



## UM OLHAR PARA AS CIRCUNSTÂNCIAS DO TRABALHO DOCENTE GERADORAS DE FRAGILIDADE.

*THE VIEW FOR CIRCUMSTANCES OF TEACHER WORK THAT GENERATE FRAGILITY.*

Wesley Rodrigues da Costa<sup>1</sup>  
Raquel Pereira Belo<sup>2</sup>

### Resumo

O trabalho é fundamental na vida das pessoas e muitas atividades de trabalho podem provocar estresse. O estresse que os professores vivenciam reflete na saúde física e mental. Neste sentido a presente pesquisa buscou investigar o quanto as condições de trabalho indicam desgaste mental na categoria profissional docente na cidade de Parnaíba-PI. O estudo foi composto por 22 professores do ensino fundamental e médio, todos com idades acima de 18 anos, os participantes têm faixa etária entre 24 e 50 anos, maioria do sexo feminino. O instrumento utilizado foi a Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho – EVENT, a análise dos resultados foi realizada de acordo com as indicações de Sisto, Baptista, Noronha e Santos (2007). As classificações em Estresse dos professores entrevistados pontuaram como Inferior (13), Médio Inferior (3), Médio (1) e Médio Superior (5), demonstrando que os profissionais obtiveram pontuação baixa nos indicadores de vulnerabilidade ao estresse.

**Palavras-chave:** Palavras chave: Saúde Mental; teoria do estresse; trabalho docente

### Abstract

Work is fundamental in people's lives and many work activities can cause stress. The stress that teachers experience in the classroom reflects on physical and mental health. In this sense, the present research sought to investigate how the working conditions indicate mental exhaustion in the professional category of teachers in the city of Parnaíba, State of Piauí. The study was composed of 22 primary and secondary school teachers, all of them over 18 years of age. Participants are between 24 and 50 years of age, most of them female. The instrument used was the Occupational Stress Vulnerability Scale (EVENT), the analysis of the results was performed according to the indications of Sisto, Baptista, Noronha and Santos (2007). The overall Stress scores of the interviewed teachers scored as Lower (13), Middle Lower (3), Middle (1) and Upper Middle (5). The results demonstrate that the professionals obtained low scores on indicators of vulnerability to stress.

**Keywords:** Mental health; stress theory; teaching work

<sup>1</sup> Wesley Rodrigues da Costa – Psicólogo pela Universidade Federal do Piauí, membro do Grupo de Pesquisa em Análise Psicossocial do Trabalho e das Organizações. E-mail: wesleyrodrigo.p@icloud.com. Endereço para correspondência: Avenida Maria Diamantina Veras, 488 – Centro, Barroquinha-Ceará, CEP: 62410-000

<sup>2</sup> Raquel Pereira Belo – Professora Associado 1 da Universidade Federal do Piauí nos cursos de Graduação e Pós-Graduação em Psicologia; Coordenadora do Grupo de Pesquisa em Análise Psicossocial do Trabalho e das Organizações. rbelo@ufpi.edu.br

## INTRODUÇÃO

O trabalho tem representado um papel de relevância na história da humanidade na medida em que se constitui como fator determinante do desenvolvimento humano (Sousa-Uva & Serranheira, 2013), estando na condição básica e fundamental da vida dos seres humanos (ENGELS, 2004). O exercício da atividade laboral pode promover saúde e bem-estar, entretanto, pode também gerar o adoecimento do trabalhador. Sabe-se atualmente que a maioria das doenças são influenciadas por uma combinação de fatores biológicos, psicológicos e sociais (Camargo & Neves, 2004).

Como afirma Zanelli, Calzaretta, García, Lipp e Chambel (2010), tem sido possível observar desde o início do século XXI a ocorrência de intensas pressões por trabalho em todos os níveis hierárquicos nas organizações. Ainda de acordo com o autor, diante desse cenário atual de cobranças contínuas pela resolução de problemas e obtenção de produtividade, os trabalhadores estão tendo dificuldades para perceber, refletir e agir em benefício de sua saúde e do bem-estar coletivo.

As definições de Saúde Mental podem variar de acordo com cada cultura, mas no geral, os conceitos abrangem, o bem-estar subjetivo, a autonomia, a auto eficácia percebida e a auto realização do potencial intelectual emocional da pessoa. De um modo geral, há uma concordância de que saúde mental é algo mais do que a ausência de transtornos mentais (Camargo & Neves, 2004). O estudo do sofrimento psicológico no campo do trabalho pode ser embasado em três aportes teóricos distintos – o Estresse, a Epidemiologia do trabalho e a Psicodinâmica do trabalho (Codo, Sorato & Vasques-Menezes, 2004). O presente estudo será fundamentado considerando os pressupostos teóricos sobre o Estresse.

Todo trabalho pode provocar estresse (Codo, Sorato & Vasques-Menezes, 2004). De acordo com Zanelli, Calzaretta, García, Lipp & Chambel (2010) tem sido realizadas ao longo dos últimos anos discussões acerca da temática. As pesquisas realizadas por Hans Selye a partir da década de 1930 tiveram relevância na medida em que o autor sistematizou o conceito com maior precisão, no sentido de manifestações fisiológicas variadas, mas sem causas claramente definidas. O estresse tem sido definido de forma ampla como uma necessidade que o organismo tem de adaptação ou ajustamento frente as pressões que o ambiente impõe.

