

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE GOIÁS  
CÂMPUS UNIVERSITÁRIO DE URUAÇU  
CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA

MARISTENE AZEVEDO DINIZ

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES E O TRABALHO ALIENADO

URUAÇU – GO  
2016

MARISTENE AZEVEDO DINIZ

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES E O TRABALHO ALIENADO

Trabalho de conclusão de curso, apresentado à Universidade Estadual de Goiás, Câmpus Uruaçu, como requisito parcial para obtenção do grau de graduação em Licenciatura Plena em Pedagogia, sob a orientação do professor Edmilson Marques.

URUAÇU – GO  
2016

MARISTENE AZEVEDO DINIZ

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES E O TRABALHO ALIENADO

Trabalho de conclusão de curso, apresentado à Universidade Estadual de Goiás, Câmpus Uruaçu, como requisito parcial para obtenção do grau de graduação em Licenciatura Plena em Pedagogia, sob a orientação do professor Edmilson Marques.

Data aprovação: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

---

Professor orientador  
Edmilson Marques

---

Membro arguidor  
Jean Isídio dos Santos

---

Membro arguidor  
Erisvaldo Pereira de Souza

URUAÇU-GO  
2016

Agradeço em primeiro lugar a Deus. Agradeço a toda minha família pela força, apoio e amor, em especial meu esposo Elisvaldo Soares. Agradeço a minhas colegas de curso que caminharam comigo por esse percurso, em especial minhas grandes amigas Amanda Heloiza, Edinaia Melquiades e Kátia Fernandes, com as quais compartilhei as alegrias e as angústias. Agradeço a todos meus professores que me instruíram durante a jornada acadêmica, em especial ao meu professor orientador Edmilson Marques, que muito contribuiu para realização deste trabalho. Enfim agradeço a todos que contribuíram para a realização deste sonho.

“O capital não tem a menor consideração pela saúde ou duração da vida do trabalhador.”

“Karl Marx”

## Resumo

O presente trabalho tem como objetivo analisar se a Síndrome de Burnout em professores apresenta relação com o trabalho alienado. Propõe analisar a literatura sobre a Síndrome de Burnout e o trabalho alienado. Busca-se identificar as causas que desencadeiam a síndrome e também os efeitos e consequências. A pesquisa se justifica pela sua relevância social, pois está propõe ser uma contribuição para o estudo da Síndrome de Burnout, um tema atual na sociedade, que está relacionado às péssimas condições do trabalho docente. A Síndrome de Burnout afeta muitos professores, no entanto, esse é um tema ainda pouco conhecido. Os profissionais muitas vezes sofrem e nem sabem o nome desta doença. O conhecimento a respeito da síndrome é essencial para poder propor alternativas eficazes de erradicação, prevenção e promoção da saúde dos trabalhadores. A metodologia utilizada procurou explorar o universo escolar, tendo como foco o trabalho docente. Para isso, utilizamos observações e questionários para coletar dados. O público alvo foram os professores que estão atuando em sala de aula. Partindo do pressuposto que o trabalhador alienado realiza um trabalho mortificante e de grande sofrimento, então buscamos discutir o conceito de trabalho alienado, sendo este também a principal ferramenta de nossa análise, no sentido de verificar se a alienação é um fator que desencadeia a Síndrome de Burnout.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Trabalho alienado. Professores. Ensino escolar.

## SUMÁRIO

Introdução-----	07
Capítulo I - Método dialético, alienação e trabalho alienado	
1.1 - Método: materialismo histórico – dialético -----	10
1.2 - História do capitalismo -----	12
1.3 - Conceito de alienação em Marx-----	14
1.4 - Trabalho alienado -----	16
1.5 - O trabalho -----	18
Capítulo II - Abordagens sobre a Síndrome de Burnout	
2.1- Síndrome de Burnout: conceito e história-----	22
2.2 - Síndrome de Burnout na profissão docente-----	23
2.2.1 - Fatores que desencadeiam a Síndrome de Burnout	24
2.2.2 Sintomas e consequências da Síndrome de Burnout-----	26
2.2.3 Influência das peculiaridades da profissão docente-----	29
Capítulo III - Síndrome de Burnout em escolas de Campinorte-Go	
3.1 Análise das informações-----	32
Conclusão-----	39
Referências-----	42
Apêndices-----	44
Anexos-----	48

## Introdução

A Síndrome de Burnout é uma doença que compromete muito a saúde do trabalhador. No Brasil é também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional. Esta síndrome é uma resposta ao estresse persistente, resultado da atuação da profissão. Este mal afeta não somente o trabalhador em seu local de trabalho, mas também sua vida social e familiar. Os profissionais que atuam se relacionando diretamente e intensamente com indivíduos, são as categorias consideradas mais vulneráveis à Síndrome de Burnout, pois nestas profissões há muitos fatores estressores e muitas vezes se dá de forma alienada, como é o caso da profissão docente, que no decorrer desta pesquisa será discutido de forma aprofundada.

A ideia de pesquisar sobre este tema surgiu quando estava pesquisando na internet algo interessante que me chamasse atenção para ser o tema da minha monografia, o trabalho de conclusão de curso na Universidade Estadual de Goiás. Nesta época assisti uma matéria em um programa de televisão que refletia sobre os fatores que levavam à desistência dos docentes de sua profissão. Então comecei a buscar na internet por este tema, encontrei o termo Síndrome de Burnout o qual eu ainda não conhecia, mas que me chamou muita atenção, daí então comecei a estudar esse tema.

A Síndrome de Burnout é uma doença que se desenvolve na realização do trabalho. Muitas vezes o trabalho se dá de forma alienada. No trabalho alienado o trabalhador se encontra exteriorizado e o trabalho se torna um auto sacrifício, há então uma mortificação do homem. O trabalhador é obrigado a realizar determinadas atividades esgotantes. O trabalho deixa de ser uma atividade satisfatória, onde ele só trabalha para manter sua sobrevivência. Diante disto surge a seguinte problemática: a Síndrome de Burnout em professores tem relação com o trabalho docente alienado?

A presente pesquisa é composta de pesquisa bibliográfica e pesquisa de campo. As fontes utilizadas no trabalho de caráter bibliográfico e alguns dos autores foram Karl Marx (1967), Erich Fromm (1964), Anton Pannekoek (2007), Nildo Viana (2009), Benevides-Pereira (2003), Carlotto (2002), Freitas & Cruz (2008), Levy (2006), Costa & Rocha (2013), Codo (1999), Jbeili (2008).



A pesquisa é de relevância social, pois esta é uma contribuição para com o estudo da Síndrome de Burnout, um tema atual na sociedade e que está relacionado às péssimas condições do trabalho docente. A Síndrome de Burnout afeta muitos professores, mas, no entanto esse é um tema pouco conhecido. Os profissionais muitas vezes sofrem e nem sabem o nome desta doença. Muitas vezes o indivíduo com Burnout é diagnosticada e tratada como em estresse ou depressão, o que não a beneficia, uma vez que a causa principal do problema não é trabalhada. Por isso é relevante que a Síndrome de Burnout se torne mais conhecida. Só assim pode-se encontrar a melhor forma de enfrentamento desta síndrome.

A pesquisa tem como objetivo principal analisar se a Síndrome de Burnout possui alguma relação com o trabalho alienado, além disto buscaremos analisar o histórico da literatura sobre a síndrome de Burnout. E também se propõe identificar os fatores que levam ao estresse ocupacional e conseqüentemente à Síndrome Burnout. Serão destacados também os efeitos que a Síndrome de Burnout provoca na qualidade do trabalho do professor afetado e conseqüentemente no processo de ensino aprendizagem dos alunos.

Quando o trabalhador se encontra alienado ao seu trabalho, ele não se realiza no mesmo. Torna-se uma tortura permanecer trabalhando. O único motivo que ainda o faz permanecer trabalhando é porque só assim poderá garantir sua sobrevivência e de sua família. Ele se sente exausto, tanto fisicamente como psicologicamente, e assim pode ocorrer o adoecimento do trabalhador. Com base nisso pode-se levantar a hipótese de que a Síndrome de Burnout tem origem no trabalho sobre a forma alienada.

A presente pesquisa é de caráter exploratório, envolvendo uma pesquisa bibliográfica e documental, um estudo de campo envolvendo observações e questionários. Teve uma abordagem qualitativa. Os cenários onde a pesquisa de campo ocorreu foi em escolas da rede pública. O público alvo foram os professores que estão atuando em sala de aula de duas escolas distintas da cidade de Campinorte no interior do Estado de Goiás. A coleta de dados se deu por meio de observações e questionários. E estes foram analisados por meio de tratamento dos resultados, inferência e interpretação dos dados obtidos. Para realização da pesquisa e análise de dados foi utilizado o Materialismo histórico – dialético.

O instrumento de pesquisa foi elaborado com base no referencial teórico. Foi elaborado um questionário fechado com base no Maslach Burnout Inventory – MBI,

este foi o primeiro instrumento a ser criado visando avaliar a incidência da Síndrome de Burnout, elaborado por Christina Maslach e Susan Jackson em 1978. Também foi construído um questionário aberto especificamente para esta pesquisa. A realização da pesquisa se deu primeiramente com contato com a direção de cada escola, as quais se prontificaram para realização deste trabalho. Em seguida foi realizado o contato com os professores. Foi apresentado aos professores o questionário e proposto a eles que realizassem o preenchimento do mesmo. Foram informados que as informações fornecidas por eles nos questionários serão mantidas em sigilo. Os professores se prontificaram em contribuir com a pesquisa.

O trabalho foi organizado em três capítulos; no primeiro capítulo é abordado sobre materialismo histórico-dialético, é abordado seu conceito e como se procede o trabalho de pesquisa utilizando este método. É abordado também o desenvolvimento histórico do capitalismo. Faz-se uma análise sobre o trabalho no modo de produção capitalista, além de conceituar e discutir o trabalho alienado.

No segundo capítulo é realizada uma análise sobre a literatura da Síndrome de Burnout. Neste capítulo faz-se uma construção do conceito deste tema, evidenciando as causas e efeitos da Síndrome de Burnout.

O terceiro capítulo é constituído pela pesquisa de campo, esta foi realizada com os profissionais docentes da rede pública de ensino da Cidade de Campinorte, no interior de Goiás, que estão atuando em sala de aula. Onde foram analisadas as interações dos professores com suas atividades profissionais diárias, e também a relação com os pais, alunos, a direção e superiores.

## Capítulo I - Método Dialético, Alienação e Trabalho Alienado

A Síndrome de Burnout é uma doença ocasionada do estresse oriundo do trabalho, que atualmente ocorre sobre o modo de produção capitalista. O trabalho na sociedade capitalista acontece de forma alienada. Para então realizar-se uma discussão sobre a Síndrome de Burnout e o trabalho alienado é importante ter conhecimento sobre a história do capitalismo e seu desenvolvimento. Torna-se importante discutir sobre o trabalho e o modo de produção capitalista, a relação do trabalhador com o trabalho. Além disso, é importante realizar uma discussão sobre o conceito de alienação e o trabalho alienado. Mas antes faz-se necessário realizar uma discussão sobre o método materialismo histórico-dialético, que será o método que irá orientar a pesquisa.

