodada com o fato de que isso não foi confirmado: “... barulho, poeira do giz, tudo isso... eu sou alérgica, faço fono de sexta-feira. Eu só gostaria de me tratar, só que, infelizmente não tô conseguindo, porque essa doença eu adquiri trabalhando, foi uma doença que eu adquiri no trabalho e, mesmo assim, eu não consigo uma licença,

um atestado falando que eu adquiri no trabalho, que pode me afastar até eu conseguir me tratar.”

4. Falta de reconhecimento pelo trabalho realizado e abandono;

A ausência de reconhecimento em relação ao esforço ao longo dos anos provoca um sentimento de desvalorização: “... então eu, como profissional, me sinto assim, é... eu me sinto não humilhada, eu me sinto desmerecida, por tantos anos de trabalho, no magistério, na Educação, e quando eu preciso, porque essa doença que eu adquiri foi no trabalho, eu não consigo o respaldo de ninguém, ninguém me ajuda prá poder afastar e prá poder me recuperar. Eu só quero me recuperar prá poder voltar a trabalhar. É isso o que eu sinto...”.

DAVI

1. Licença-saúde como último recurso à exaustão física e emocional;

Davi está no limite de seu ânimo e coloca seus sentimentos de maneira categórica: “...eu sinto que não tô aguentando mais, é... se transforma assim num peso muito grande vir para o trabalho sem energia, sem motivação, sem nenhuma perspectiva de melhora do quadro. Então, quando eu retorno... porque assim, eu acabo... não me sinto... quer dizer, eu penso na licença como uma situação assim limite para que eu consiga recuperar um pouco o gás, o fôlego, né... recarregar um pouco a bateria prá continuar trabalhando...”.

2. Sensação de que a licença-saúde é insuficiente;

Não há a sensação de retorno ao trabalho em uma condição favorável: “Eu gostaria de apontar que a gente volta não se sentindo bem. Na verdade, você já volta com o pensamento assim: vamos ver quanto tempo eu... o máximo de tempo que eu consigo levar...”.

3. Sentimento de Culpa;

4. Decepção em relação à Educação e aos alunos;

O sentimento de culpa, bem como a decepção em relação ao contexto e condições de trabalho, é enfatizado no depoimento: “... os professores são seres que se sentem muito culpados, né... tão sempre se dedicando, fazendo o possível e o impossível, né... mas se sentem muito culpados, de maneira geral, né... porque é cobrado da gente, me parece muito isso, é a conclusão que eu chego, que os burocratas da Educação, os chamados especialistas, os doutores, os teóricos da Educação, que não têm o trabalho, a realidade do trabalho de sala de aula, não têm a menor noção do que significa estar dentro da sala de aula e o nível de alunos que nós temos trabalhado, a cada ano é pior...”.

a gente acaba se sentindo ainda culpado, porque meu Deus do céu, será que eu não poderia ter resistido mais, ter feito diferente, ter aguentado, não é? Quantas licenças eu vou tirar desse jeito?...”.

5. Desinteresse dos alunos e falta de comprometimento da família;

Para Davi esses dois componentes estão intimamente ligados: “... a nossa clientela, portanto, é um caso seriíssimo, as famílias cada vez mais também despejam seus filhos na escola, não têm nenhum compromisso de acompanhamento, de preocupação com seus filhos, e a Secretaria de Educação e os pais, enfim, todo mundo têm uma relação conosco, professores, como se imaginasse que o professor tem um poder milagroso, extraordinário, de conseguir solução prá toda essa desestrutura social, não é? Essa falta de educação, falta de respeito, não querer aprender nada...”

Ele acrescenta: “... você entra na sala de aula, realmente é, é muito comum hoje, até alguns anos atrás isso era menos, mas hoje você entra na sala de aula, e você se vê falando prá paredes, literalmente isso, não tô carregando nas tintas, exagerando, você se vê falando sozinho, prá ninguém, todo mundo atendendo celular, ouvido música, de costas, em grupos conversando e, você ali realmente é um Zé Ninguém...”