O estresse é definido por Lipp (2017) como um desequilíbrio do funcionamento do organismo humano, que se desenvolve em face de situações de desafio de

forma que o organismo se utilize dos seus recursos psicológicos para lidar com eventos que exijam uma ação mobilizadora e pode ser compreendido também como a necessidade do organismo de lidar com algo que ameaça seu equilíbrio interno. Nesse sentido, o Estresse é uma tentativa de sobreviver a uma ameaça real ou imaginária, de vencer um desafio. Esse conceito foi evoluindo e outras áreas, como a Psicologia, começaram a se interessar pelo estudo da temática. De modo geral, na perspectiva psicológica, estresse pode vir a denominar uma força imposta ao organismo ou a resposta desse organismo ante a esta força. O que se percebe é que as conceituações de estresse parecem convergir no sentido de ajuste, de forma a considerar a relação pessoa-ambiente de trabalho, levando em conta também a relação demanda-recursos (Codo, Sorato & Vasques-Menezes, 2004).

Em relação ao contexto do trabalho, o estresse é tido como o resultado de um estado de desequilíbrio e passa a ser um possível indicador das consequências do trabalho sobre os trabalhadores que podem estar sofrendo em decorrência das condições e características de suas atividades laborais. Assim, parte-se da ideia de que este estado psicológico constitui-se como intermediário entre a saúde e a doença (Codo, Sorato & Vasques-Menezes, 2004).

Selye (1946) propõe três fases de estresse baseadas em seus estudos experimentais em laboratório com modelo murinho – ratos, camundongos. Ele observou inicialmente uma *fase de alarme, resistência e exaustão* (Camelo & Angerami, 2004). Uma quarta fase denominada quase-exaustão foi identificada por Lipp em 2004 no Laboratório De Estudos Psicofisiológicos do Estresse da PUC de Campinas (Meleiro, 2004). Ela ocorre entre as fases de resistência e esgotamento. A autora apresenta as reações psicofisiológicas de cada fase do estresse.

- A primeira (Fase de alarme) consiste em um processo adaptativo no qual há uma excitação de agressão ou de fuga ao agressor. Essa é uma reação saudável ao estresse possibilitando a homeostase após a experiência estressante. Alguns sintomas são característicos dessa fase: dor de cabeça, taquicardia, tensão crônica, sensação de esgotamento;

- Quando a primeira fase persiste, o organismo tende a alterar seus parâmetros de normalidade concentrando a reação interna em um determinado órgão-alvo, contribuindo para o surgimento da *Síndrome de Adaptação Local*, fator que constitui a segunda fase de manifestação do estresse (resistência), neste plano a manifestação de sintomas ocorre na esfera psicossocial, como ansiedade, isolamento social, medo, oscilação do apetite, impotência sexual;

- A terceira fase (exaustão) caracteriza-se quando o organismo encontra-se esgotado devido ao excesso de atividades e alto consumo de energia. A manifestação sintomatológica se dá sob a forma de doenças orgânicas, e ocorre devido ao órgão mobilizado na *Síndrome de Adaptação Local*. Essa fase desenvolve-se quando a ação do estressor, ao qual o organismo se adaptou, permanece por um período longo, esgotando a energia de adaptação (Lipp, 2003).

- A fase de quase-exaustão ocorrerá quando o evento estressante continua presente e a energia exigida pelo corpo para lidar com ele não for mais suficiente. Inicia-se um processo de desorganização emocional do organismo e as vulnerabilidades biológicas são ativadas (Mascella, Vieira, Beda & Lipp, 2014).

A forma como as pessoas reagem aos eventos estressores dependem de vários fatores tais como o momento de vida, pois a depender do que esteja acontecendo em sua vida, a pessoa pode naquele momento ser mais hábil ou menos hábil para lidar com certos estressores; a interpretação acerca do que está ocorrendo; a intensidade do estressor; as estratégias de enfrentamento do repertório comportamental pessoal, pois o uso de mecanismos de *coping* pode mediar o efeito de certos estressores; a idade da pessoa, pois considerando o estágio de desenvolvimento em que se encontra, algumas situações podem ser estressantes e outras não (Mascella, Vieira, Beda & Lipp, 2014).

As habilidades e/ou vulnerabilidades para lidar com o estresse relacionam-se com os efeitos dele de forma possam ser positivos e negativos, estando o sujeito suscetível a um desgaste geral do organismo, dependendo de sua intensidade e das habilidades da pessoa para administrá-lo (Goulart Junior, Cardoso, Domingues, Green & Limal, 2014). A resposta do ser humano ao estresse depende, *a priori*, do processamento cognitivo da informação e consequentemente da avaliação feita sobre as situações ou estímulos, os quais podem ser considerados como agradáveis ou não (Margis, Picon, Cosner & Silveira, 2003).

