

ESTRESSE DOS PROFESSORES DE ENSINO FUNDAMENTAL EM ESCOLAS PÚBLICAS

•uma revisão de literatura•

*Paula Cristina Santos do Vale**, *Fernanda Aguilera***

Autor correspondente: Paula Cristina Santos do Vale. E-mail paulacristinavalle@hotmail.com

*Graduanda do 10º período do curso de Psicologia

** Doutora em Psicologia pela Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo. Docente da Faculdade Pio Décimo e da Faculdade de Administração e Negócios de Sergipe (FANESE). Professora substituta da Universidade Federal de Sergipe

Resumo

Discutindo a importância da psicologia escolar como área a que cabe a promoção da saúde nas relações de trabalho na escola, este artigo é uma revisão narrativa de literatura cujo objetivo foi investigar o espaço de tal proposta em publicações científicas nesse campo do conhecimento. Voltou-se, especialmente, a problemas relacionados ao afastamento de professores, bem como a indicativos de ações técnicas do psicólogo junto a este público, visando a promoção da saúde ocupacional e a prevenção do adoecimento na escola. Identifica-se que o Estresse e a Síndrome de Burnout são os principais motivos de afastamento do trabalho dessa categoria, segundo a literatura. Daí percebe-se a demanda de ações no sentido de promover melhores condições de trabalho e a saúde mental junto aos professores. No entanto, pouco se registra sobre as práticas do psicólogo escolar em favor da promoção de saúde junto a essa categoria, embora algumas ações simples e de baixo custo sejam sugeridas. Uma compilação das mesmas é apresentada ao final do estudo, podendo servir de base para propostas práticas na prevenção de estresse ocupacional no contexto escolar.

Palavras-chave: Estresse; Professores; Psicologia Escolar; Promoção da Saúde; Escola Pública.

TEACHERS' STRESS IN PUBLIC SCHOOLS

•a literature review•

Abstract

Discussing the importance of School Psychology as an area which bears the promotion of health to the relations of work at school, this paper is a narrative literature review whose goal was investigate the place of this proposal in scientific publications in this field of knowledge. This paper turns, specially, to issues related to teachers' temporary retirement, as well as indicatives of technical actions of the psychologist close to this audience, focusing on the promotion of occupational health and the prevention of getting sick at school. It has been found that Stress and Burnout Syndrome are the main reasons for temporary retirement of these professionals, according to literature. Hence it has been realized the claiming for actions on the way of promoting better work conditions and mental health for the teachers. However, little has been registered about the School Psychologist's practices in support of health promotion for these professionals, though some simple and low cost actions have been suggested. A compilation of these suggestions is presented in the end of this study and so can provide basis for practical proposals for occupational stress in the school context.

Keywords: Stress; Teachers; School Psychology; Health promotion; Public Schools.

1 INTRODUÇÃO

Os professores são profissionais muito importantes para o desenvolvimento social em geral; mas, apesar de sua importância, é comum que muitos deles enfrentem condições de trabalho estressantes, o que pode comprometer a saúde física e emocional desta categoria. A saúde ocupacional dos professores não é uma preocupação recente. Mas, a falta de um cuidado em relação à saúde mental destes profissionais acarreta diversos problemas no processo de ensino aprendizagem. É importante que o psicólogo escolar olhe com mais atenção para os problemas que o corpo docente sofre.

São muitos os motivos que podem levar ao adoecimento e desgaste do professor em sala de aula. Entre eles, se destacam: carga excessiva de trabalho, falta de recursos, muita burocracia, além das condições sociais dos alunos que frequentam a escola. Na escola pública também é muito co-

mun existir problemas de violência de alunos em relação aos professores e, somando isto aos fatores descritos anteriormente, tem-se as condições que tornam o estresse cada vez mais comum entre os professores.⁽¹⁾

Alguns desses fatores dizem respeito às políticas educacionais do país e questões de organização do trabalho, aspectos de difícil intervenção. No entanto, cabem ações em apoio aos profissionais para maior empoderamento e melhor enfrentamento dessas situações adversas. Um exemplo deste tipo de trabalho são os grupos de apoio psicológico junto aos professores, que parecem ser uma estratégia viável na intenção de promover a saúde do professor e seu protagonismo frente às condições que enfrenta.