### 1.1 Método: materialismo histórico – dialético

O materialismo histórico – dialético é um recurso heurístico e simultaneamente uma teoria. “É um recurso mental para se analisar a realidade e quando aplicado a uma realidade concreta, torna-se uma teoria, ou seja, expressa e explica esta realidade” (MAIA, 2007, p. 12). A linha de fundamentação do materialismo histórico – dialético é marxista e parte da perspectiva do proletariado. Segundo Viana (2007) o método dialético é a teoria marxista da história da humanidade.

Viana afirma que o materialismo histórico – dialético pode ser chamado de método, mas nunca pode ser confundido com modelo. Pois este não possui um modelo determinado de como se deve realizar a pesquisa, mas sim um direcionamento para a pesquisa.

Segundo ele o materialismo histórico – dialético nasceu de uma análise concreta e daí tornou-se um modo de relacionar as “coisas existentes”, que é confirmado ou refutado na sua aplicação às relações reais. Portanto, a fonte do materialismo histórico – dialético é o “mundo concreto”. Assim sendo, um método ele pode sempre ser aprimorado, se na análise do mundo concreto se fizer necessário.

Na realização da pesquisa, segundo Maia (2007, p. 12) deve-se “partir do real e do concreto. [...] A pesquisa é o processo rigoroso e articulado cujo objetivo é

encontrar as determinações do fenômeno.” Ou seja, encontrar a razão de ser do objeto de pesquisa.

O materialismo histórico – dialético se utiliza da abstração na pesquisa. A abstração é a transposição do concreto para o pensamento. De início este concreto se apresenta como “um todo caótico”, no decorrer da pesquisa vai sendo desvendado e explicado, onde as determinações vão sendo explicitadas. Ao final do processo da pesquisa o todo caótico torna uma totalidade rica, onde há o estabelecimento das relações de conexões, assim as determinações foram encontradas. “O concreto que é o ponto de partida é na realidade o concreto que é ponto de chegada da pesquisa, há uma inteira correspondência entre ambos.” (MAIA, 2007, p. 12). Ou seja, o objeto que iniciamos a análise e o mesmo que chegamos com a conclusão.

A dialética materialista “parte da análise da realidade concreta e daí retira um conjunto de relações que são expressas por categorias e que passam a servir de recursos heurísticos para se compreender esta realidade ou qualquer outra.” (VIANA, 2007, p. 100). Assim como já foi citado anteriormente o materialismo histórico dialético como afirma Viana (2007) não é um modelo e sim um referencial teórico, o qual oferece um conjunto de categorias relacionadas que são extraídas da realidade e servem de “guia” para analisá-la.

Para Viana (2007) “As categorias da dialética materialista (totalidade, determinação fundamental, abstrato, concreto, forma, conteúdo, ser etc.) não possuem “leis próprias” e nem determina a priori, a realidade. É a realidade que determina à dialética.” Segundo Viana ao estudar um aspecto particular da realidade deve-se analisá-lo em suas múltiplas relações com os demais aspectos da realidade social.

O procedimento do materialismo histórico - dialético quando se trata de um aspecto particular da realidade social é o da focalização teórica. “[...] focalizar o ser particular pra descobrir o seu modo específico de se relacionar com a totalidade”. (VIANA, 2007, p. 123). Primeiro deve-se definir o aspecto particular da realidade, para então analisá-lo, fazer a focalização teórica, observá-lo no interior da totalidade para distinguir sua particularidade. Desta forma, podemos citar:

A análise é um processo que caracteriza por focalizar uma parte da totalidade e relacioná-la com esta e com sua determinação

fundamental buscando descobrir suas múltiplas determinações, por conseguinte, seu modo específico de se relacionar com a totalidade e determinação fundamental. (VIANA, 2007, p. 125)

Ao se referir em focalizar uma parte a totalidade, o ser particular, não se pretende isolar ou separar, mas ao contrário pretende-se realizar o “[...] duplo processo de partir da totalidade para chegar à particularidade e posteriormente, reintroduzir esta particularidade no interior da totalidade.” (VIANA, 2007, p. 125). Na pesquisa deve focalizar no objeto de pesquisa, com o objetivo de descobrir suas particularidades e suas relações com a totalidade.

## 1.2 História do capitalismo

Para entendermos o desenvolvimento do capitalismo é necessário uma periodização da história do mesmo. Essa periodização é essencial para entender o processo concreto do desenvolvimento capitalista, suas transformações durante os anos. Viana (2009, p. 39) afirma que “a história do capitalismo deve ser interpretada como uma sucessão de regimes de acumulação”. É de grande importância conceituar regimes de acumulação, para podermos analisar o processo de desenvolvimento capitalista. O desenvolvimento da história do capitalismo é marcado por regimes de acumulação.

Viana (2009, p.29 e 30) conceituou o regime de acumulação como sendo “[...] um determinado estágio do desenvolvimento capitalista, marcado por determinada forma de organização do trabalho (processo de valorização), determinada forma estatal e determinada forma de exploração internacional.”

Os regimes de acumulação são as fases marcantes no decorrer do desenvolvimento capitalista. A cada fase há um determinado modo de organização do trabalho, uma determinada forma de exploração da burguesia sobre o proletariado. É correto afirmar então que os regimes de acumulação representam as fases marcantes das lutas de classes na sociedade.

Percebe-se que durante as lutas de classes que a classe dominante, a burguesia, sobressai-se sobre a classe dominada, ou seja, a classe do proletariado, pois caso contrário, as relações capitalistas já teriam sido abolidas. Se essa situação se converter e o proletariado tomar o poder da burguesia, ocorreria assim, o fim do capitalismo e a exploração dos trabalhadores.

Segundo Viana (2009) esta supremacia não é totalmente absoluta, pois diariamente há uma luta e resistência dos proletários, instaurando assim um quadro estável entre a burguesia e o proletariado. Durante as lutas de classes ocorrem avanços e recuos de ambas as partes, mantendo assim uma relação de forças relativamente estáveis e estabelecidas.

Viana (2009) conclui que o regime de acumulação é a forma que o capitalismo assume durante seu desenvolvimento. Em seu desenvolvimento há a prevalência de uma tendência determinada em sua própria essência: a produção de mais-valor é a parte não paga do trabalho realizado pelo trabalhador, nas unidades de produção. Do trabalho total executado pelo trabalhador, este recebe um salário, que corresponde a uma parte mínima do trabalho realizado, a outra parte que não é dada ao operário a qual o capitalista se apropria, trata-se do mais-valor.

O desdobramento da produção de mais-valor é a acumulação de capital e este por sua vez, gera a reprodução ampliada e caracterização e concentração do capital, gerando a expansão mundial do capitalismo e a exploração internacional, ao lado da ação estatal no sentido de garantir todo este processo (VIANA, 2009, p. 31).

Viana acrescenta que há também a ocorrência de outros desdobramentos, como a resistência operária. Quando esta tende a ameaçar o modo de produção capitalista gera uma crise, então a classe dominante na tentativa de manter o capitalismo é obrigada a recuar e fazer algumas concessões. Outro desdobramento é a tendência geral e espontânea da acumulação capitalista “[...] a produção de mais valor gera a tendência declinante da taxa de lucro médio o que traz a necessidade de aumentar a exploração para compensar esta queda” (VIANA, 2009, p.31).

Assim, quando um desses dois desdobramentos se intensifica ocorrem as crises do capitalismo, na verdade um reforça o outro, pois as conquistas do proletariado reflete na extração de mais-valor reforçando a queda da taxa de lucro. Esta situação provoca na classe burguesa a ação reativa, de aumentar a exploração para compensar tal queda. E assim, conseqüentemente reforça a revolta e a luta proletária.

Estes desdobramentos tem a tendência de um reforçar o outro, proporcionando assim uma crise no capitalismo. No momento que a crise está instaurada as lutas de classes estão intensas e podem provocar dois resultados

possíveis; a vitória proletária ou a burguesa. Se ocorrer a vitória da classe proletária o capitalismo será abolido e se a vitória for da burguesia surge então um novo regime de acumulação, ocorrendo somente uma mudança no regime de acumulação vigente.

Viana conclui que um regime de acumulação expressa o desenvolvimento capitalista, ou seja, determinado estágio da luta de classe. Um elemento importantíssimo considerarmos nesta análise do desenvolvimento capitalista é que “o modo de produção capitalista não pode reproduzir-se infinita e indefinidamente.” (VIANA, 2009, p. 32). Assim, o capitalismo não pode se renovar a cada crise, pois este não é infinito. A cada crise há a possibilidade de acontecer o fim do capitalismo.

Viana (2009, p. 32) afirma que “Existem limites humanos e naturais que tornam o capitalismo um período transitório na história da humanidade. A própria dinâmica do capitalista, revelada na produção de mais-valor, expressa sua finitude.” Baseando nas afirmações de Viana pode-se dizer que a cada crise de um regime de acumulação encontra maior dificuldade de se reconstruir, então a cada crise surge a possibilidade de transformação social, ou seja, o fim do capitalismo, não ocorrendo há então a renovação do capitalismo e um novo regime de acumulação se instaura.

Durante a periodização do desenvolvimento do capitalismo através das sucessões dos regimes de acumulação ocorrem transformações no processo de valorização, na forma estatal, nas relações internacionais, e também mudanças sociais gerais como a cultura etc. Ocorrem também mudanças ideológicas. Cada regime faz a regularização que lhe corresponde.

O que não muda a cada sucessão de regime é a essência do modo de produção capitalista e as formas capitalista de regularização das relações sociais, a mudança é apenas na sua forma.

### 1.3O conceito de alienação em Marx

Neste item do nosso trabalho vamos desenvolver uma análise sobre o conceito de alienação a partir das concepções de Karl Marx.

Para Marx alienação ou “alheamento” significa que homem não se vivencia como agente ativo de seu controle sobre o mundo, mas que o mundo (a natureza, os outros e ele mesmo) permanece alheio a ele ou estranho a ele.

Fromm (1964) afirma que foi Hegel quem cunhou o conceito de alienação. Para ele a história do homem é ao mesmo tempo a história da alienação do homem. Tanto para Marx como para Hegel o conceito de alienação está baseado na diferenciação entre a existência e a essência, a existência do homem fica alheia à sua essência.

O processo de alienação como afirma Marx se manifesta no trabalho e na divisão social do trabalho. Em sua essência no trabalho o homem mantém um relacionamento com a natureza, mas devido à expansão da propriedade privada e a divisão do trabalho. O trabalho perde a expressão da natureza do homem e assim o trabalho e seus produtos assumem uma existência a parte do homem e de sua vontade, ou seja, o produto do trabalho é alheio a ele. Fromm (1964) ao se basear nas palavras de Marx, diz que o produto do trabalho é trabalho humano fixado em um objeto e assim é transformado em coisa material. Esse produto representa uma objetificação do trabalho humano.