6. Desvalorização do profissional da Educação;

Há uma evidente amargura em relação às condições de trabalho e recompensas advindas da profissão: “... hoje eu não, em sã consciência, eu não posso recomendar prá ninguém, né, a opção profissional de ser professor, eu acho que ninguém merece isso, eu acho que financeiramente, praticamente em todos os sentidos, financeiramente principalmente até, no sentido de trabalhar num lugar razoavelmente sadio, razoavelmente digno, o trabalho do professor não oferece as condições, então realmente não recomendo prá ninguém essa profissão. Está extremamente desvalorizada, jogada na lata do lixo e isso é muito triste, mas eu acho que nós temos que ser capazes também, muitas vezes, de enxergar a realidade nua e crua como ela se apresenta...”

7. Busca de ajuda médica e de psicoterapia;

Davi procurou ajuda médica: “... esse tratamento que eu faço já tem aí uns....., de maneira assim regular, certinha mesmo, sistemática já tem aí uns três anos, eu tomo dois remédios psiquiátricos... então são remédios caros... são R\$ 200,00 por mês, 28 comprimidos e eu não me sinto em condição de dispensar o remédio ainda hoje, odeio tomar remédios, mas eu sinto que eu tô precisando...”

Com o intuito de cuidar da própria saúde, recorreu também à psicoterapia: “... a terapia com o psicólogo eu fiz por um ano e meio, mas depois eu cansei também, me

deu um sentimento assim de impotência também porque as indicações...., eu mesmo tendo parado, eu parei, mas reconhecendo a importância da terapia, me ajudou muito a suportar a situação, a me relacionar melhor com essas realidades que causam a depressão, mas chegou num ponto, eu venci um pouco por exaustão, porque....nossa....eu não tava conseguindo. Muitas situações, mesmo com as indicações, as recomendações do trabalho de terapia eu não tava conseguindo mudar o quadro, mudar a situação, até porque, são situações como eu falei, da estrutura da Educação, quer dizer, um caos, uma bagunça...”

Ele complementa seu comentário destacando as barreiras do ambiente ao redor: “... eu ainda tenho muito claro na cabeça todas as contribuições que a terapia me deu como ferramental assim para lidar, trabalhar com essas situações, isso tem me ajudado, mas eu dei uma parada na terapia porque essa situação também, eu tava fazendo terapia semanal e eu me cansei, tipo assim, puxa, eu tô ouvindo um monte de coisas que eu preciso fazer, que o caminho é outro, tal, e eu não tô conseguindo fazer, então isso também vinha me incomodando...”

JÚLIA

1. Alunos com valores deturpados;

Júlia sente-se muito angustiada com a falta de visão de futuro por parte dos alunos: “... a gente encontra adolescentes com conceitos totalmente deturpados, conceitos de respeito, conceitos de adquirir conhecimento... não sei se ‘conceito’ é a palavra correta, mas é uma inversão, acho que diria: de valores, não de conceitos, uma inversão de valores, que eu percebo... eles desprezam a questão da Educação, de adquirir conhecimento, não vêem na Educação um caminho prá melhorar a sua vida profissional, eles não enxergam isso...”

2. Desvalorização do profissional da Educação;

A insatisfação em relação ao retorno que a profissão obtem, especialmente econômico, é associada a um rebaixamento de status social: “... infelizmente nós vivemos numa sociedade capitalista, e infelizmente a sociedade valoriza quem tem salário bom, quem tem carro bom e, o nosso poder aquisitivo tem caído drasticamente, então isso tem afetado o emocional do professor... muito. Isso reflete no respeito dos alunos que os alunos têm com a nossa profissão...”

3. Desrespeito por parte dos alunos;

Júlia demonstra preocupação em relação ao que percebe como uma falta generalizada de respeito por parte dos jovens atuais: “... sinto mal porque são alunos que

não respeitam, eles não têm respeito mútuo, tratam o colega como se tivesse... é pior do que um animal, xingam, desrespeitam, xingam o pai, xingam a mãe, gritam, não têm respeito com o patrimônio público da escola, é assim, é um ambiente que tem que se adentrar aos muros da escola e passar algum tempo prá se constatar qual é a realidade da juventude de hoje em dia...”.

4. Ambiente ruim de trabalho;

A natureza do trabalho está separada das condições para que o mesmo possa acontecer: “... gosto de dar aula? Gosto, gosto de dar aula. Mas, infelizmente, o local, o ambiente de trabalho que o sistema educacional do Estado oferece aos profissionais é deprimente... deprimente. E é isso...”