São necessárias ações que possam ser gerenciadas dentro do contexto escolar, tendo

como agente mediador o psicólogo. Estima-se que essas ações, focadas em tentar diminuir o grau de ansiedade de professores em relação às problemáticas que vivenciam no ambiente escolar, podem proporcionar ganhos significativos à saúde ocupacional e qualidade de vida no trabalho da categoria. E, ao melhorar as condições de trabalho e saúde do professor, há repercussão direta na qualidade da educação, já que o professor é um profissional fundamental para a melhoria da educação no país.

2 BREVE HISTÓRICO DA PSICOLOGIA ESCOLAR

A psicologia escolar é uma área muito antiga no Brasil. Inclusive, foi por meio da prática da psicologia escolar que a psicologia começou a se firmar no país. Mas apesar disso, esta é uma área que tem passado por mudanças importantes nas formas de aplicação prática. Frente a isso, faz-se relevante um olhar para sua história. Contempla-se aqui o período de 1830 até os dias atuais.

A psicologia escolar surgiu tendo em vista demandas sociais específicas, já que sua utilidade social dizia respeito a trabalhar como mais um dos profissionais na escola, visando à melhoria da qualidade desta. Mas há controvérsias também no que se refere à prática do psicólogo escolar, tanto devido à diversidade de práticas presentes nesta área, quanto às múltiplas influências que a escola sofre dos diversos setores da sociedade.^(2,3)

Mas, apesar das diversidades presente na psicologia escolar, há ainda uma unidade que pode ser observada nos estudos recentes realizados nesta área.

Para compreender melhor a psicologia escolar é preciso entender um pouco sobre sua história. Tanto no mundo quanto no Brasil, a psicologia escolar surgiu como uma área de apoio para os profissionais da educação. A psicologia escolar começou na Europa e América do Norte, quando nestes países o ensino público cresceu e diante do crescimento das cidades surgiram problemas relacionados a desvio

de comportamento. Então a psicologia escolar desenvolveu testes psicométricos com finalidade de responder as demandas sociais desta época.

[...] Limitemo-nos a mencionar que, se na Europa a contribuição francesa avulta sobre as demais, cabe inegavelmente aos Estados Unidos a liderança neste domínio, ao longo dos últimos trintas anos. Liderança que se traduz; (a) serviços efetivamente prestado à escolas e aos escolares. (b) consolidação do papel do psicólogo escolar com um profissional (geralmente com Mestrado na área, quando não é Doutor em Psicologia Escolar, segundo dados da década passada, funcionam nos EUA cerca de duzentos cursos de Mestrado e/ou Doutorado em Psicologia Escolar); (c) produção de pesquisa científica e de literatura básica de síntese de conhecimento e de natureza prática e (d) lideranças quanto a associações especializadas.^(2,3)

Como visto acima, a psicologia escolar se desenvolveu muito mais nos Estados Unidos que em outros países. Já no Brasil, a história da Psicologia Escolar destaca-se por sua relação com o início da psicologia no Brasil e, apesar de ser recente, a psicologia escolar tem grande importância para o desenvolvimento da profissão aqui no país.

Estudos propõem que a história da psicologia no Brasil tem três fases que são; 1) de 1830 a 1940; onde, neste momento, a psicologia estava ligada às escolas normais e ainda não constituía uma área profissional autônoma; 2) de 1940 a 1962, estando ligada ao ensino de psicologia nas universidades, mas não havia sido implementado o curso de psicologia, era apenas uma disciplina ensinada nos cursos de educação e medicina, principalmente; 3) e a terceira fase foi de 1962 até os dias de hoje, marcada pelo desenvolvimento de cursos de psicologia e a regulamentação da profissão; também houve um grande crescimento da psicologia escolar como área autônoma.^(2,3) O avanço das discussões propiciou, no final dos anos de 1980 e início da década de 1990, a criação da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE), acontecimento importante para a delimitação da área da psicologia escolar. A entidade vem contribuindo, desde então, com a divulgação

de reflexões acerca da identidade do psicólogo escolar, dos conhecimentos psicológicos que se aplicam à área e das possibilidades de atuação em espaços educacionais.⁽⁴⁾

Em 2007, o Conselho Federal de Psicologia reconhece a Psicologia Escolar como uma especialidade, sem que nenhum passo tenha sido dado para o reconhecimento da importância do psicólogo dentro das escolas, sobretudo pelos educadores.⁽⁵⁾

No início de sua história, a psicologia escolar foi praticada de forma descontextualizada, isolando os fenômenos sociais que influenciavam a escola e seus agentes. Esse tipo de prática foi se desgastando com o passar do tempo de modo que ficou impossível ser relevante na escola se não se observasse as variáveis sociais do contexto social. Foi preciso rever a velha figura do psicólogo escolar, aquele profissional que era chamado apenas quando havia algum aluno ‘problema’.