França e Rodrigues pontuam que os estressores podem estar relacionados tanto ao meio externo; como frio, calor, condições de insalubridade; quanto ao ambiente social, como trabalho; e aos processos internos de cada pessoa, como pensamentos, emoções, angústia, medo, alegria, tristeza. O organismo exposto a tais estímulos fica suscetível a ter uma série imensa de reações por meio do sistema nervoso, sistema endócrino e sistema imunológico – em face da estimulação do hipotálamo, e sistema límbico. Tais estruturas do sistema nervoso central relacionam-se

com o funcionamento dos órgãos e regulação das emoções (França & Rodrigues, 2007). Chama atenção a consideração de Borsoi (2007) de que, nem sempre a pessoa percebe seu sofrimento como sendo de ordem psíquica e ainda que o faça, em muitos casos não busca ajuda por não conferir a dimensão necessária ao sofrimento, e quando faz, raramente associa-o às situações de trabalho, tendo em conta que os problemas de ordem social na concepção do trabalhador ganham direito de se expressar somente depois da jornada de trabalho.

Na atualidade o trabalho docente acompanha as novas formas de organização e gestão do trabalho, cujo foco se dá na extração da maior produtividade do trabalhador e na racionalização do processo de trabalho (Pinto, 2014). Atrelado a isso, observa-se que ao mesmo tempo que tem evoluído o processo de profissionalização docente nas últimas décadas, em contrapartida emerge a precarização das condições do trabalho do professor, da perda de poder aquisitivo, de sua deslegitimação como produtor de saberes e da perda do prestígio social (Rossi & Hunger, 2013). A categoria profissional docente está em constante atualização por novos conhecimentos, fator que contribui para a ocorrência do estresse entre esses profissionais. Outro aspecto que chama atenção é que é esperado que o professor não seja somente um transmissor de conhecimento, mas um pesquisador por excelência (Anschau & Stein, 2016). O docente no exercício de suas atividades laborais se utiliza das habilidades intelectuais e físicas. A prática profissional seja dentro ou fora da sala de aula exige do profissional condições físicas e psicológicas, ao passo que envolvem esforço mental e físico. Há o esforço mental para suprir as exigências cognitivas e psíquicas e o esforço físico na medida em que o docente se utiliza de sua resistência muscular para permanecer em pé por tempo prolongado e transportar livros (Cruz, Lemos, Welter & Guisso, 2010).

A intensificação do trabalho docente das escolas públicas brasileiras pode contribuir para que haja o comprometimento da saúde do trabalhador, ademais a qualidade da prestação do serviço educacional, na medida em que os profissionais acabam por ter que eleger o que consideram central e o que pode ficar em segundo plano diante de um contexto de sobrecarga de trabalho e hipersolicitação, fatores estes desencadeados pelas infindáveis e crescentes demandas que chegam a cada dia (Assunção & Oliveira, 2009). Observa-se um esforço extra do profissional no intuito de atualizar conhecimentos e instrumentalizar-se em novas tecnologias didático-pedagógicas, dedicando-se mais tempo do que o previsto no seu contrato de trabalho (Cruz, Lemos,

Welter & Guisso, 2010).

Outro aspecto importante do trabalho docente é apresentado por Gasparini, Barreto e Assunção (2005) ao afirmarem que o papel do professor no exercício de sua profissão nos dias atuais não se limita a um mero mediador do processo de conhecimento do aluno. O profissional desempenha atividades que vão além da sala de aula afim de garantir uma articulação entre a escola e a comunidade. Outras atividades desenvolvidas dizem respeito a gestão e o planejamento escolar, implicando em uma dedicação mais ampla ao trabalho. Cruz, Lemos, Welter & Guisso (2010) pontuam que as atividades burocráticas são em geral rotineiras e na maioria das vezes realizadas no domicílio do professor como, por exemplo, o preenchimento dos diários de classe, o registro de frequência e da avaliação dos alunos. Esse trabalho não é algo que possa ser decomposto e dividido como o que se faz em uma linha de montagem numa fábrica, sendo iniciado e concluído pelo mesmo profissional, tal como os artesãos faziam antes da Revolução Industrial.

Levando em conta as características da prática docente na atualidade torna-se importante a compreensão do estresse, pois essa categoria profissional tem vivenciado situações precárias de trabalho, fator que influi no desempenho em sala de aula refletindo na qualidade de ensino e também na saúde, havendo correlação direta com a sobrecarga de trabalho, baixa remuneração e aumento dos índices de violência na escola. Tal problemática está cada vez mais evidente e ocorre devido à inadequação das condições em que são realizadas as atividades destes profissionais (Pereira, Teixeira, Pelegrini, Meyer, Andrade & Lopes, 2014). Diante desta realidade a presente pesquisa teve como objetivo geral investigar o quanto as condições de trabalho indicam desgaste mental na categoria profissional docente, buscando, de forma mais específica identificar os indicadores de vulnerabilidade ao estresse no trabalho dos docentes, compreender a dinâmica de funcionamento do local de trabalho dos docentes (como rotina, atividades exercidas, horas trabalhadas, gestão), investigar a influência das relações interpessoais (grupo de trabalho e clientela) no desempenho das atividades realizadas pelo professor em seu ambiente de trabalho.

## MÉTODO

### Participantes

O presente estudo foi composto por 22 professores distribuídos por cinco instituições públicas de ensino na cidade de Parnaíba-PI, todos com idades

acima de 18 anos. A faixa etária dos trabalhadores variou entre 24 e 50 anos, em sua maioria do sexo feminino, casadas, com filhos, atuando na profissão em uma média de tempo que vai de 2 a 25 anos, e na organização variando de 08 meses a 17 anos. A quantidade de alunos na sala de aula varia entre 20 e 35 alunos, carga horária semanal entre 20, 40 e 60 horas.