Elementos Gerais observados em todos os depoimentos

Foi possível identificar, por meio da análise dos depoimentos de cada um dos entrevistados, as seguintes categorias recorrentes em suas falas:

1. Sentimento de desvalorização da atuação profissional do professor quer seja em sala de aula ou em relação à sua carreira de forma mais ampla.
2. Percepção, por parte dos professores, da relação entre as condições de trabalho e o próprio adoecimento, físico ou emocional.
3. Questionamento em relação à eficácia das licenças-saúde, com destaque para a duração das mesmas, sentido como insuficiente.
4. Vivência de culpa em relação à necessidade de afastar-se.
5. Insatisfação em relação às condições de trabalho e situação da Educação.

Ficou muito clara a necessidade que todos os entrevistados tinham de expressar suas angústias a respeito de sua atividade profissional, desmotivação com o trabalho, desalento que sentem com a falta de apoio da sociedade, de forma geral e com os rumos que toma a Educação pública no Estado. Eles parecem concordar em vários pontos referentes à rotina de trabalho, como por exemplo, a angústia de trabalhar em um ambiente sentido como prejudicial à saúde, além de entender que a profissão encontra-se em um momento de total desvalorização e sem perspectivas de mudanças favoráveis.

Observamos que a maneira como isso é colocado ocorre de forma variada. Uns afirmam diretamente que o ambiente é ruim, outros dizem que se preparam didaticamente para dar aulas e não conseguem aplicar o conteúdo devido ao desinteresse e desrespeito dos alunos. Relatam falta de limites e ofensas, desrespeito aos

professores e funcionários da escola, ao patrimônio físico, gerando, assim, um sentimento de impotência diante de tal realidade que, segundo eles advêm de um problema social.

O sentimento de culpa aparece explícito na maior parte dos relatos e, com efeito, é interessante observar que corresponde a uma sub-escala do SBI de Gil-Monte, Carlotto e Câmara (2010). Carolina diz se sentir culpada pelo olhar de indiferença dos chefes quando de seu retorno; Mariana se pergunta se está sendo uma boa profissional; Davi afirma que os professores são pessoas que se sentem culpadas. Esse elemento parece especialmente preocupante, dado o fato de que a Síndrome de Burnout acomete principalmente os profissionais mais comprometidos.

Jiménez Figueroa, Jara Gutiérrez e Celis (2012) destacam a importância do apoio social como atenuante dos fatores de desgaste, seja tal apoio proveniente dos superiores, colegas e pessoas próximas. O sofrimento emocional do profissional afastado pode ficar ainda mais intenso se o mesmo passar a ser estigmatizado, como se pode observar de maneira mais evidente no depoimento de Carolina ou permeando a angústia de Miguel, que não sabe o que encontrará quando retornar. Portanto é necessário cultivar o senso de equipe e fomentar o senso de solidariedade.

Sendo assim, o enfrentamento (*coping*) torna-se fundamental. Pocinho e Perestrelo (2011) discorrem a respeito das estratégias de *coping*, ativo e passivo, e apresentam o conceito de *engagement* (que poderia ser traduzido como engajamento) como um contraponto ao desgaste, baseado na Psicologia Positiva. Tal concepção encontra ressonância no paradigma salutogênico (Guimarães, Guimarães, Rego e Costa, 2008), bem como nos estudos a respeito do *hardiness* ou personalidade resistente (Mallar & Capitão, 2004; Guimarães, Provazi, Caetano & Camargo, 2008).

A maneira como o profissional encara as situações do seu trabalho parece ser muito relevante em termos do desgaste que sofrerá ou não. Pessoas engajadas são proativas, motivadas e vêem sentido no que fazem. Dentre as características da personalidade resistente, por sua vez, destacam-se o compromisso com o trabalho, sensação de controle e abertura a desafios. Pode-se observar, portanto, grande afinidade entre esses elementos no sentido de possibilitar a realização profissional ao mesmo tempo em que combatem o estresse e burnout.

Talvez um ponto crucial em tal discussão seja questionar se essas características possam ser desenvolvidas no ambiente de trabalho. Isso remete a uma revisão da capacitação docente, bem como da conduta dos superiores, como coordenadores e

diretores. Em termos práticos, implica repensar estratégias de trabalho em equipe, empoderamento e liderança, além das questões pedagógicas propriamente ditas.