O trabalho no princípio era algo da natureza dos seres vivos, homens e animais. Mas após o surgimento do capitalismo, o trabalho humano se tornou alienado porque este deixou de ser algo da natureza humana e passou a ser uma obrigação e um sofrimento para os homens. O trabalhador não se realiza em seu trabalho, mas sim nega a si mesmo. No trabalho a relação do trabalhador com sua atividade é vivenciada como algo alheio a si mesmo, o produto de seu trabalho se torna para ele, um objeto estranho que o domina. No modo de produção capitalista, o homem se afasta de sua própria natureza e os objetos de seu trabalho se tornam estranhos e o domina, são forças independentemente do produtor.

Marx (1964), afirma que a alienação do homem no processo de trabalho torna-o alheio a si próprio, aos seus semelhantes e à sua natureza. O homem alienado se torna alienado aos outros homens, pois quando o homem enfrenta a si mesmo, enfrenta os outros homens. O homem fica alienado à sua espécie, a vida humana e sua existência humana tanto em atributos naturais como espirituais. Essa alienação leva a um egoísmo existencial descrito por Marx como a essência humana convertendo-se em um meio para existência individual.

O trabalho alienado aliena o homem de seu próprio corpo, natureza, vida mental e humana. Segundo Erich Fromm (1964) a crítica de Marx da sociedade capitalista é contra seu modo de produção, sua destruição da individualidade e sua



escravização do homem e não pelo capitalista, mas sim a escravização do homem, por coisas e circunstâncias feitas por eles próprios, ou seja, o objeto de seu trabalho.

#### 1.4 Trabalho alienado

O trabalhador sob o modo capitalista está alheio ao produto de seu trabalho, este não pertence a ele. O “[...] trabalho é externo ao trabalhador, isto é não pertence ao seu ser [...]”. (MARX, 1967, p.82). Quanto mais o trabalhador produz riquezas mais pobre ele fica. O trabalhador torna-se uma mercadoria ainda mais barata na medida em que cria mais bens. Ocorre uma desvalorização do mundo humano e um aumento de valor do mundo dos objetos. O objeto produzido pelo trabalhador se opõe a ele como um ser estranho. O seu trabalho é incorporado em objeto e convertido em coisa física. Ocorre aí uma objetificação do trabalho.

Marx afirma que o trabalhador transfere um pouco de sua vida para o objeto, e sua vida, então, não mais lhe pertence, mas ao objeto produzido por ele. Quanto maior for seu trabalho menos possuirá. Assim, o trabalhador se encontra exteriorizado e o trabalho se torna um auto-sacrifício, há uma mortificação do homem. O caráter exteriorizado do trabalho se apresenta por não ser o trabalho dele mesmo, mas sim trabalho para outrem, pelo fato de o trabalho não pertencer a si mesmo, mas sim a outra pessoa. A exteriorização do trabalho, segundo Marx, consiste em que:

[...] o trabalho é externo ao trabalhador, isto é não pertence ao seu ser, ele não se afirma, portanto em seu trabalho, mas nega-se nele, não se sente bem, mas infeliz, não desenvolve nenhuma energia física e espiritual livre, mas mortifica sua *physis* e arruína o seu espírito. (MARX, 1967, p. 82)

O trabalho não lhe pertence. Assim, no espaço de trabalho ele não pertence a si mesmo, mas, sim ao outro. Desta forma, o produtor se sente fora de si. Somente fora do trabalho ele pertence a si mesmo. “[...] o trabalhador se torna servo de seu objeto. Primeiro porque ele recebe um objeto do trabalho, isto é recebe trabalho; e segundo porque recebe meios de subsistência,” para que possa existir como trabalhador e como sujeito físico. “[...] somente como trabalhador ele pode se manter como sujeito físico e apenas como sujeito físico ele é trabalhador”. (MARX, 1967, p.81). Na sociedade capitalista o homem só sujeito físico quando este está inserida

no mercado de trabalho, em processo ativo de produção. Só assim, garante a sobrevivência.

Ele trabalha obrigado, o trabalho não é uma atividade satisfatória, só trabalha para manter sua sobrevivência. Marx (1964) define o que constitui a alienação do trabalho, para ele:

Primeiramente, que o trabalho é externo ao trabalhador, não fazer parte de sua natureza, e, por conseguinte, ele não se realiza em seu trabalho, mas negar a si mesmo, ter um sentido de sofrimento em vez de bem-estar, não desenvolver livremente suas energias mentais e físicas, mas ficar, fisicamente exausto e mentalmente deprimido. (MARX, 1964, p. 97)

Assim o trabalhador só se sente a vontade em seu tempo livre, enquanto no trabalho se sente contrafeito, pois se encontra forçado a trabalhar. Diante deste fenômeno de alienação do trabalhador em seu trabalho, Marx (1964) conclui que o homem só se sente livremente ativo em suas funções animais (comer, beber, e procriar) enquanto em suas funções humanas é reduzido a um animal. Isso quer dizer que o homem quando trabalha alienado, só se sente livre na realização de atividades naturais dos animais comer, beber e procriar, enquanto nas atividades humanas, em sociedade e no trabalho é reduzido a um animal, caracterizando na desumanização do homem, podendo comparar o trabalhador como um animal doméstico utilizado para o trabalho.

Marx (1964) caracteriza o trabalho alienado a partir de quatro dimensões, que são a alienação do trabalhador relativamente: 1) ao seu produto; 2) ao processo de produção; 3) a sua própria espécie; 4) aos outros homens.

A alienação do trabalhador em relação ao produto do seu trabalho, quer dizer que o trabalho torna-se um simples objeto e assume uma existência externa, e estranha ao trabalhador.

A alienação do trabalhador em relação ao seu trabalho se deve ao fato de que o trabalho torna-se algo estranho ao trabalhador, já que ele vê-se forçado a trabalhar somente com o objetivo de satisfazer suas necessidades, não tendo com esse trabalho nenhum sentimento de prazer e realização, é um ato penoso, por conseguinte, ocorre a mortificação do homem.

[...] 1) A relação do trabalhador ao produto do trabalho como um objetivo estranho que o domina. Essa relação é, ao mesmo tempo, a

relação com o mundo exterior sensorial, com os objetos naturais, como um mundo estranho e hostil; 2) A relação do trabalho com o ato de produção dentro do trabalho. Essa é a relação do trabalhador com sua própria atividade humana como algo estranho e não pertencente a ele mesmo, atividade como sofrimento (passividade), vigor como impotência, criação como emasculação, a energia física e mental pessoal do trabalhador, sua vida pessoal (pois o que é a vida senão atividade?) como uma atividade voltada contra ele mesmo, independente dele, e não pertencente a ele. Isso é auto-alienação, ao contrário com a acima referida alienação do objeto. (MARX, 1964, p. 98)

A alienação do homem ocorre em relação à sua própria espécie. O trabalho como sendo a capacidade de transformar as coisas e distinguir o homem de outros animais, na sociedade capitalista ocorre sua reconfiguração. Este se torna um meio individual de satisfação das necessidades de subsistência. O trabalho perde seu significado natural na sociedade capitalista.

3) Então, o trabalho alienado converte a vida do homem como membro da espécie, e também como propriedade mental da espécie dele, em uma entidade estranha e em um meio para sua existência individual. Ele aliena o homem de seu próprio corpo, a natureza extrínseca, de sua vida mental e de sua vida humana. (MARX, 1964, p. 101)

No quarto e último aspecto da alienação do trabalho, o homem em relação aos outros homens, o ser humano não se reconhece no outro.

4) Uma consequência direta da alienação do homem com a relação ao produto de seu trabalho, à sua atividade vital e à sua vida como membro da espécie é o homem ficar alienado dos outros homens. Quando o homem se defronta consigo mesmo, também se está defrontando com outros homens. (MARX, 1964, p.101, 102)

O homem quando realiza um trabalho alienado, o processo e as atividades realizadas no trabalho são alienados, o produto de seu esforço, de seu trabalho é algo estranho, não pertence a ele. O homem fica alienado de outros homens, ele não se identifica com o outro.

## 1.5 O trabalho

Em nossa sociedade atual o modo de produção é dominado pelo capital. “O capitalista que possui o dinheiro, funda a fábrica, compra as máquinas e as matérias- primas, contrata operários e fazê-los produzir mercadorias, que podem ser

vendidas.” (PANNEKOEK. 2009, p. 20). Quando diz “contrata operário” isso significa que o capitalista compra a força de trabalho dos operários e como pagamento estes recebem um salário, com o qual conseguem sobreviver nas mínimas condições. Este salário é uma pequena parte da produção feita pelos operários. O valor restante o capitalista se apropria, esta é chamada de mais-valor, é o lucro. Quando este não é consumido é acumulado transformando em capital, para produzir mais melhorias.

Segundo Pannekoek (2009) a força de trabalho da classe operária pode ser comparada com uma mina, pois a exploração rende mais do que custou para ele. Ou seja, a produção feita pelos operários tem o valor muito maior do que o salário pago a eles.

Na sociedade capitalista o capital é o senhor da produção. O único objetivo é obtenção de lucros. O capitalista não está preocupado em fornecer aos cidadãos os produtos necessários para suas vidas, ele tem em vista unicamente ganhar cada vez mais dinheiro. O objetivo primordial da produção atual é o lucro. O papel e a função do operário no trabalho é a mão de obra e a obediência ao seu patrão. Como afirma Anton Pannekoek (2007, p. 24) “o trabalho em si não é repugnante. É uma necessidade imposta ao homem pela natureza, para obter as satisfações de suas necessidades”.

É próprio da natureza dos seres vivos utilizar suas forças para obterem alimento. Eles são dotados de órgãos corporais, faculdades mentais, músculos, nervos, e um cérebro para se adaptar a essas necessidades. O trabalho é próprio da natureza dos seres humanos. O homem transformou o trabalho em um hábito regular, pelo seu caráter social, pelos usos e costumes da família e da comunidade. O trabalho tornou-se um modo de vida natural numa unidade de forças e necessidades de tendências naturais de deveres.

Porém, tudo isso, foi destruído quando o capital se transformou no senhor do trabalho. A partir do momento que o modo de produção se torna capitalista, o trabalho perde totalmente seu caráter de utilização agradável do corpo e dos membros e passou a ter um caráter de servidão penosa e desumana.

Os trabalhadores para sobreviverem “são obrigados, a pôr suas forças de trabalho a disposição de uma direção que lhes é estranha, para lucros que lhes são estranhos num fabricar desinteressante [...]” (PANNEKOEK, 2009, p. 25). São forçados a dar o máximo de suas forças no local de trabalho.

Esse caráter repugnante de servidão penosa e desumana do trabalho sobre o modo de produção capitalista, nem sempre é percebido pelos trabalhadores.

Por vezes reaparece igualmente o caráter primitivo do trabalho, esse impulso instintivo para ação geradora. Em particular, jovens trabalhadores, ignorantes da natureza do capitalismo, ambicionando mostrar suas capacidades [...] O capitalismo tem métodos judiciosos para explorar esta disposição. Só mais tarde [...] se vai sentir apanhado entre os constrangimentos e os limites de suas forças, acorrentado por inexoráveis obstáculos de que não consegue libertar-se. “[...] Tem então de suportar a exploração com sua resignação silenciosa temendo ser posto de parte, como uma ferramenta usada.” (PANNEKOEK, 2009, p. 26).