As instituições de ensino no qual a pesquisa foi realizada são mantidas pelos poderes públicos Municipal e Estadual, portanto os professores são funcionários públicos efetivados; atendem aos alunos do Ensino Fundamental e Médio nos turnos matutino e vespertino; apresentam em sua maioria salas de aula ventiladas e iluminadas adequadamente, rampas de acesso às pessoas com necessidades específicas.

### Instrumento

Foi utilizada uma abordagem que possibilitasse analisar as demandas participantes a respeito das situações no trabalho que provoquem estresse, para isto foi escolhida a Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho – EVENT que tem por objetivo avaliar o quanto as circunstâncias do cotidiano do trabalho indicam certo desgaste mental dos trabalhadores. A referida escala é composta por três fatores que dizem respeito à situações vivenciadas no contexto do trabalho.

O Fator 1 – *Clima e Funcionamento Organizacional* se refere aos processos de trabalho que compõem o funcionamento da organização. Os itens que compõem o Fator 2 – *Pressão no Trabalho* dizem respeito à dinâmica possível causadora de pressão no ambiente de trabalho. O Fator 3 – *Infra-estrutura e Rotina* é composto por itens que referem-se aos elementos constituintes da estrutura organizacional.

### Procedimento

A fim de alcançar os objetivos do estudo, foi feito um primeiro contato com cada gestão escolar a fim de se receber uma autorização para que a pesquisa fosse realizada. Após receber a autorização de cada escola, a escala foi aplicada com os professores no horário do intervalo. Independente da situação, durante a abordagem foi perguntado a cada pessoa se poderia participar de uma pesquisa realizada pelos pesquisadores responsáveis, e com anuência, o respondente teve acesso a um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido no qual ele assinou declarando estar de acordo. O estudo seguiu as normas

e procedimentos éticos conforme a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde que estabelece as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Vale ressaltar que o referido projeto recebeu parecer *aprovado* com número CAAE: 69905617.2.0000.5569.

## Análise de dados

Para a análise dos dados foi feita a interpretação da EVENT de acordo com as orientações fornecidas no manual elaborado por Sisto, Baptista, Noronha & Santos (2007) que indica as seguintes normas para interpretação: a correção do teste é feita atribuindo-se zero ponto às respostas “nunca”; um ponto para “às vezes” e dois pontos para as respostas “frequentemente”. A escala pode variar de um mínimo de 0 a um máximo de 80 pontos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A escola é considerada um microcosmo que reflete o mundo exterior e seus problemas, entretanto, considerando seus objetivos e suas especificidades também constitui-se factível de gerar problemas peculiares que, por sua vez se projetam para além dos muros (Witter, 2012). As discussões acerca da educação no Brasil são vastas e abordam uma realidade no país que algum tempo atrás registrava altos índices de analfabetismo, entretanto, esta realidade vem mudando a passos lentos. Nos dias atuais tem tido muito enfoque o estudo do desenvolvimento infantil na escola, inclusão de pessoas com necessidades específicas, mas pouca atenção é dada a um profissional que desempenha papel fundamental na dinâmica de funcionamento da escola: o professor, que no exercício de suas funções lida com diversas situações do cotidiano que podem ser estressoras.

O primeiro objetivo do presente estudo consistiu em identificar os indicadores de vulnerabilidade ao estresse no trabalho dos docentes. No entanto torna-se importante a priori citar os valores de referência conforme as indicações de Sisto, Baptista, Noronha e Santos (2007) dos percentis para os Fatores 1, 2, 3 e estresse geral para o grupo profissional 1, no qual se encontra a categoria profissional docente. De acordo com a classificação fornecida por parte dos autores, as dimensões de estresse podem ser 1) *Inferior* – somatória dos resultados dos 41 itens da escala até 31 pontos; 2) *Médio Inferior* – somatória dos resultados dos 41 itens da escala alcance entre 32 a 37 pontos; 3) *Médio* - somatória dos resultados dos 41 itens da escala alcance 38 pontos; 4) *Médio Superior* – somatória dos

resultados dos 41 itens da escala alcance entre 39 a 47 pontos; 5) *Superior* – somatória dos resultados dos 41 itens da escala alcance 48 ou mais pontos. As referidas informações estão apresentadas graficamente na figura que consta ao final do documento.

Com relação a isso, cabe citar que as classificações em Estresse Geral dos professores entrevistados pontuaram como *Inferior* (13 professores), *Médio Inferior* (3 professores), *Médio* (1 professor) e *Médio Superior* (5 professores). Os resultados demonstram que os profissionais obtiveram pontuação baixa nos indicadores de vulnerabilidade ao estresse apesar das circunstâncias do cotidiano vivenciadas nas escolas na atualidade. Tal resultado sugere que os professores têm elaborado estratégias para lidar com as situações estressoras no ambiente de trabalho; por outro lado, também pode-se dizer que os contextos de trabalho das escolas pesquisadas podem ser considerados ambientes no qual a atividade laboral vem sendo realizada de forma menos estressora.