Andrade e Cardoso (2012) alertam para o fato de que o desgaste emocional, com destaque para o burnout, deve ser compreendido em três níveis: micro, meso e macrosocial. Os depoimentos dos sujeitos do presente estudo são claros em termos de suas preocupações com os rumos da Educação, em âmbito geral, bem como em relação a um sentimento de desamparo. A atenção ao problema deve contemplar desde a revisão das relações, organização e estrutura da escola até um olhar amplo para as políticas públicas. Caso contrário, as licenças continuarão sendo ineficazes e sentidas como insuficientes, como se constata na fala dos professores entrevistados.

Considerações finais

O desgaste emocional dos professores preocupa pesquisadores ao redor do mundo. Diversos estudos têm sido realizados com o objetivo de abordar essa problemática, predominantemente empregando metodologias quantitativas que tornam evidentes a gravidade da mesma. Compreendemos que, aliadas a esses recursos, outras pesquisas de caráter qualitativo poderiam ser relevantes no sentido de compreender as nuances da vivência dos professores acometidos por estresse e burnout, bem como suas maneiras de enfrentamento.

As características que se contrapõem ao sofrimento e ao desgaste, como o engajamento e a personalidade resistente, por exemplo, também merecem maior investigação. Como bem pontuam Pocinho e Perestrelo (2011) não há consenso se *burnout* e *engagement* são pontos opostos de um mesmo contínuo ou se são dimensões contrastantes, porém independentes. De toda forma, conhecer mais sobre os elementos positivos que podem promover melhor qualidade de vida no trabalho docente parece-nos altamente promissor.

Referências

- Andrade, P.S. & Cardoso, T.A.O. (2012) Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Saúde Soc.* vol.21, no.1, p.129-140.
- Borsoi, I.C.F. (2007) Da relação entre trabalho e saúde à relação entre trabalho e saúde mental. *Psicol. Soc.*, vol.19, no.spe, p.103-111.
- Carlotto, M.S. (2011) Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psic.: Teor. e Pesq.*, vol.27, no.4, p.403-410.
- Jiménez Figueroa, A. E., Jara Gutiérrez, M.J. and Celis, E. R. Miranda (2012) Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes. *Psicol. Esc. Educ.*, vol.16, no.1, p.125-134.
- Gil-Monte, P. R., Carlotto, M. S. and Câmara, S.G. (2010) Validação da versão brasileira do "Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo" em professores. *Rev. Saúde Pública*, vol.44, no.1, p.140-147.
- Gomes, A. R., Peixoto, A., Pacheco, R. Silva, M. (2012) Stress ocupacional e alteração do Estatuto da Carreira Docente português. *Educ. Pesqui.*, vol.38, no.2, p.357-372.
- Guimarães, L.A.M., Grubits, S., Martins, D.A. & Freire, H.B.G. (2008) Psicologia da Saúde Ocupacional: um campo emergente. In Guimarães, L.A.M. & Grubits, S. *Série Saúde Mental e Trabalho – vol. 4*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Guimarães, P.M., Guimarães, L.A.M., Rego, R.M. e Costa, A.G.F (2008) Sentido Interno de Coerência (SIC): relações com o paradigma salutogênico e o trabalho. In Guimarães, L.A.M. & Grubits, S. *Série Saúde Mental e Trabalho – vol. 4*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Guimarães, L.A.M., Provazi, L.N.T., Caetano, D. & Camargo, D.A. (2008) Hardiness (personalidade resistente) e trabalho. In Guimarães, L.A.M. & Grubits, S. *Série Saúde Mental e Trabalho – vol. 4*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Mallar, S.C & Capitão, C.G. (2004) Burnout e hardiness: um estudo de evidência de validade. *Psico-USF (Impr.)*, vol.9, no.1, p.19-29.

Minayo, M. C. (2006) *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 9 ed. São Paulo: Hucitec.

Pocinho, M. & Perestrelo, C.X. (2011) Um ensaio sobre burnout, engagement e estratégias de coping na profissão docente. *Educ. Pesqui.*, vol.37, no.3, p.513-528.

Suda, E. Y., Coelho, A.T., Bertaci, A.C. & Santos, B.B. (2011) Relação entre nível geral de saúde, dor musculoesquelética e síndrome de burnout em professores universitários. *Fisioter. Pesqui.*, vol.18, no.3, p.270-274.

Submissão: 24/06/2013

Última revisão: 16/08/2013

Aceite final: 02/09/2013