[...] evidencia-se que a atuação da Psicologia Escolar relaciona-se com contextos de natureza educativa nos quais os processos de aprendizagem e de desenvolvimento humano e a relação que se estabelece entre eles, são tidos como foco do trabalho. A intervenção desencadeada pelo profissional da área volta-se, essencialmente, para a mediação destes processos com o objetivo principal de promovê-los.^(6:653)

Ao compreender melhor sobre as origens da Psicologia Escolar, verifica-se que inicialmente a prática na escola estava restrita a procedimentos ligados a testes psicométricos e/ou avaliação individual. Mas verificou-se também críticas a esse modelo de trabalho, de modo a considerar as questões sociais que interferem no bom andamento do processo de ensino aprendizagem nas escolas.

3 ESTRESSE ASSOCIADO AO TRABALHO DO PROFESSOR

O estresse no cotidiano dos professores é uma realidade complexa que deve envolver um com-

promisso profissional do psicólogo em promover, no ambiente escolar, ações e intervenções com caráter preventivo e, frente aos casos mais graves, encaminhamento para tratamento especializado. Mas, apesar da imensa demanda, não foram encontrados na literatura pesquisas e/ou trabalhos que apontassem para esta necessidade diretamente.

O afastamento dos professores está intimamente ligado a uma série de fatores que estão presentes corriqueiramente na vida profissional da categoria docente. Dentre eles, inclui-se a sobrecarga, as várias jornadas de trabalho assumidas, o desinteresse dos alunos, a violência nas escolas, a falta de estrutura nas escolas e a desvalorização do papel do professor, tanto social como economicamente.

Vale mencionar que esse problema não se restringe apenas a um município e pode produzir reflexos negativos para a qualidade da educação. Segundo Brito e Gomes,^(7:51) “o estado atual em que se encontra o trabalho na escola, e em particular o trabalho das/os professoras/es, tem chamado a atenção devido ao aumento de adoecimento e afastamento desses profissionais”. Tal situação, afeta todo processo ensino-aprendizagem dos alunos e, conseqüentemente, compromete o rendimento escolar.

Diante de tantas dificuldades é preciso saber o que motiva os professores a realizar seu trabalho. A motivação pode ser encontrada em fatores externos ou fatores internos; no primeiro caso, dependem muito das condições materiais ou físicas de trabalho do profissional, já os internos estão mais relacionados com os valores subjetivos de cada um. Como qualquer outro profissional, o professor precisa sentir-se motivado objetivamente para que possa realizar seu trabalho com mais qualidade e eficiência.

Quando o professor está suficientemente motivado é de se esperar que a qualidade de ensino melhore. O psicólogo enquanto profissional da área educacional pode oferecer seus conhecimentos para produção de projetos e intervenções que visem melhorar as condições de trabalho deste pro-

fissional. É possível, por meio de técnicas, motivar o professor subjetivamente no seu trabalho e levá-lo a perceber as possibilidades de mudança nas relações de trabalho. As políticas públicas na escola só serão eficazes quando houver uma maior valorização do professor. Por isso, é importante ações efetivas que apontem a diminuição do estresse na vida do professor, visando tanto os aspectos subjetivos quanto objetivos que envolvem este adoecimento.

Diante das mudanças sociais que vivenciamos, o papel do professor cresceu na sua amplitude. Desde a segunda metade do século XX temos observado mudanças sociais profundas fruto das tecnologias da informação e comunicação; a sociedade do conhecimento, a internet, a rede de recursos e serviços educativos disponíveis contribuem para desconstruir a escola e romper com seu monopólio formativo e informativo, de acordo com Villa (apud Klein; Pataró).⁽⁸⁾

A relação entre escola e sociedade, ao longo de sua história, passou por algumas transformações. Refletir sobre as funções desta instituição em diferentes contextos torna-se importante na medida em que buscamos novos caminhos para a educação escolar, caminhos estes, articulados com a complexidade que caracteriza a atual sociedade.⁽⁸⁾