De acordo com Meleiro (2012) um fator estressante pode não ter a mesma repercussão para todas as pessoas, visto que as estratégias de enfrentamento compõem um processo, ou seja, os esforços cognitivos e comportamentais empregados para gerenciar demandas específicas. O enfrentamento é contextual e para ser efetivo, deve mudar ao longo do tempo e em diferentes condições estressantes (Lazarus, 1993).

A baixa pontuação obtida na Escala pode estar associada à dinâmica e condições de trabalho. Nesse sentido cabe pensar a definição de condições de trabalho relacionando-se ao conjunto de recursos que viabilizam a realização laboral, envolvendo estrutura física, condições de emprego e relacionamentos interpessoais (Oliveira & Assunção, 2010). Desta forma, uma hipótese para o baixo nível de estresse nas escolas pesquisadas pode ser considerada pensando na existência de um contexto favorável dos fatores relacionados aos processos como gestão escolar, colegas de trabalho, clientela e condições de trabalho no geral.

O segundo objetivo consistiu em compreender a dinâmica de funcionamento do local de trabalho dos docentes: rotina, atividades exercidas, horas trabalhadas, gestão. Assim, podem ser considerados para fins de discussão os resultados dos fatores 1 e 3 da Escala que demonstram que os professores pontuaram baixa vulnerabilidade ao estresse para ambos os fatores: (1) – 13=Inferior; 6= Médio inferior; (3) – 8= Inferior; 7= Médio Inferior.

Nesses termos, cabe pontuar que os resultados obtidos na presente pesquisa representam o perfil dos

docentes no Brasil, visto que a maioria dos participantes da pesquisa é do sexo feminino (21 respondentes no grupo 3, referente a análise em questão), corroborando com um dado de realidade que é a predominância das mulheres no ensino em geral (Santos, 2017). Outra consideração importante é a carga horária dos profissionais, aos quais afirmaram trabalhar 20, 40 ou 60 horas semanais. A esse respeito o autor supracitado aponta para a exigência de grandes demandas profissionais na escola, fator que pode refletir em longas jornadas, difíceis de ser conciliadas com a vida pessoal e familiar.

Atualmente, em muitos casos, o ambiente escolar em termos de estrutura física requer preocupação no que concerne à adequação para o desenvolvimento das atividades humanas, a saber, aquelas relativas à aquisição de conhecimento e cultura e as laborativas, dos profissionais da educação, tendo em conta que a arquitetura deve ser adequada para que os estudantes tenham o máximo de condições favoráveis de aprendizagem e os professores consigam realizar suas atividades diárias conforme o que fora planejado (Beltrame & Moura, 2009). Desta forma, cabe fazer uma ponderação em relação à adequada estrutura escolar das instituições as quais os professores participantes da pesquisa estão vinculados e às características gerais de infraestrutura das escolas, o que pode explicar os a baixa vulnerabilidade ao estresse no trabalho.

De acordo com Beltrame e Moura (2009) ao observar os móveis existentes em uma sala de aula comum é possível prever de que forma será a ocupação do local, tendo em conta a interação do professor e do aluno e as normas da escola: cadeiras dispostas em círculo sugerem que a aula será discursiva e com a participação de todos, já cadeiras enfileiradas remetem às aulas expositivas, por exemplo; além disto, o conforto térmico para o aprendizado do estudante e o desempenho de quem o ocupa, é essencial. Em sua maioria, as instituições no qual a pesquisa foi realizada, o Ensino Fundamental 2 apresenta salas com cadeiras enfileiradas, já as escolas de Ensino Fundamental 1 organizam suas salas com cadeiras em círculos para que o professor estimule a participação de todos e quanto à temperatura, foi possível perceber salas com ventiladores e janelas.

Coutinho Filho, Silva, Silva e Coutinho (2007) afirmam que a iluminação na sala de aula é fundamental para o conforto visual de quem está ali, pois uma iluminação inadequada pode ser prejudicial para a saúde visual das pessoas ou pode agravar os problemas já existentes de visão. Tendo em conta que a leitura é uma atividade bastante exercida em sala de aula, o ambiente deve ser confortável para que possa

proporcionar aos alunos e professores uma experiência satisfatória e produtiva. Neste sentido, observou-se nas escolas a existência de salas iluminadas, fator que contribui para o aprendizado do estudante e o trabalho do professor.

Conforme aponta Meleiro (2012), a estrutura física das escolas quando não se encontra de forma adequada, pode ser fator contributivo para as queixas de estresse, tais como salas de aula sem ventilação adequada, com temperatura elevada, iluminação inadequada, número excessivo de alunos nas turmas: dos 22 professores que participaram da presente pesquisa, 18 afirmaram lecionar em salas de aulas com uma média de 25 por turma.

Outro fator observado diz respeito ao momento do intervalo no qual os professores se reúnem na *sala de professores* para uma pausa: Santos, Souza e Souza (2018) afirmam que o intervalo é o tempo no qual professores e estudantes utilizam para descansar, ir ao banheiro, lanchar, conversar, configurando como um tempo necessário a todos. Estudos reportam que a ausência desse descanso para realizar trabalhos no horário do intervalo, como observar e acompanhar alunos, reunião com pais ou com os próprios alunos para esclarecimento de dúvidas sobre as matérias ou para escuta de conflitos de ordem pessoal, configuram situações estressoras (Meleiro, 2012).