Sobre esse regime capitalista, por mais repugnante que seja o trabalho, a falta de trabalho para a classe operária é ainda pior. Pois é somente vendendo sua força de trabalho que irá poder ter condições de sobrevivência.

A única via de libertação e fim da exploração capitalista e desemprego é a revolução proletária. O modo de produção terá novos princípios. “Já não haverá mais-valor para o capital, nem apropriação de uma parte do produto social por parasitas capitalistas.” (PANNEKOEK, 2009, p.30).

Quando a classe operária tiver nas mãos o controle das máquinas poderão trabalhar para produzir tudo o que é necessário para a vida da sociedade. Com o fim do lucro e da exploração capitalista e a regularização consciente e adequada da produção ocorrerá um desenvolvimento muito abrangente da produtividade, e terá abundância para todos e o trabalho penoso terá fim.

Mesmo no trabalho docente onde o professor é um trabalhador que não produz mercadorias, estes profissionais sofrem com a alienação do trabalho. O trabalho educativo é um trabalho não-material, pois seu produto não é algo palpável nem separável do trabalhador que o produz, pois o trabalho pedagógico se configura como um serviço e o ato de produção e o ato de consumo são simultâneos. Ainda que não esteja sob o controle direto do capital, a Escola está a ele submetida de forma política e ideológica, pois ela é uma instituição do Estado capitalista. Segundo Alves (2009) na condição de assalariados, os professores são submetidos a um processo de desvalorização profissional, à medida que a profissão vem sendo desvalorizada pelos baixos salários e pela perda de prestígio e status. No trabalho docente, a alienação ocorre quando o professor não se reconhece mais em seu

trabalho em sala de aula, chegando até mesmo a negá-lo. Tal alienação também é vivenciado pelo aluno, já que este não se vê no papel de aprender na escola.

## Capítulo II - Abordagens sobre a Síndrome de Burnout

Neste capítulo se propõe uma discussão sobre a literatura da Síndrome de Burnout, a doença do trabalho, com enfoque na profissão docente, considerada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma das mais estressantes, tendo esta uma forte incidência de elementos que conduzem à Síndrome de Burnout. É destacado os fatores que levam à Síndrome de Burnout, os efeitos e as consequências desta síndrome, tanto para o professor, quanto o seu reflexo no ensino.

### 2.1 Síndrome de Burnout: história e conceitos

O termo burnout é de origem inglesa Burn (queima) e out (para fora, até o fim), ou seja, é a perda total das energias. Segundo Jbeili (2008) o termo foi utilizado como força de gíria em 1940 por militares e engenheiros mecânicos para designar uma pane geral em turbina de jatos e outros motores. Posteriormente, a gíria burnout foi utilizada por profissionais da área de saúde para designar o estado extremamente debilitado e comprometido dos usuários de drogas. A associação do termo burnout ao estado de estafe por estresse crônico aconteceu na década de 12 70, mais especificamente em 1974 com o psiquiatra Herbert Freudenberg para explicar o esgotamento físico e a exaustão emocional de um grupo de médicos observado, que realizavam um trabalho esgotante. Ele então, nomeou este fenômeno de staff burnout. Atualmente, o termo é utilizado por especialistas da saúde mental, com o nome Síndrome de Burnout, para designar um estado avançado de estresse, cuja causa é, exclusivamente, o ambiente de trabalho.

Em 1996 com o crescimento do interesse pelo tema, a Síndrome de Burnout foi incluída na regulamentação da Previdência Social, pelo Decreto nº 3.048, no que se referem aos agentes patogênicos causadores de doenças profissionais, na categoria de transtornos mentais e do comportamento relacionado com o trabalho.

Ainda assim, a Síndrome de Burnout é pouco conhecida entre os profissionais, até mesmo entre aqueles que devido à sua profissão, deveriam conhecê-la o suficiente para poder diagnosticar e encaminhar para um tratamento.

Benevides-pereira (2003) diz que devido a isso algumas vezes a pessoa em Burnout é diagnosticada e tratada como em estresse ou depressão, o que não a

beneficia, uma vez que a causa principal do problema não é trabalhada, além da sobrecarga de se atribuir toda a dificuldade a componentes pessoais.

De maneira geral, a maioria dos autores estão de acordo que o burnout é uma síndrome característica do meio laboral e que esta é um processo que se dá em resposta à cronificação do estresse ocupacional, trazendo consigo consequências negativas tanto em nível individual, como profissional, familiar e social. (BENEVIDES-PEREIRA, 2003, p. 4)

A Síndrome de Burnout é uma resposta ao estresse persistente gerado na realização da profissão. Este mal afeta o profissional e conseqüentemente seu local de trabalho e até mesmo sua família.

Carlotto e Silva (2003, p.145) acentuam que o Burnout é considerado por França e Rodrigues (1999) como “uma resposta emocional a situações de estresse crônico em função de relações intensas em situações de trabalho com outras pessoas.” Nas profissões em que os profissionais atuam se relacionando diretamente e intensamente com pessoas, são as categorias consideradas mais vulneráveis a síndrome de Burnout, pois há muitos fatores estressores, como afirma Levy (2006), provocando o esgotamento emocional, afetando a autoestima, ocasionando sentimentos de frustração e exaustão física e psicológica. Podemos citar como exemplo, a profissão docente, considerada a categoria mais afetada pelo Burnout.

## 2.2 - Síndrome de Burnout na profissão docente

Neste item discutiremos de forma mais aprofundada sobre a Síndrome de Burnout na profissão docente. Carlotto (2010, p.496) afirma que “A profissão docente é considerada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma das mais estressantes, com forte incidência de elementos que conduzem à Síndrome de Burnout”. Levy (2006, p.14) pontua que “o informativo (DIESAT) Departamento Interdisciplinar de Estudos e Pesquisas de Saúde e dos Ambientes de Trabalho (2005) aponta que um em cada quatro educadores sofre de sintomas de Burnout.”

Segundo Jbeli (2008) o ato de ensinar é constituído de peculiaridades geradoras de estresse expondo os professores a uma degeneração progressiva da



sua saúde mental e física, os professores estão entre as três principais categorias atingidas pela síndrome de Burnout.

A profissão docente é uma profissão muito desgastante e atualmente pouco valorizada, por isso há uma incidência maior de ocorrência da Síndrome de Burnout.

### 2.2.1 - Fatores que desencadeiam a Síndrome de Burnout

Ao apoiar-se nas ideias de Maslach e Jackson (1984a), Carlotto (2002) afirma que “a educação pode ser associada ao Burnout, devido ao alto nível de expectativa destes profissionais, o qual não pode ser totalmente preenchido.” O professor muitas vezes possui muitas expectativas sobre o seu trabalho e a aprendizagem dos alunos, e nem sempre o resultado é semelhante ao que se esperava. Isso pode gerar um sentimento de frustração.

Doménech (apud CARLOTTO, 2011, p.404) ressalta que no caso do professor, o processo do Burnout:

[...] é iniciado com uma sensação de inadequação na função e a percepção de ausência de recursos para enfrentar as exigências de seu trabalho. Há sensação de diminuição de sua capacidade de concentração, de resolver problemas e tomar decisões. Como consequência, o professor tende a aumentar o seu esforço, surgindo sinais evidentes de irritação, ansiedade, tensão, medo de não ter sucesso nas aulas, de manter a disciplina, com uma percepção exagerada de suas lacunas e dificuldades. Como forma de aliviar esses sentimentos e tentar adaptar-se pode desenvolver um distanciamento emocional associado a atitudes críticas e depreciativas sobre seu trabalho e alunos. Pode ocorrer somatizações que o levam a problemas médicos e não raras vezes ao afastamento no trabalho.

Segundo Lemos apud Freitas e Cruz (2008) os profissionais docentes sofrem muitas exigências, críticas e cobranças da sociedade. A docência hoje sofre com a desvalorização da profissão. O mestre visto antes como uma figura profissional essencial para a sociedade, é hoje um profissional que luta pela valorização e reconhecimento social do seu trabalho.

Partilhando essa ideia Levy (2006) diz que a atividade docente antigamente era considerada nobre. O professor era tido como fonte de saber e conhecimento. Já na sociedade atual os docentes não têm mais prestígio e não são remunerados adequadamente. Ser um profissional docente na sociedade atual requer do

professor muito mais do que suas habilidades e técnicas de ensino. Segundo Carlotto (2002) devido às inúmeras mudanças que vem ocorrendo no sistema público de educação geram nesses profissionais sentimentos de mal-estar e impotência.

Atualmente, o ofício de professor, independente do nível de ensino em que atue tipo de escola, pública ou privada, está se configurando como uma profissão alvo de inúmeros estressores psicossociais presentes no seu contexto de trabalho. A atividade docente, entendida em tempos passados como uma profissão vocacional de grande satisfação pessoal e profissional tem dado lugar ao profissional de ensino excessivamente atrelado a questões tecnoburocráticas. Há uma redução da amplitude de atuação do trabalho, as tarefas de alto nível são transformadas em rotinas, há menos tempo para executar o trabalho, para atualização profissional, lazer e convívio social, bem como escassas oportunidades de trabalho criativo. Claramente, evidencia-se a existência de diversificação de responsabilidades com maior distanciamento entre a execução, realizada pelos professores, e o planejamento das políticas que norteiam seu trabalho, elaborado por outras pessoas. (CARLOTTO, 2011, p. 403)

O professor perdeu sua autonomia, tendo que se submeter a dispositivos, métodos e normas dos quais não teve nenhuma participação na sua elaboração e para seu estabelecimento e que muitas vezes não concordam com os mesmos. (BENEVIDES-PEREIRA, 2011)

Baseando-se nas palavras de Faber (1991) Carlotto (2002, p.24) afirma que as causas do Burnout, “são uma combinação de fatores individuais, organizacionais e sociais, sendo que esta interação produziria uma percepção de baixa valorização profissional, tendo como resultado o Burnout.”

Carlotto (2002) afirma que na profissão docente alguns fatores estressores são típicos da natureza da função e alguns são ocasionados pelo contexto onde o profissional atua. Assim, se esses estressores psicossociais, persistirem, em consequência podem ocasionar à Síndrome de Burnout. Como estressores típicos de natureza podem citar a relação intensa com pessoas, alunos, pais e colegas de trabalho. Os estressores ocasionados pelo contexto podem citar: salas superlotadas, violência e desrespeito por parte dos alunos, precariedade da instituição entre outros fatores.

Carlotto (2010) afirma que a definição mais aceita atualmente, sobre a Síndrome de Burnout é a fundamentada na perspectiva social - psicológica de

Maslach e colaboradores. “Esta perspectiva considera a síndrome como uma reação à tensão emocional crônica por lidar excessivamente com pessoas.” (CARLOTTO, 2010, p. 496).