Klein e Pátaro⁽⁸⁾ citando Villa (2007) destacam três momentos de mudança nestas relações, a saber: suprageneracional, intergeracional e intrageracional. A primeira, característica de sociedades antigas, onde o saber era transmitido à maior parte da população através da vida cotidiana, pelos pais e adultos; nesta fase, a escola destinava-se a poucos: apenas àqueles que desempenhavam funções prestigiadas socialmente. A segunda mudança advém da revolução industrial e das transformações sociais impulsionadas pela mesma. Neste novo contexto, a família e a comunidade perdem parte de suas funções educativas que passam a ser atribuídas à escola. E finalmente a terceira mudança relaciona-se à aceleração das transformações que obrigam as novas gerações a se incorporarem em um mundo distinto, em constante mudança, onde

a informação e o conhecimento assumem um papel cada vez mais importante na vida das pessoas. Neste novo contexto as funções da escola têm crescido: cuidado, instrução, formação são ações demandadas da escola.

Como as crianças passam, geralmente, mais tempo na escola que em casa, aos professores cabe a educação destas crianças. Educação que não é somente acadêmica, mas envolve valores.⁽⁹⁾ Toda esta responsabilidade sobre o professor também requer uma atenção especial sobre este profissional para que ele não seja engolido por tamanha pressão social.

Esse processo de exigências gera um aumento considerável da carga psíquica que o docente deve direcionar ao trabalho, onde “o sistema escolar transfere ao profissional a responsabilidade de cobrir as lacunas existentes na instituição, a qual estabelece mecanismos rígidos e redundantes de avaliação e contrata um efetivo insuficiente”.⁽⁹⁾

As condições de trabalho, ou seja, as circunstâncias sob as quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar podem gerar muito esforço ou hipersolicitação de suas funções psicofisiológicas. Se não há tempo para a recuperação, são desencadeados ou precipitados os sintomas clínicos que explicariam os índices de afastamento do trabalho por transtornos mentais.⁽⁹⁾

Como lembra Pereira,⁽¹⁰⁾ é indispensável que as organizações entendam o ajustamento das pessoas na organização, a sua interdependência, a produção, a satisfação e as tensões. A ideologia da gestão deve cuidar de um “contrato psicológico” pelo qual se ajustam as expectativas das pessoas envolvidas, se estabelece a motivação das mesmas e são criados esquemas reforçadores.

Pitthers e Fogarty⁽¹¹⁾ avaliaram o estresse e a tensão ocupacionais em professores utilizando o *Occupational Stress Inventory*, instrumento que avalia estresse ocupacional, sobrecarga acumulada e estratégias adotadas. Os maiores escores foram encontrados entre os professores, quando comparados com outros profissionais. Os resultados foram

associados à sobrecarga de trabalho e aos conflitos com os superiores e as normas. Os autores ainda citam o estudo de Punch e Tuetternan (1990) que avaliou 574 professores na Austrália e encontrou níveis de estresse psicológico duas vezes maior do que na população geral. Estudos realizados nos EUA (1976), Austrália e Nova Zelândia (1982) e Reino Unido (1991), citados pelos mesmos autores, mostraram que um terço dos professores avaliados consideram seu trabalho “estressante” ou “muito estressante”.

Avaliações como estas foram realizadas em países desenvolvidos, e mesmo nestes países percebeu-se quanto os professores sofrem com o estresse. No Brasil a situação pode ser ainda pior, pois além de todos os fatores da sobrecarga psíquica que o trabalho docente envolve, temos ainda os problemas estruturais que fazem parte da realidade da maior parte das escolas públicas brasileiras. Em suas intervenções, o psicólogo precisa, portanto, levar em consideração as limitações estruturais, e promover, apesar disso, um trabalho que melhore as relações de trabalho do professor o máximo que for possível.

Assunção et al⁽⁹⁾ apontam que muitos professores quando começam a atuar na carreira muito empolgados, mas ao conhecerem a realidade e as dificuldades do trabalho docentes ficam desanimados e perdem o gosto pelo trabalho. O desencanto profissional também pode afetar outras áreas da vida do professor e esses sentimentos com o passar do tempo tornam-se estresse que a longo prazo acaba com a saúde psicológica deste profissional.