Em relação às demandas profissionais, estas podem variar de acordo com a dinâmica de funcionamento da escola e ser caracterizadas a partir do ambiente vivenciado. Atualmente, em função das mudanças ocorridas no decorrer da história no papel do professor, a atividade deste profissional não se resume ao ensino dos conteúdos programáticos da grade curricular, sendo composta por uma série de atividades e exigências que podem ser configuradas como situações estressoras (Meleiro, 2012).

A questão dos vínculos empregatícios se correlaciona ao que Faria e Rachid (2010) tem denominado de novos arranjos alternativos de emprego, mencionados com frequência na literatura como sendo jornada em tempo parcial, trabalho temporário, trabalho a domicílio, tele trabalho, o contrato por intermédio de agências ou empresas prestadoras de serviço chamadas também de terceirizados, as consultorias, os trabalhadores autônomos, os *free-lancers* e as pessoas jurídicas. Desde muito tempo atrás o trabalho do professor apresenta algumas semelhanças a estas formas de emprego. A jornada semanal dos professores pode variar de forma que muitos tenham uma jornada parcial por escolha pessoal, ou falta de alternativa. Observa-se também a presença significativa de professores com contratos temporários. Essas

considerações têm correlação com os resultados encontrados na presente pesquisa na medida e que se evidencia a existência de profissionais trabalhando há pouquíssimo tempo na organização (6 meses), outros com dois vínculos empregatícios (20 horas semanais em cada escola) podendo trabalhar em até 3 expedientes (matutino, vespertino e noturno), o que equivale a 60 horas semanais. Os autores ressaltam ainda que em função de salários e benefícios menores, não é raro que os trabalhadores que exercem sua profissão em tempo parcial se envolvam em mais de um emprego.

O terceiro objetivo consistiu em investigar a influência das relações interpessoais (grupo de trabalho e clientela) no desempenho das atividades realizadas pelo professor em seu ambiente de trabalho. Com relação ao Fator 2, os resultados demonstraram que a maioria dos participantes apresentou baixa vulnerabilidade ao estresse, conforme pontuação obtida pelos mesmos: 12=Inferior e 5=Médio Inferior. Camelo e Angerami (2008) apontam que “a qualidade das relações interpessoais é fator importante na hora de determinar o potencial estressor”. A relação professor-aluno refere-se ao momento de encontro entre o aluno e o professor, e aos processos de interação de ambos onde são formados vínculos, expectativas e sentimentos que podem vir a repercutir no processo de ensino e aprendizagem (Ramos & Goeten, 2015).

Um bom relacionamento interpessoal entre professor e aluno é condição fundamental para o sucesso do processo ensino aprendizagem, principalmente nos primeiros ciclos do ensino básico (Goulart Junior & Lipp, 2008). Dificuldades no relacionamento podem ocorrer em face do comportamento das crianças em sala de aula e do comportamento do professor. No trabalho em educação inclusiva também há a possibilidade do estresse causado em professores. No estudo realizado por Lopes e Andrade (2015) que buscou avaliar a prevalência de estresse entre professores de educação especial de uma escola do Vale do Rio Itajaí-Açu. Participaram do estudo trinta professores, cumprindo carga horária de quarenta horas semanais. Os resultados apontaram que o estresse está presente em mais de 50% da população. Silva e Matos (2014) buscaram investigar as percepções de estudantes de escolas públicas de Minas Gerais sobre a incidência de comportamentos de indisciplina em sala de aula, analisando como alguns fatores se associam a essa percepção, dentre eles as práticas pedagógicas dos docentes: os resultados apontaram forte relação entre as práticas pedagógicas dos docentes e a indisciplina. O papel do professor de ensinar se utilizando de técnicas e procedimentos

adequados, está vinculado ao papel do aluno, que em contato com o professor e com os colegas assimila de forma gradativa valores, exercita habilidades e desenvolve atitudes (Malagris, 2012).

A interação entre os membros da equipe de trabalho é importante no que diz respeito à saúde mental, pois “entender o comportamento das pessoas e suas relações no trabalho inclui também entender os fatores que interferem nas condições laborais e na vida do professor” (Ulrich, 2005, p. 31) e neste sentido, o estudo da escola e de seus personagens possibilita a produção de conhecimentos que são úteis não apenas para os que nela atuam, pois sua aplicabilidade pode alcançar outras organizações (Witter, 2012). Os resultados da presente pesquisa possibilitaram o acesso aos dados acerca dos processos que ali acontecem e que podem embasar novas pesquisas e novas metodologias de ação na rede de ensino. Algumas considerações finais serão apresentadas a seguir.

## CONCLUSÃO

A profissão docente acompanha o dinamismo da sociedade e, portanto, está em constante transformação no que concerne às práticas profissionais em sala de aula. A tecnologia abriu caminhos para o conhecimento, os relacionamentos interpessoais se modificaram, estão mais rápidos e sem fronteiras, e a meta “Brasil Alfabetizado” tem feito parte da realidade das escolas. Arelado a isso e não esquecendo as dificuldades enfrentadas neste contexto, quando em grande parte dos casos, a responsabilidade pela educação deixa de ser colaborativa entre escola e pais pelo fato de os mesmos não assumirem o papel de educadores, fazendo com que o professor acabe por ficar vulnerável ao estresse em decorrência do seu trabalho, conseqüentemente afetando sua saúde mental.