Na profissão docente há muitos fatores que geram estresse como: salários baixos, más condições de trabalho, extensa carga horária de trabalho, desvalorização da profissão, tensão na relação com os alunos, falta de segurança.

Reinhold (apud Rocha e Costa, 2013, p. 37) realizou várias pesquisas sobre os fatores estressores presente na profissão docente em diversas partes do mundo e os resultados apontaram estressores como:

- 1) Condições de trabalho (falta de tempo, sobrecarga, ausência de recursos);
- 2) Falta de colaboração e comunicação entre colegas;
- 3) Fatores interpessoais (situações de vida, família etc.);
- 4) Imagem profissional negativa (“uma profissão que não se tem o que esperar”);
- 5) Os próprios alunos (desmotivados, difíceis, classes numerosas, alunos com problemas escolares, emocionais ou comportamentais);
- 6) Pais de alunos (expectativas exageradas sobre os filhos e, como consequência, a cobrança ao professor);
- 7) Fatores administrativos (oportunidades limitadas de promoção, burocracia excessiva, falta de apoio, atitudes diretivas e excesso de cobrança).

Esses fatores estressores se persistirem no trabalho do professor pode acarretar no desenvolvimento da Síndrome de Burnout

### 2.2.2 Sintomas e consequências da Síndrome de Burnout

Neste item, iremos analisar os sintomas e consequências em relação a Síndrome de Burnout.

Segundo Maslach; Jackson (1981, apud Carlotto 2003, p.146), a Síndrome de Burnout “se constitui de três dimensões conceitualmente distintas, mas empiricamente relacionadas: exaustão emocional, despersonalização e falta de realização profissional”. Exaustão Emocional caracteriza-se pela carência de energia e entusiasmo e sentimento de esgotamento. Despersonalização é quando o profissional passa a tratar os clientes, colegas e a organização de forma distante e impessoal. A baixa realização no trabalho caracteriza-se pelo profissional se avaliar

de forma negativa. Ele torna-se insatisfeito com seu desenvolvimento profissional e tem sentimentos de incompetência.

Diehl e Carlotto (2014) pontuam que mais recentemente, Gil-Monte (2005) desenvolveu um modelo de dimensões da Síndrome de Burnout baseado em estudos qualitativos, semelhante ao desenvolvido por, Maslach e Jackson (1981), tendo como diferencial a inclusão da dimensão culpa.

Nesse modelo, o Burnout é representado por quatro dimensões: 1- Ilusão pelo trabalho, indicando o desejo individual de atingir metas relacionadas ao trabalho, sendo estas percebidas pelo sujeito como atraentes e fonte de satisfação pessoal; 2- desgaste psíquico, caracterizado pelo sentimento de Exaustão Emocional e física em relação ao contato direto com pessoas que são fonte ou causadoras de problemas; 3- Indolência, evidenciada pela presença de atitudes de indiferença junto às pessoas que necessitam ser atendidas no ambiente de trabalho; 4- culpa, caracterizada pelo surgimento de sentimentos de culpabilização por atitudes e comportamentos não condizentes com as normas internas e de cobrança social acerca do papel profissional. (DIEHL; CARLOTTO, 2014 p. 472)

Os sintomas da Síndrome de Burnout podem ser classificados em diferentes grupos: afetivos, cognitivos, físicos, comportamentais e sociais. Em relação aos sintomas afetivos há um desenvolvimento de um sentimento de frustração, sentimento de alienação, solidão, impaciência, mau humor, ansiedade, irritabilidade, sensibilidade, hostilidade e baixa-autoestima. A parte cognitiva do profissional também é afetada caracterizando em perda de memória, má concentração, dificuldade na tomada de decisão, tiques nervosos, etc. Os sintomas físicos que podem ser citados são: resfriado, dores de cabeça, cansaço, fadiga constante e progressiva, distúrbio do sono, perturbações gastrointestinais, dores musculares, transtornos cardiovasculares, disfunções sexuais.

Profissionais acometidos pela síndrome se comportam com irritação, frustração, apresenta dificuldade em controlar as emoções, incapacidade de relaxar, perda de iniciativa, e podem também ocorrer o uso abusivo de álcool, cigarro, e drogas, e em casos mais graves a Síndrome de Burnout pode acarretar em suicídio.

Quanto aos sintomas sociais ocorre dificuldade e confronto em suas relações, com clientes, colegas, superiores e subordinados. Ocorrem conflitos também no seio familiar com o cônjuge e os filhos. Há uma perda de interesses pelo trabalho e até mesmo pelo lazer. Ele não se vê mais inserido na sociedade e tende a se isolar.

A ocorrência da Síndrome de Burnout, segundo Guglielmi e Tatrow (apud Silva e Carlotto 2003, p.147) têm sido considerada

[...] um fenômeno psicossocial relevante, pois afeta não somente o professor, mas também o ambiente educacional, interferindo na obtenção dos objetivos pedagógicos, uma vez que os profissionais acometidos pela síndrome desenvolvem um processo de alienação, desumanização e apatia.

Os professores afetados pelo Burnout não desempenham seu papel com eficácia. A ação de ministrar uma aula passa a ser para o professor uma tarefa árdua e que gera total insatisfação. Os professores perdem o gosto pela docência e não conseguem ensinar com qualidade seus alunos e conseqüentemente os alunos não terão uma boa aprendizagem. Codo (1999) acrescenta ainda que os profissionais com Burnout apresentam:

[...] grande irritabilidade por parte do profissional, este quadro torna qualquer processo ensino-aprendizagem, que se pretenda efetivo, completamente inviável. Por um lado, o professor torna-se incapaz do mínimo de empatia necessária para a transmissão do conhecimento e, de outro, ele sofre: ansiedade, melancolia, baixa auto-estima, sentimento de exaustão física e emocional.(CODO, 1999, p. 248)

O professor com Burnout fica incapacitado de promover a aprendizagem durante suas aulas. O professor se apresenta exausto, frustrado, com baixo - auto estima e nenhuma afetividade pelos seus alunos.

Como também ressalta Benevides-Pereira (2003, p. 4) “os efeitos do Burnout se fazem sentir tanto na diminuição da produção como na qualidade do trabalho executado” por esse professor. Em outra obra de Benevides-Pereira (2011, p. 15), a autora afirma que a Síndrome de Burnout:

[...] reflete de modo negativo na escola e na sala de aula, devido a constantes faltas, necessitando de substituições e aulas suplementares para complementação dos conteúdos. Quando presente, por vezes o professor denota o chamado “absentismo”, isto é, fisicamente está ali, mas na realidade está ausente, assim como pode vir a revelar “desumanização” por meio de um contato distante e impessoal com os demais, em especial com os alunos, sendo até mesmo rude, irônico, agressivo.

As conseqüências da Síndrome de Burnout em professores refletem não somente nos mesmos, mas também nos alunos deste professor, na sua

aprendizagem e no seu comportamento em sala de aula. Os professores em Burnout desenvolvem várias outras doenças, devido a isso, têm que estar sempre se afastando da sala de aula e nos dias que está presente em sala não consegue ministrar bem a aula. Os docentes se apresentam desanimados, com menos entusiasmo em relação à sua profissão. Sentem-se arrependidos por terem escolhido a docência, e sentem vontade de abandonar a sala de aula.

Carlotto (2010) afirma que o professor se apresenta desanimado, pouco criativo no planejamento das aulas e também em sala de aula, sente menos simpatia pelos alunos. Segundo Codo (1999, p.250) “O professor sente-se derrotado porque vê que não está conseguindo atingir os objetivos aos quais havia se proposto em seu trabalho e vê deteriorada sua relação com os alunos, aos quais já não consegue mais tratar de forma afetuosa.” O professor se apresenta incapaz e totalmente sem ânimo e força para desenvolver um bom trabalho e alcançar bons resultados.

### 2.2.3 Influência das peculiaridades da profissão docente

Na profissão docente há diversas peculiaridades e diferenças. Estas implicam diretamente para com a saúde dos profissionais docentes.

Professores, no entanto, não pertencem a um grupo homogêneo, pois dentro desta categorização há diferenças nas funções e atribuições. Sendo assim, o trabalho desenvolvido também apresenta diferentes desafios, demandas e recompensas dependendo de variáveis como nível de ensino, tipo de instituição, pública ou privada, urbana ou rural, faixa etária dos alunos, contexto social onde está inserida, entre outras (GUGLIELMI & TATROW, 1998 apud CARLOTTO; CÂMARA, 2007, p.102).

O trabalho docente apresenta diversas peculiaridades e diferentes desafios e funções, conforme o nível de ensino, o tipo de instituição e contexto social em que o professor trabalha.

Muitos estudos realizados sobre a Síndrome de Burnout por diversos pesquisadores têm mostrado que algumas variáveis apresentam diferenças no processo de desenvolvimento da síndrome. Farber (apud Carlotto, 2002, p. 24) afirma que estudos referentes ao gênero sexo, têm mostrado serem os “professores do sexo masculino mais vulnerável que os do sexo feminino, o que levou à

suposição de que mulheres são mais flexíveis e mais abertas para lidar com as várias pressões presentes na profissão de ensino”.

Quanto “o nível de ensino em que o professor atua. Professores de ensino fundamental e médio apresentavam mais atitudes negativas em relação aos alunos e menor frequência de sentimentos de desenvolvimento profissional do que os professores do ensino infantil”. (CARLOTTO, 2002, p. 25)

Carlotto (2010), em sua obra “Síndrome de Burnout: diferenças segundo níveis de ensino”, faz uma análise sobre a relação entre a Síndrome de Burnout, níveis de ensino e variáveis laborais. Como resultado de seu estudo é constatado que:

[...] professores de ensino infantil apresentam menores níveis de exaustão emocional e despersonalização em relação aos demais níveis de ensino. O ensino médio apresenta maior índice de despersonalização que o nível infantil e universitário. Com relação à realização profissional, todos os níveis diferem entre si, sendo o mais elevado o de ensino infantil, seguido pelo fundamental e universitário, sendo o menor índice apresentado pelo ensino médio. Variáveis laborais avaliadas através de correlação de Pearson associaram-se de forma diferenciadas nos grupos de ensino infantil e médio. Níveis de ensino fundamental e universitário não apresentaram associação com as variáveis laborais investigadas. Resultados sugerem ações diferenciadas de acordo com os níveis de ensino. (CARLOTTO, 2010, p. 495)

Em outro estudo, Carlotto (2010) ressalta que os professores de escolas apresenta um índice maior em exaustão emocional e menor em realização profissional que professores que atuam em universidade. A Síndrome Burnout deve ser analisada e avaliada sempre considerando as diversas

[...] características de trabalho do professor e as especificidades das instituições de ensino onde trabalham. Para o autor, “diferenças entre professores e diferenças entre as escolas devem ser incluídas em qualquer modelo de Burnout em professores” (p. 225) buscando a construção de intervenções adequadas a cada categoria de ensino. (SLEEGERS, 1999, apud CARLOTTO, 2010, p.497)

Quando se refere em avaliar o Burnout deve-se levar em conta tudo que está em volta deste profissional e que interfere na execução do seu trabalho. A Síndrome de Burnout, a doença do trabalho, se desenvolve devido aos fatores estressores presente na realização do trabalho. A síndrome se acentua quando o trabalhador se

encontra totalmente esgotado, tanto fisicamente como principalmente psicologicamente. Assim, se esses estressores não forem contidos resulta no desenvolvimento da síndrome. Além de conter os fatores estressores deve-se também procurar ajuda médica, para combater os sintomas.