Assunção et al⁽⁹⁾ citando Chan (2002), apresentam diversos estudos realizados em Hong Kong nos últimos anos tem mostrado que ensinar é altamente estressante. Cerca de um terço dos professores pesquisados, apresentavam sinais de estresse e *burnout*, entre os principais problemas de saúde. Observou-se distribuição heterogênea dos sintomas, sendo que alguns professores apresentaram sinais mais graves do que outros, variando de quadros leves de frustração, ansiedade e irrita-

bilidade até o quadro de exaustão emocional, com sintomas psicossomáticos e depressivos severos.

Garantir condições motivadoras assegura a manutenção do estresse em nível adequado ao bom desempenho do docente. Tomando como base teoria motivacional de Maslow⁽¹²⁾ é necessário assegurar, por exemplo, condições para auto realização que implica, pela ordem, em garantir o atendimento de necessidades universais: fisiológicas, de segurança, social e pessoal, de amor/paternal – estar com os outros, de estima, de saber e conhecer. Evidente que não é possível em um projeto o psicólogo abranger todas estas necessidades, mas ele pode focar, por exemplo, na em intervenções voltadas para melhoria da autoestima e estimular na escola um ambiente profissional que valorize o trabalho do professor.

Uma instituição escolar que valoriza o professor terá como consequência uma melhoria significativa na qualidade do ensino; pois, professores motivados ensinam melhor e se relacionam melhor com os alunos e todo processo de ensino/aprendizagem fluirá muito melhor. Neste sentido, Witter⁽¹³⁾ afirma que quando a instituição investe na viabilização da autorrealização dos professores, então a tendência é que estes se engajem mais no trabalho de forma criativa, o que reflete na melhora do processo de ensino. Assim, tanto os professores, quanto a instituição, tendem a ganhar quando há um trabalho de valorização do corpo docente.

Quando a escola é motivo de constante frustração para o docente, as consequências tendem a ser negativas, o que acaba gerando problemas como falta de adesão ao plano pedagógico, faltas, comportamentos agressivos com superiores, críticas sem propósito de mudança, enfim, há um total abandono em relação ao próprio trabalho.⁽¹³⁾ Todos estes problemas podem ser solucionados ou minimizados com ações que valorizem realmente o trabalho do professor e promovam um protagonismo destes profissionais na execução de suas atividades.

É importante ressaltar que há uma cobrança exacerbada, pois “o professor tem metas a cumprir

como agente social, um papel que o sobrecarrega de expectativas por parte da comunidade, dos colegas, superiores ou alunos.”^(14:242) Nesse sentido, o professor é personagem principal no palco da aprendizagem. Ainda segundo os autores:

Do professor se espera a educação dos alunos, o que significa a competência na prática de ensino para que os alunos aprendam o conteúdo programado em sua grade escolar e, ainda, implica na orientação do comportamento que a sociedade prevê para um cidadão adaptado.^(14:242)

Levando em conta que a atividade docente se difere de todas as outras, pela sua natureza e pelo seu valor social, e que o mesmo tem uma função complexa, pois cada um dos alunos tem características únicas e necessidades muito peculiares, é urgente um investimento que leve em consideração a saúde mental destes profissionais.

Portanto, é necessário ressaltar que o professor é um profissional de grande importância para a sociedade em geral, pois contribui tanto para a formação acadêmica do indivíduo, quanto na formação do caráter moral e cívico. O professor precisa ser mais valorizado e sua importância necessita ser mais evidenciada, sua figura deve ser reconhecida como de caráter indispensável para a sociedade. Os padrões educacionais precisam ser reavaliados para se adequarem aos valores atuais. Não fragilizando os professores, mas fortalecendo suas potencialidades. Nesse sentido, o surgimento da ansiedade e outros transtornos, decorrente de fatores estressantes no contexto docente, pode ser revertido por meio de ações e estratégias do psicólogo escolar que ajudem a promover a saúde psicológica destes profissionais. Neste sentido, é importante que o psicólogo compreenda bem quais são os fatores (externos e/ou internos) que atingem de forma negativa os professores e podem gerar problemas relacionados ao estresse e a partir destes dados propor métodos preventivos adequados e eficazes a respeito destes transtornos.

4 PRÁTICAS EM PSICOLOGIA NO COMBATE AO ESTRESSE E PROMOÇÃO À SAÚDE NA ESCOLA

As condições difíceis que muitos professores enfrentam no trabalho docente demonstra a importância em se estabelecer práticas psicológicas voltadas à prevenção de transtornos de estresse e promoção de saúde no ambiente escolar. Para tanto é necessário compreender quais as práticas possíveis que o psicólogo pode levar para escola de modo a fazer a diferença e promover saúde para todos, mas especificamente para os professores que enfrentam condições de trabalho difíceis e estressoras.