Diante dos resultados encontrados pode se observar que os professores têm lidado de forma adaptativa às experiências do seu cotidiano de trabalho que são consideradas estressantes; uma outra alternativa é pensar que a dinâmica de trabalho nestes cenários na atualidade, apresenta-se como menos estressora. Os profissionais apresentaram baixo grau de estresse, considerado de acordo com a literatura como *saudável* por possibilitar a homeostase após a situação estressora. A relevância de se realizar estudos acerca do estresse no trabalho docente se justifica em face da necessidade de se considerar propostas de intervenção a fim de garantir melhores condições de trabalho e promover saúde mental. Nesses termos, sugere-se que pesquisas futuras abordem as estratégias de *coping* dos professores para lidar com o estresse e investiguem também a percepção dos professores acerca das

condições de trabalho no exercício da sua profissão na atualidade.

## 7. Referências

- Anschau, C., Stein, D. J. (2016). Stress e qualidade de vida: Um olhar sobre o professor. *Revista saberes e sabores educacionais*, (3).
- Assunção, A. A., Oliveira, D. A. (2009). Intensificação do trabalho e saúde dos professores. *Educação e Sociedade*,30(107).
- Beltrame, M. B., Moura, G. R. S.(2009) Edificações escolares: infra-estrutura necessária ao processo de ensino e aprendizagem escolar. *Revista Travessias*, 3(2).
- Borsoi, I. C. F. (2007). Da relação entre trabalho e saúde à relação entre trabalho e saúde mental. *Psicologia e Sociedade*, 19(edição especial).
- Camargo, D. A., Neves, S. N. H. (2004). Transtornos mentais, saúde mental e trabalho, in. Guimarães, L. A. M., Grubits, S. (org). *Série Saúde Mental e Trabalho*, ( 2), São Paulo: Casa do psicólogo.
- Camelo, S. H. H., Angerami, E. L. (2004). Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco modelos de saúde da família. *Revista Latino Americana de Enfermagem*, 12(1).
- Coutinho Filho, E. F., Dilva, E. E., Silva, L. B., Coutinho, A. S. (2007) Avaliação do conforto ambiental em uma escola municipal de João Pessoa. *Anais do IX Encontro de Extensão/X Encontro de Iniciação à Docência, 09 a 11 de mai. de 2007*.
- Codo, W., Soratto, L., Vasques-Menezes, I. (2004). Saúde mental e trabalho. In. Zanelli, J. C., Borges-Andrade, J. E., Bastos, A. V. B. *Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil*, Porto Alegre: Artmed.
- Cruz, R. M., Lemos, J. C., Welter, M. M., Guisso, L. (2010, Julho). Saúde docente, condições e carga de trabalho. *Revista Eletrônica de Investigación y Docencia*,4.
- Engels, F. (2004). Sobre o papel do trabalho na transformação do macaco em homem. In. Antunes, R. *A dialética do trabalho*, São Paulo: ed. Expressão Popular.
- Faria, G. S. S., Rachid, A. (2010). Análise da diversidade de contratos de trabalho no Ensino Público. *Revista ABET*, 9(1).
- França, A. C. L., Rodrigues, A. L. (2007). *Estress e trabalho: uma abordagem psicossomática*. São Paulo: Atlas, 4. Ed.
- Gasparinni, S. M., Barreto, S. M., Assunção, A. A. (2005). O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. São Paulo: *Educação e pesquisa*, 31(2).
- Goulart Junior, E., Cardoso, H. F., Domingues, L. C., Green, R. M., Lima, T. R. (2014). Trabalho e estresse: identificação do estresse e dos estressores ocupacionais em trabalhadores de uma unidade administrativa de uma instituição pública de ensino superior (IES). Florianópolis: *Revista GUAL*, 7(1).
- Goulart Junior, E., Lipp, M. E. N. (2008). Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. Maringá: *Psicologia em estudos*, 13(4).
- Lazarus, R. S. (1993). From Psychological stress to the emotions: a history of changing outlooks. *Annual Reviews psychology*,44(1).
- Lipp, M. (2017). O treino de controle do estresse em grupo: um modelo da TCC. in. Neufeld, C. B., Rangé, B. P. (Org.). *Terapia cognitivo-comportamental em grupos: das evidências à prática*. Porto Alegre: Artmed.
- Lipp, M. (2002). *Stress do professor*. Campinas: Papyrus, 5. Ed.
- Lipp, M. (2003). *Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria e aplicações clínicas*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Lopes, P. H., Andrade, I. C. F. (2015). Professor de educação especial: relação entre satisfação profissional e estresse. *Revista eduicep*,1(1).
- Malagris, L. E. N. (2012). O professor, o aluno com distúrbio de conduta e o stress. In.Lipp, M. O stress do professor. São Paulo: Papyrus, 7.ed.
- Margis, R., Picon, P., Cosner, A. F., Silveira, R. O. (Abril 2003). Relação entre estressores estresse e ansiedade. *Revista de psiquiatria*,25(Suplemento 1).