## Capítulo III

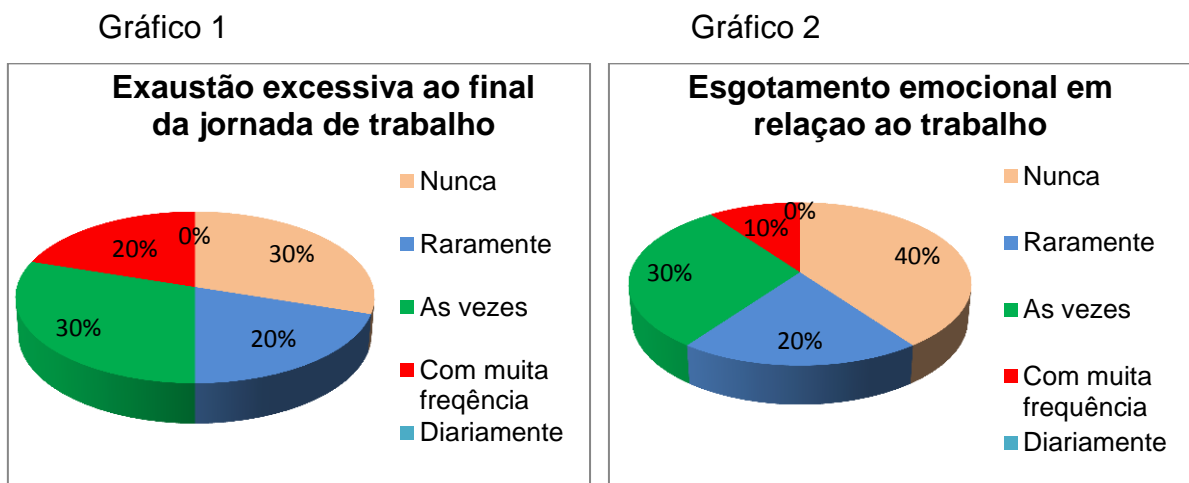
### Síndrome de Burnout em escolas de Campinorte

#### 3.1 Análise de informações

A pesquisa foi realizada em duas escolas da cidade de Campinorte-Go, teve como objetivo identificar indícios de desenvolvimento da Síndrome de Burnout na amostra de professores pesquisados, utilizando-se de questionários. O questionário fechado está composto de perguntas relacionadas à exaustão física e emocional, em relação a realização do trabalho e em relação às interações dentro da escola. Os questionários são preenchidos de acordo com a intensidade que as situações ou características psicofísicas em relação ao trabalho ocorrem. As opções vão de 1 a 5, sendo 1- nunca, 2- raramente, 3- as vezes, 4- com muita frequência e 5- diariamente.

O tempo de exercício da profissão docente na amostra de professores pesquisados varia de 3 até 22 anos de profissão. A amostra se caracteriza com professores com poucos anos de experiência, mas também com professores com muitos anos de experiência, que traz consigo uma grande bagagem.

Segundo Maslach; Jackson (apud Carlotto, 2003), a síndrome de Burnout se constitui de três dimensões mencionadas no capítulo anterior, entre elas está a exaustão emocional, que se caracteriza pela carência de energia e entusiasmo e sentimento de esgotamento. Observe no gráfico 1 a seguir os indícios de exaustão e esgotamento na amostra de professores pesquisados.



Observando o gráfico 1 percebe-se que muitos dos professores estão chegando ao final da jornada de trabalho excessivamente exaustos. Por causa da esgotante e extensa jornada, o professor fica exausto e sobrecarregado. Isso afeta também o psicológico do professor, acarretando um esgotamento emocional, que pode ser observado no gráfico 2.

A profissão docente exige muito do profissional tanto fisicamente como emocionalmente, pois as relações de trabalho são intensas com pessoas, principalmente com as crianças, e não com objetos. Também a sobrecarga de trabalho deixa-o exausto. Além disso, a alta cobrança por resultados, afeta os professores psicologicamente. Isso interfere ainda mais quando o próprio profissional se cobra excessivamente.

Maslach e Jackson (1984<sup>a</sup> apud Carlotto 2002) afirma que a educação pode ser associada ao Burnout, devido ao alto nível de expectativa dos profissionais docentes, e que nem sempre alcança resultado que se esperava. Isso pode gerar um sentimento de frustração. O profissional docente em nossa sociedade sofre com a desvalorização da profissão, não são reconhecidos pelo seu valor. Podemos perceber isso em sua remuneração que é inferior à sua função.

Gráfico 3



Percebe-se com o gráfico o alto índice de insatisfação com o salário. A profissão docente é nobre e de grade relevância social, porém, não é valorizada é considerada uma das mais esgotantes. No entanto, são uns dos profissionais menos remunerados. Os professores relataram que deveriam receber um valor digno desta profissão tão nobre, assim podendo se dedicar ainda mais ao trabalho. Afirmaram que os profissionais docentes deveriam receber ao menos o suficiente para ter uma

vida mais digna, podendo pagar um plano de saúde, pagar os estudos dos filhos e poder viajar nas férias.

Gasparini, Barreto e Assunção (apud Costa e Rocha, 2013) enfatizam que devido à baixa remuneração o professor é obrigado a trabalhar vários turnos e/ou em várias escolas, isso o deixa sobrecarregado e sem tempo para o descanso, o lazer e a família. Com isso, a vida pessoal, social e familiar é afetada, pois há a necessidade de se trabalhar, inclusive, nos fins de semana, na preparação de aulas, correção de trabalhos, elaboração de provas etc. Isso resulta em um profissional esgotado e insatisfeito.

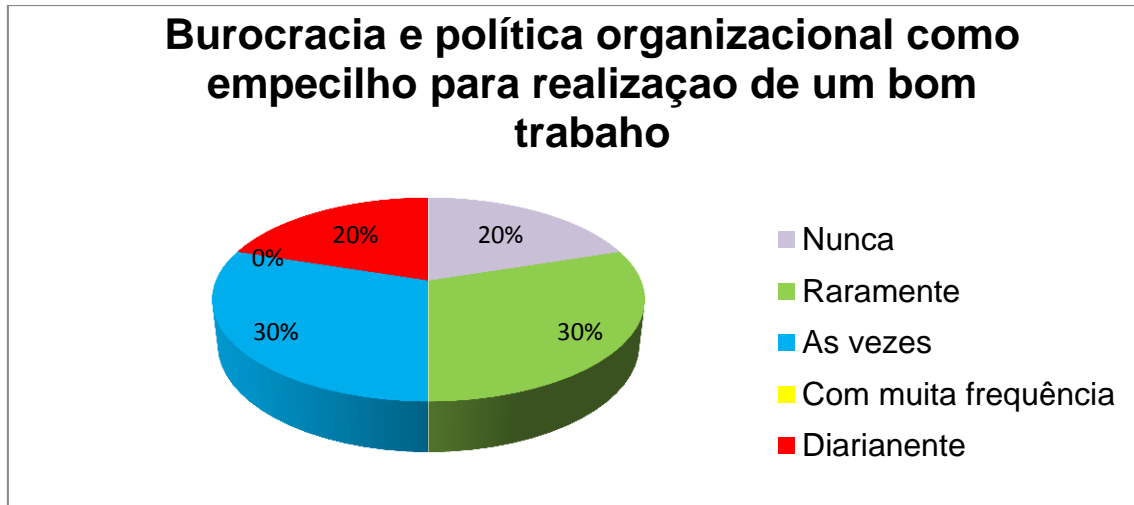
Os professores pesquisados relataram que estão sobrecarregados de trabalho e que não têm tempo de realizar muitas coisas que são importantes para desenvolver um trabalho de qualidade. Foi relatado também pelos professores que um profissional para exercer um bom trabalho sua jornada de trabalho não deve exceder de 40 horas semanais. O professor precisa de tempo livre para descansar o corpo e a mente e também para realizar um planejamento de um bom trabalho. Podemos confirmar isto com a fala de alguns dos professores pesquisados:

“Infelizmente ocorre que muitas vezes em casa ficamos presos em planejamentos, diários e correções de teste, trabalhos e provas. Sobra-nos pouco tempo para descansar.” “Minha jornada de trabalho é muito puxada e isso dificulta essa sensação de bem estar.” “Em casa estou sempre trabalhando ou estudando. Na escola as vezes, sinto-me mais à vontade.”

O que se percebe é que os professores, devido ao baixo salário, são obrigados a trabalhar 60 horas semanais para poder receber um salário melhor, e vão para casa cansados e com muito trabalho, pois o trabalho do professor não se resume em sala de aula, assim não tem tempo para descansar, para a família e o lazer.

Reinhold (apud Rocha e Costa, 2013) cita como agentes causadores da Síndrome de Burnout os fatores administrativos (oportunidades limitadas de promoção, burocracia excessiva, falta de apoio, atitudes diretivas e excesso de cobrança).

Gráfico 4



É evidenciada no gráfico a insatisfação dos professores com a burocracia e as políticas organizacionais.

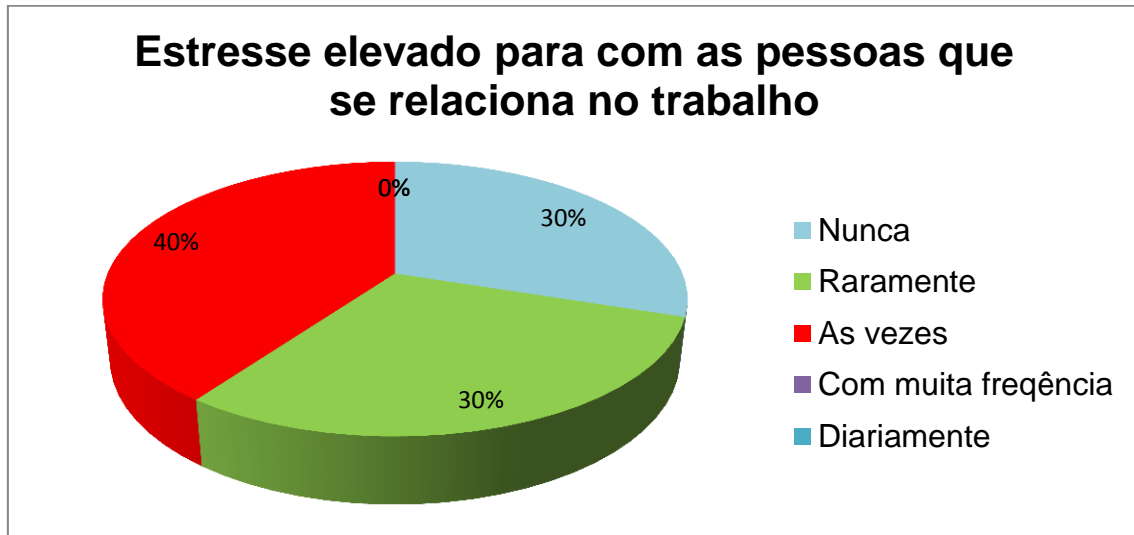
Carlotto (2011) diz que a profissão docente, entendida em tempos passados como uma vocação de grande satisfação pessoal e profissional tem dado lugar ao profissional de ensino excessivamente atrelado a questões tecnoburocráticas. Afirma também a existência de diversificação de responsabilidades com grande distanciamento entre a execução, realizada pelos professores, e o planejamento das políticas que norteiam seu trabalho, elaborado por outras pessoas.