Contini⁽¹⁵⁾ aponta em seu trabalho que a psicologia escolar tem como papel principal promover saúde no ambiente escolar. E o conceito de saúde que esta autora utiliza vai muito além daquele conceito comum de ausência de doença. A saúde é vista como um processo qualitativo que envolve as condições de vida da pessoa. O autor ainda resalta que:

A promoção de saúde define-se, então, por uma visão sistêmica de saúde, compreendendo que fatores relacionados ao modo de vida dos homens estarão atuando de forma direta nas reais possibilidades de uma vida saudável ou não. Com isso, a concepção de saúde é ampliada para além dos limites da ausência de doença e está ligado aos vários aspectos que estão presentes na vida do homem, como moradia, lazer, educação, trabalho etc.^(15:47)

No caso específico dos altos índices de estresse em professores é um problema de saúde que afeta diretamente a qualidade da educação. O psicólogo tanto irá atuar junto àqueles professores que já desenvolveram o problema, quanto no corpo docente como um todo, com o objetivo de prevenir a ocorrência de novos casos. Esta seria uma atuação que, a longo prazo, teria efeitos sobre a vida dos docentes e dos alunos.

O psicólogo escolar já não deve atuar como um profissional que apaga incêndios. Sua atuação deve estar voltada para o conjunto de pessoas presen-

tes na escola, de maneira a promover um desenvolvimento global do estudante.⁽¹⁶⁾ Neste sentido, ações focadas no professor com caráter preventivo é apenas uma das muitas demandas que fazem do psicólogo um profissional realmente relevante neste contexto.

Cassins⁽¹⁶⁾ descreve algumas ações práticas que podem ser feitas pelo psicólogo junto ao corpo docente:

Apoio na definição de objetivos educacionais, conteúdos, métodos e material didático; Apoio à articulação entre teorias de aprendizagem e práticas pedagógicas; Suporte prático ao resgate e reforço da autonomia do professor; Promoção e/ou coordenação de atividades de desenvolvimento profissional: treinamentos especializados, pesquisas, grupos vivenciais, grupos de troca de experiência e valorização profissional; Orientação, intervenção e acompanhamento para dificuldades individuais e/ou de grupo (acadêmicas e/ou comportamentais); Orientação, intervenção e acompanhamento a casos especiais de inclusão; Trabalhos direcionados ao apoio de iniciativas de qualidade de vida no trabalho: relações interpessoais, motivação, prevenção de stress e Burnout; Participação e/ou coordenação de reuniões multidisciplinares para discussão de casos (incluindo-se aqui profissionais externos envolvidos com o aluno em questão).^(16:31,32)

Mas, antes de implementar ações como as listadas acima, cabe ao psicólogo fazer uma espécie de diagnóstico sobre a instituição escolar na qual irá atuar. Neste sentido Andaló^(17:46) apontou:

Em nosso trabalho prático junto às escolas, iniciamos geralmente por um levantamento da instituição onde pretendemos atuar. Procuramos caracterizá-la em seus aspectos organizacionais, tentamos detectar a ideologia subjacente aos objetivos expressos ou implícitos que a instituição contém. Começamos, assim, por um diagnóstico da realidade da escola e, a partir daí, planejamos nossa ação.

Quando o psicólogo observa atentamente o funcionamento e as estruturas que compõe a escola ele terá mais facilidade no momento de atuar. E, em se tratando de combate ao estresse do profes-

sor, é fundamental a noção de todo o sistema, pois geralmente é justamente a realidade institucional da escola que provoca este tipo de adoecimento.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista que a escola é uma instituição fundamental para o desenvolvimento da sociedade, a psicologia tem muito a oferecer, porque dispõe de instrumentos teóricos e técnicos para tal finalidade. Dentro da escola, o professor tem um papel relevante, pois ele serve como um modelo para os alunos e influencia de forma significativa a formação intelectual e moral deles.⁽¹⁸⁾ E, pensando na melhoria das condições de trabalho docente, cabe ao psicólogo um papel de promotor da saúde.