- Mascella, V., Vieira, N., Beda, L. C., Lipp, M. E. N. (Dezembro 2014). Stress, sintomas de ansiedade e depressão em mulheres com dor de cabeça. São Paulo: *Boletim – Academia Paulista de psicologia*, 34(87).
- Meleiro, A. M. A. S. (2012). *O stress do professor*. In: Lipp, M. O stress do professor. Campinas: ed. Paripus, 7. Ed.
- Oliveira, D. A., Assunção, A. Á. (2010). *Condições de Trabalho Docente*. In: Oliveira, D. A., Duarte, A. C., Vieira, L. F. Dicionário trabalho, profissão e condição docente. Belo Horizonte: Ed. da UFMG.
- Pereira, E. F., Teixeira, C. S., Pelegrini, A., Meyer, C., Andrade, R. D., Lopes, A. S. (2014). Estresse relacionado ao trabalho em professores de educação básica. Santiago: *Ciencia e trabajo*,16(51).
- Pinto, M. B. (2014). Condições sócio-ocupacionais do trabalho docente e a formação profissional. São Paulo: *Revista Serviço Social & Sociedade*,120.
- Ramos, D. K., Goeten, A. P. M. (2015). Aspectos motivacionais e a relação professor-aluno: um estudo com alunos do ensino médio. *Camine*,7(1).
- Rossi, F., Hunger, D. A. C. F. (2013). *A formação continuada sob análise do professor escolar*. São Paulo: Editora UNESP.
- Santos, M. C. G. (2017). O empoderamento das mulheres-professoras no espaço da educação através da feminização-feminilização do magistério. *Revista Educação Cultura e Sociedade*, 7(1).
- Santos, J. J. O., Souza, S. C. S., Souza, J. (2018). Recreio monitorado: um novo desafio para gestores e professores do grupo escolar Juracy Magalhães/BA. *11 enfoque*, 11(1).
- Selye, H. (1946). The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *The Journal of Clinical Endocrinology*, 6(2).
- Silva, L. C., Matos, D. S. (2014). As percepções dos estudantes mineiros sobre a incidência de comportamentos de indisciplina em sala de aula um estudo baseado nos dados do SIMAVE/PROEB 2007. *Revista Brasileira de Educação*, 19(58).
- Silva, R. R., Silva, V. A. (2010). Trabalho e educação: ambiente, relações de trabalho e saúde dos profissionais (professores) da educação de Altamira. *Revista labor*, 3(1).
- Sisto, F. F., Baptista, M. N., Noronha, A. P., Santos, A. A. (2007). *Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (Manual)*. São Paulo: Vetor Editora.
- Sousa-Uva, A., Serranheira, F. (2013). Trabalho e saúde/(doença): o desafio sistemático da prevenção dos riscos profissionais e o esquecimento reiterado da promoção de saúde. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*,11(1).
- Ulrich, E. (2005). *Percepções de professores universitários sobre as relações interprofissionais que levam a estresse*. Dissertação de mestrado. Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis.
- Wagner, L. R., Thofehm, M. B., Amestoy, S. C., Porto, A. R., Arriera, I. C. O. (2009). Relações interpessoais no trabalho: percepção de técnicos e auxiliares de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*,14(1).
- Witter, G. P. (2012). *Prólogo*. In: Lipp, M. O stress do professor. São Paulo: ed. Papirus, 7.ed.
- Zanelli, J. C., Calzaretta, A. V., Garcia, A. J., Lipp, M. E. N., Chambel, M. J. (2010). *Estresse nas organizações de trabalho: compreensão e intervenção baseadas em evidências*. Porto Alegre: Artmed.

## Lista de Anexos

Figura 1. Classificação do Grupo 3 concernente às dimensões do estresse.

Tabela 1. Quantitativo dos indicadores de vulnerabilidade, por fator, para o Grupo 3.

Figura 1. Classificação do Grupo 3 concernente às dimensões do estresse.

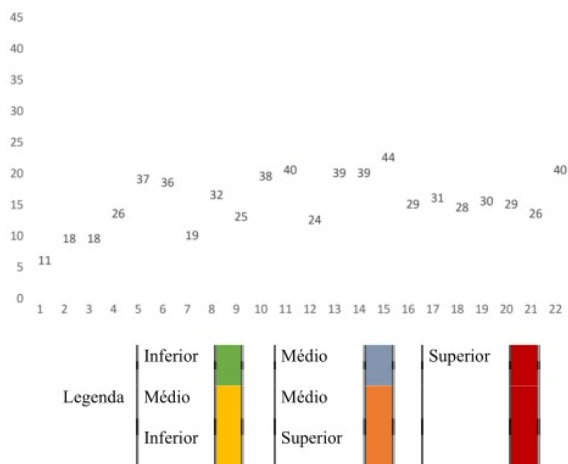


Tabela 1. Quantitativo dos indicadores de vulnerabilidade, por fator, para o Grupo 3.

	Quantidade	Fator 1 (Clima e funcionamento Organizacional)	Quantidade	Fator 2 (Pressão no Trabalho)	Quantidade	Fator 3 (Infra-estrutura e Rotina)
	Grupo 3	13	Inferior	12	Inferior	8
6		Médio inferior	5	Inferior	7	Médio inferior
2		Médio superior	2	Superior	7	Superior
1		Superior	1	Superior		