Os professores foram questionados sobre a autonomia no desenvolver do seu trabalho. Todos os professores disseram ter autonomia para desenvolver o trabalho. Mas, no entanto, é relatado que a autonomia se estende somente dentro dos padrões já estabelecidos por outras pessoas. Como relata um professor entrevistado “Sim, de acordo com os padrões escolares”.

Como afirma Benevides-Pereira (2011) o professor atualmente perdeu sua autonomia, tendo que se submeter a dispositivos, métodos e normas dos quais não teve nenhuma participação na elaboração e no estabelecimento e muitas vezes não concordam com os mesmos. Nas profissões em que os profissionais atuam se relacionando diretamente e intensamente com pessoas, são as categorias consideradas mais vulneráveis à síndrome de Burnout, como a profissão docente, pois há muitos fatores estressores, como afirma Levy (2006), provocando o esgotamento emocional, afetando a autoestima, ocasionando sentimentos de frustração e exaustão física e psicológica.

França e Rodrigues (apud Carlotto e Silva, 2003) considera a Síndrome de Burnout como uma resposta emocional às situações de estresse crônico em função de relações intensas em situações de trabalho. Observe o gráfico a seguir:

Gráfico 5

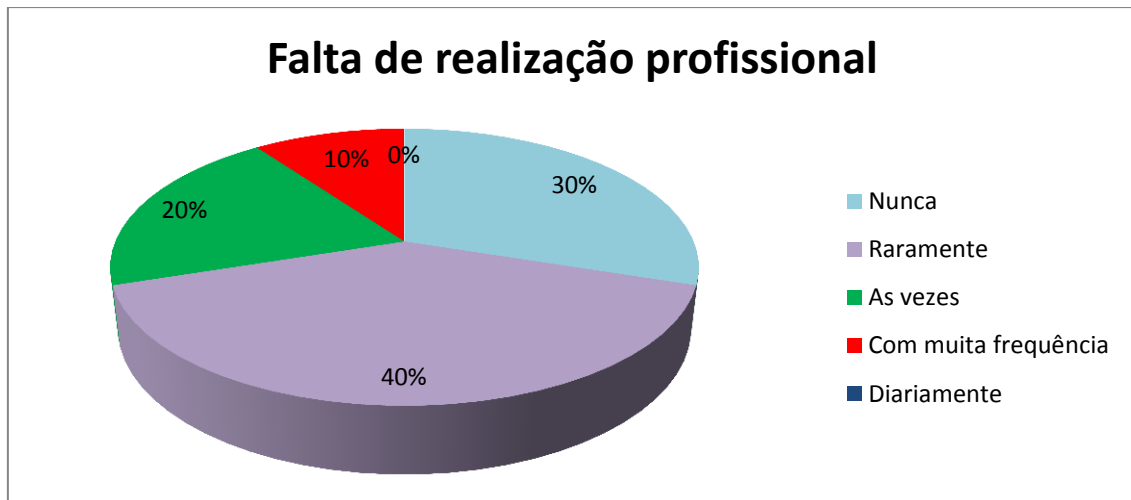


Ao observar o gráfico percebe-se que 40% dos professores pesquisados afirmaram que as vezes se sentem mais estressados com as pessoas com quem se relacionam no trabalho. Com base na pesquisa pode-se afirmar que estes 40% são os mesmos professores que se sentem esgotados emocionalmente.

Devido a sobrecarga do professor e as intensas relações com as pessoas, e em seu cotidiano alunos indisciplinados, este profissional tende a se apresentar mais irritado e estressado. As relações que se apresenta como causas de estresse com alunos indisciplinados e gestores autoritários tende-se a ser mantidas pelo professor de forma distante e impessoal, como tentativa de evitar o estresse.

Segundo Maslach; Jackson (apud Carlotto, 2003), a síndrome de Burnout se constitui de três dimensões citadas no Capítulo 2, entre elas a despersonalização, que se caracteriza quando o profissional passa a tratar os clientes, colegas e a organização de forma distante e impessoal. A despersonalização leva o professor a não reconhecer o outro como ser humano, ocorrendo assim uma “coisificação”. O professor passa a desenvolver atitudes negativas, faz críticas em relação aos alunos, prevalece o cinismo e a indiferença.

Gráfico 6



Ao observar o gráfico 6 podemos perceber que alguns profissionais não estão totalmente realizados na profissão docente.

A terceira dimensão da Síndrome de Burnout citadas por Maslach; Jackson (apud Carlotto, 2003) no capítulo 2 é a falta de realização profissional, caracterizada pelo profissional se avaliar de forma negativa. Ele torna-se insatisfeito com seu desenvolvimento profissional e tem sentimentos de incompetência.

Foi questionado aos professores sobre o que o levou para a profissão docente. A maioria dos professores respondeu que foi o amor à profissão e o gosto por estar sempre aprendendo e ensinando. Mas, no entanto, esta resposta se torna contraditória, pois quando questionado se pudesse escolher outra profissão, e qual escolheria, apenas 30% dos professores afirmam que continuariam sendo professores, pois gostam do que faz e 70% mencionaram outra profissão. Percebe-se uma insatisfação com a profissão.

Podemos supor que a insatisfação é decorrente dos vários fatores estressores presentes no cotidiano dos professores. O que se confirma com as respostas dadas pelos mesmos. Os professores relataram que os fatores que os deixam contrafeitos presente na profissão docente são:

“A indisciplina”; “o desinteresse de alguns alunos”; “falta de participação de alguns pais [...]”; “A grande cobrança por resultados pelo governo a subsecretária”; “Do jogo político que usa a educação para fazer mais política”; “[...]o descaso dos nossos governantes com a educação no geral, desde o espaço físico até os salários”; “críticas destrutivas”.

Os fatores estressores mencionados pelos professores se não forem abortados podem vir a desencadear a Síndrome de Burnout.

Os professores foram também questionados sobre o que mais gostam na profissão docente. Em suma a maioria respondeu que gosta de estar em sala de aula junto aos seus alunos, ensinar e ver resultados positivos de seu trabalho. Exemplo disso está nas duas respostas a seguir:

“Estar em meio aos alunos e perceber eles demonstrarem através dos olhos que você está fazendo a diferença”. “O que mais gosto em minha profissão é ver o resultado do meu trabalho, ou seja, o aprendizado dos educandos, isto é muito gratificante”.

Percebe-se que a resposta positiva que os professores recebem do resultado de seu trabalho, o aprender do aluno, funciona como estímulo ao professor, para realização do trabalho. Os professores pesquisados, a grande maioria afirmaram que o sonho que gostariam de realizar em seu trabalho é a aprendizagem de todos os alunos e o reconhecimento e valorização da profissão. Exemplo disso está nas duas respostas abaixo:

“Conseguir a aprendizagem de todos os alunos. Que eles aprendessem de forma que não existissem deficiências na aprendizagem,” “Ser reconhecido como profissional importante.”

Sobre a profissão docente os professores relataram que:

“É uma profissão difícil de exercer, mas ao mesmo tempo muito gratificante. As recompensas vêm pelo amor que as crianças nos dão. Fico cansada, mas sou feliz com o que faço.” “Acredito que a profissão de professor é um pilar para todas as outras, afinal é o professor que forma todas as outras profissões. O professor não é valorizado em todos os sentidos; quanto à questão salarial, o respeito dos alunos e pais, fica muito distante do que seria o ideal. Mas como o professor é um sonhador e acredita no poder da mudança, espero que um dia todas as profissões sejam respeitadas.”

Percebe-se diante da profissão docente, que os professores se agarram nos estímulos positivos, que é quando recebem o carinho, e a alegria de seus alunos, e quando os alunos alcançam as expectativas dos professores. Isso os recompensa pelo cansaço. Assim, eles se mantêm esperançosos na melhoria da educação pública, e na valorização da profissão.

## Conclusão

O presente trabalho teve como objetivo analisar se a Síndrome de Burnout em professores tem relação com o trabalho alienado. Propôs-se analisar a literatura sobre a Síndrome de Burnout e o trabalho alienado. Enfim, a proposta deste trabalho foi de identificar as causas que desencadeiam a síndrome, mas também, os seus feitos e consequências. Ressalta-se que o estudo foi de uso informativo e não substitui o diagnóstico realizado por um Médico ou Psicoterapeuta.

É próprio da natureza dos seres vivos utilizar sua força para sobreviver e conseguir alimento. Os seres humanos são dotados de órgãos corporais e faculdades mentais para desenvolver várias atividades para atender suas necessidades. O homem transformou o trabalho num hábito regular, pelo seu caráter social, tornou-se um modo de vida natural, numa unidade de forças e necessidades de tendências naturais de deveres. Porém, quando se instaurou o capitalismo esse caráter natural foi distorcido. O trabalho passou a ter caráter de servidão.

No capitalismo o objetivo é a obtenção de lucro. O modo de produção é denominado pelo capital. O homem é obrigado a colocar sua força de trabalho a disposição do capitalista, para garantir a satisfação de suas necessidades. O trabalho sobre o modo de produção capitalista ocorre de forma alienada, devido a expansão da propriedade privada e a divisão social do trabalho. No trabalho alienado a relação do trabalhador com sua atividade é vivenciada como algo alheio a si mesma, o produto do seu trabalho se torna um objeto estranho que o domina.

O trabalhador alienado se torna alienado ao processo de produção, ao produto de seu trabalho e também a si próprio, além de ficar alienado de seus semelhantes e de sua natureza. Ele trabalha obrigado. O trabalho não é uma atividade satisfatória, e o indivíduo só trabalha para manter sua sobrevivência.

A Síndrome de Burnout é a síndrome do trabalho, resultado do modo de produção capitalista, onde não há a preocupação com o trabalhador, mas somente com os lucros que estes produzem ou com o trabalho que desenvolvem. A Síndrome de Burnout é uma doença que se desenvolve através de acumulação de estresse oriundo das atividades no trabalho. Esta síndrome se apresenta quando o trabalhador se encontra totalmente esgotado fisicamente como psicologicamente.

A síndrome se desenvolve principalmente nas profissões que mantêm relações intensas com outras pessoas, como é o caso dos professores, que foi o



público alvo da pesquisa. É constatado e afirmado que as causas da Síndrome de Burnout em professores, são os fatores estressores como o baixo salário, as más condições de trabalho, a superlotação das salas de aula, o desinteresse e indisciplina dos alunos, a falta de participação dos pais, a burocracia e as políticas organizacionais, a extensa jornada de trabalho, excesso de cobrança e críticas e a desvalorização da profissão.

Como efeitos e consequências da síndrome constata-se que afeta o profissional não somente no seu no local de trabalho, mas também em seu ambiente familiar e social. O professor apresenta baixo desempenho em suas atividades, que afeta negativamente o ensino e aprendizagem. O profissional apresenta sintomas afetivos, cognitivos, físicos, comportamentais e sociais, como sentimento de frustração, alienação e solidão, cansaço e fadiga constante e progressiva, dificuldade em controlar as emoções, incapacidade de relaxar, perda de iniciativa. Quanto aos sintomas sociais, ocorrem conflitos em suas relações com clientes, colegas, superiores e subordinados. Ocorrem conflitos também no seio familiar com o cônjuge e os filhos. Em casos mais graves a Síndrome de Burnout pode acarretar o suicídio.

Partindo do pressuposto que o trabalhador alienado realiza um trabalho mortificante e de grande sofrimento, então podemos dizer que a alienação e a exploração no modo de produção capitalista é um fator que desencadeia a Síndrome de Burnout. E a Síndrome de Burnout por sua vez torna o trabalhador alheio a seu trabalho. A Síndrome de Burnout se caracteriza como uma desistência simbólica do profissional, pois este continua exercendo suas atividades, mas de forma apática e alienada. No trabalho mantém exteriorizado de si mesmo. Este se encontra mortificado, sem forças de um enfrentamento contra a doença. Só se mantém no trabalho para garantir o sustento da família.

O trabalhador alienado não se realiza no trabalho, se encontra contrafeito, se torna uma tortura permanecer trabalhando. Ele se sente exausto, tanto fisicamente como psicologicamente, e assim pode ocorrer o adoecimento do trabalhador, o surgimento da Síndrome de Burnout. Assim, podemos confirmar a hipótese levantada anteriormente, de que a Síndrome de Burnout tem origem no trabalho sobre a forma alienada.

Em diversas vezes, por falta de conhecimentos sobre a Síndrome de Burnout, o profissional doente é julgado como preguiçoso e incompetente, pois não

consegue obter os resultados cobrados. Em outras ocasiões são diagnosticados e tratados como estando com depressão, o que nada contribui para o combate da síndrome, pois as causas não são combatidas.

Para o enfrentamento da Síndrome de Burnout é necessário procurar ajuda médica, para um tratamento especializado e conter os fatores estressores presentes no trabalho que estão provocando a síndrome. Para isso exige uma ação conjunta entre o trabalhador, o grupo e a organização do trabalho.

Com a pesquisa de campo realizada, foi identificado que os professores apresentam características de Burnout. Os principais fatores que estão acometendo estes profissionais são a desvalorização da profissão, o esgotamento físico e psicológico devido a esgotante e extensa jornada de trabalho que são obrigados a manter em consequência do baixo salário que recebem a burocracia e as políticas organizacionais que interferem no seu trabalho e a indisciplina e desinteresse dos alunos. Em sala de aula o que mais acomete o professor é a falta de interesses e a indisciplina dos alunos. Supõe-se que 60% dos professores tem possibilidade de desenvolver a Síndrome de Burnout. E verifica-se que 10% se encontram em estágio inicial da síndrome, apresenta esgotamento físico e emocional elevado, não está realizado com o trabalho, não sente mais tanto amor pela profissão como antes, grande insatisfação com o salário, sobrecarga de trabalho se apresenta desanimado e sem força para conseguir um bom resultado. Para que este estágio não avance é recomendável o combate dos fatores causadores e debelar os sintomas, para garantir assim, a qualidade no seu desempenho profissional e a sua qualidade de vida.

A Síndrome de Burnout é um assunto ainda pouco conhecido. Estudar sobre essa síndrome, é essencial para poder propor alternativas eficazes de erradicação, prevenção e promoção da saúde dos trabalhadores. Os estudos para conhecer e combater essa síndrome é relevante, pois a Síndrome de Burnout interfere de forma negativa na saúde dos indivíduos e na sociedade.

Este trabalho buscou prestar contribuições para divulgação e esclarecimento desta síndrome que acomete muitos profissionais, através de uma discussão sobre o trabalho alienado e a Síndrome de Burnout, apresentando conceitos e características.

## Referências

- ALVES, Ana Elizabeth Santos. Trabalho docente e proletarização. Revista HISTEDBR On-line, Campinas, n.36, p. 25-37, dez.2009 - ISSN: 1676-2584. Disponível em <http://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/histedbr/article/view/8639638/7206>. Acessado em 14 de Outubro de 2016, as 08h35min.
- BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa. *O estado da arte do Burnout no Brasil*. Revista eletrônica InterAção Psy, Paraná, v. 1, nº 1, p. 4-11, Ago. 2003. Disponível em [http://tupi.fisica.ufmg.br/michel/docs/Artigos\\_e\\_textos/Stress\\_qualidade\\_de\\_vida/007%20B%20-%20Burnout%20-%20Diversos%20artigos%20-%20REVISTA%20ELETR%20NICA.PDF#page=4](http://tupi.fisica.ufmg.br/michel/docs/Artigos_e_textos/Stress_qualidade_de_vida/007%20B%20-%20Burnout%20-%20Diversos%20artigos%20-%20REVISTA%20ELETR%20NICA.PDF#page=4). Acessado em 27 de Maio de 2015, às 21h09min.
- BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa. *O Burnout docente e seu reflexo no ensino*. X Congresso Nacional de Educação – EDUCERE e I Seminário Internacional De Representações Sociais, Subjetividade e educação – SIRSSSE. Paraná, 2011. Disponível em [http://educere.bruc.com.br/CD2011/pdf/5116\\_3122.pdf](http://educere.bruc.com.br/CD2011/pdf/5116_3122.pdf). Acessado em 25 de Maio de 2015, as 21h09min.
- CARLOTTO. Mary Sandra. *A Síndrome de Burnout e o trabalho docente*. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002. Disponível em <http://scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>. Acessado em 28 de Abr. de 2015, às 20h53min.
- CARLOTTO. Mary Sandra. *Síndrome de Burnout: diferenças segundo níveis de ensino*. PSICO, Porto Alegre, PUCRS, v. 41, n. 4, pp. 495-502, out./dez. 2010. Disponível em <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/4881/5958>. Acessado em 18 de Nov. de 2015, as 22h08min.
- CARLOTTO. Mary Sandra. *Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados*. Psicologia: Teoria e Pesquisa. Brasília, v. 27 nº.4, 2011. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v27n4/03.pdf>. Acessado em 07 de jun. de 2015, às 20h05min.
- CARLOTTO, Mary Sandra; CAMARA, Sheila Gonçalves. *Preditores da Síndrome de Burnout em professores*. Psicol. Esc. Educ. (Impr.) vol.11 nº 1, Rio Grade do Sul, Jan./Jun. 2007. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/pee/v11n1/v11n1a10.pdf>. Acessado em 09 de jun. de 2015, às 19h13min.
- CARLOTTO, Mary Sandra; CAMARA, Sheila Gonçalves. *Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil*. PSICO, v. 39, n. 2, p. 152-158, abr./jun. 2008. Disponível em <file:///home/teca-01/Downloads/Dialnet-AnaliseDaProducaoCientificaSobreASindromeDeBurnout-5161619.pdf>. Acessado em 17 de jun. de 2015, às 18h53min.
- CODO, W; VASQUES-MENEZES, I. O que é burnout? In.: Codo, W. (coord.) Educação carinho e trabalho. São Paulo: Vozes, CNTE e UNB, 1999. p. 237-254.
- COSTA, Francisca Rosinalva Cardoso Pereira; ROCHA, Renato. *Fatores estressores no contexto de trabalho docente*. Revista Ciências Humanas – Universidade de Taubaté (UNITAU). São Paulo. VOL. 6, N. 1, 2013. Disponível em: [www.rchunitau.com.br/index.php/rch/article/download/51/44](http://www.rchunitau.com.br/index.php/rch/article/download/51/44). Acessado em 12 de Nov. de 2016, às 15:01.

DIEHL, Liciane; CARLOTTO, Mary Sandra. *Conhecimento de professores sobre a Síndrome de Burnout: processo, fatores, e consequências*. Psicologia em estudo, vol.19 nº.4 Maringá Oct./Dec. 2014. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/pe/v19n4/1413-7372-pe-19-04-00741.pdf>. Acessado em 18 de Nov. de 2015, às 20h47min.

FREITAS, Claudia Regina; CRUZ, Roberto Moraes. *Saúde e o trabalho docente*. XXVIII Encontro Nacional De Engenharia De Produção. Rio de Janeiro, 2008. Disponível em [http://www.abepro.org.br/biblioteca/enegep2008\\_tn\\_sto\\_072\\_509\\_10776.pdf](http://www.abepro.org.br/biblioteca/enegep2008_tn_sto_072_509_10776.pdf). Acessado em 24 de maio de 2015, às 22h00min.

FROMM, Erich. *Conceito marxista do homem*. 3.ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1964.

JBEIL, Chafic. *Síndrome de Burnout: identificação, tratamento, prevenção e tratamento*. Brasília. 2008. Disponível em: <http://docplayer.com.br/15224-Burnout-em-professores.html>. Acessado em 27 de Novembro de 2016, às 21h24min.

LEVY, Gislene Cristine Tenório De Machado. *Avaliar o índice de Burnout na rede pública de ensino localizada na região Sudeste*. 2006. 87 p. Dissertação (Mestre em Educação) - Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. Disponível em <http://livros01.livrosgratis.com.br/cp050705.pdf>. Acessado em 24 de Abr. de 2015, às 20h32min.

MAIA, Lucas. Prefácio: *O desenvolvimento do materialismo histórico-dialético*. In: VIANA, Nildo. *A consciência da história. Ensaio sobre o materialismo histórico – dialético*. 2 ed. Rio de Janeiro: Achiamé, 2007.

MARX, Karl. *Primeiro Manuscrito: Trabalho Alienado*. In: FROMM, Erich. *Conceito marxista do homem*. 3.ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1964.

MARX, Karl. *Manuscritos econômicos filosóficos*. Tradução de Octavio Alves Velho. 4. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1967.

PANNEKOEK, Anton. *A revolução dos trabalhadores*. Coleção verde – acadêmica. Barba Ruiva, 2007.

SILVA, Graziela Nascimento; CARLOTTO, Mary Sandra. *Síndrome de BURNOUT: um estudo com professores da rede pública*. Psicologia Escolar e Educacional, Campinas, v. 7, nº 2, 2003. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/pee/v7n2/n2a04.pdf>. Acessado em 11 de jun. de 2015, às 19h38min.

VIANA, Nildo. *A consciência da história. Ensaio sobre o materialismo histórico – dialético*. 2. ed. Rio de Janeiro: Achiamé, 2007.

VIANA, Nildo. *O capitalismo na era da acumulação integral*. São Paulo: Ideias e letras, 2009.