O *burnout* tem sido um problema alarmante que atinge o professor, e este transtorno está muito relacionado às condições e relações de trabalho, sendo considerada uma reação diante de situações de trabalho extremamente estressoras. As condições de trabalho de muitos professores exigem demais dele, tanto física como emocionalmente, o que acaba gerando os sintomas do *burnout*.⁽¹⁹⁾ Percebe-se, portanto, que a principal causa deste adoecimento está na realidade externa. Então o trabalho do psicólogo deve levar em consideração todas essas determinantes ambientais e, se possível, agir sobre elas visando a redução de riscos e seus impactos.

No seu início, a psicologia escolar não tinha um foco de trabalho sistêmico, o que tornou o psicólogo um profissional isolado, sem muita relevância para a transformação dos problemas crônicos da escola. Mas, por meio de pesquisas e ações mais próximas da realidade institucional da escola, tem se desenvolvido na ciência psicológica uma maior capacidade técnica para melhoria das condições no contexto escolar.

O objetivo principal das intervenções do psicólogo escolar no combate ao estresse e outros problemas ocupacionais deve ser a prevenção e a promoção de saúde. É claro que no caso de professores que já desenvolveram o transtorno cabe um aco-

lhimento e posterior encaminhamento para tratamento psicológico individual.

Ao investir em intervenções de promoção da saúde dos professores, há uma melhora da qualidade da escola como um todo. Logo, ao pensar em valorização do professor, está implícita a melhoria na qualidade da educação. Este estudo aponta para a necessidade de mais pesquisas e divulgação de relatos de experiência que disponham de ferramentas técnicas de promoção à saúde mental, com eficácia comprovada cientificamente, que possam ser aplicadas no contexto escolar de modo a trabalhar, principalmente, as questões emocionais e psicológicas dos professores.

REFERÊNCIAS

1. Lemos JC. Cargas psíquicas no trabalho e processos de saúde em professores universitários [tese]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2005.
2. Pfromm Netto S. Origens e o desenvolvimento da psicologia escolar. In: Wechsler SM, organizadora. Psicologia escolar: pesquisa, formação e prática. Campinas, SP: Alínea; 2011.
3. Pfromm Netto S. Origens e o Desenvolvimento da Psicologia Escolar. In: Wechsler SM, organizadora. Psicologia escolar: pesquisa, formação e prática. Campinas, SP: Alínea; 2011.
4. Barbosa RM, Marinho-Araujo CM. Psicologia escolar no Brasil: considerações e reflexões históricas. *Estud. psicol. (Campinas)*. 2010;27(3):393-402.
5. Guzzo RSL, et al. Psicologia e educação no Brasil: uma visão da história e possibilidades nessa relação. *Psicol. teor. pesqui.* 2010;6(n. esp.):131-141.
6. Oliveira CBE de, Marinho-Araújo CM. Psicologia escolar: Cenários Atuais. *Estud. pesqui. Psicol.* 2009;9(3):648-663.
7. Brito J, Gomes L. Desafios e possibilidades ao trabalho docente e à sua relação com a saúde. *Estud. pesqui. psicol.* 2006;6(1):49-62.
8. Klein AM, Pátaro CSO. A escola frente às novas demandas sociais: educação comunitária e formação para a cidadania. *Cordis: Revista Eletrônica de História Social da Cidade*. 2008;1.
9. Assunção AÁ, Barreto SM, Gasparini SM. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. *Educ pesqui.* 2005;31(2):189-199.
10. Pereira LCB. Exposição no Senado sobre a Reforma da Administração Pública. Brasília, DF: Ministério de Administração Federal e Reforma do Estado; 1999. (Cadernos MARE da reforma do estado; v. 3)
11. Pithers RT, Fogarty GJ. Symposium on teacher stress: occupational stress among vocational teachers. *Br. j. educ. psychol.* 1995;65:3-14.
12. Maslow A. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row; 1954.
13. Witter GP. Professor-estresse: análise de produção científica. *Psicol. esc. educ.* 2003;7(1):33-46.
14. Valle LER, Reimão R, Malvezzi S. Reflexões sobre Psicopedagogia, estresse e distúrbios do sono do professor. *Rev. psicopedag.* 2011 [acesso em: 20 abr. 2015];28(87):237-245. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=SO103-84862011000300004&lng=pt&nrm=iso
15. Contini MLJ. Discutindo o conceito de promoção de saúde no trabalho do psicólogo que atua na educação. *Psicol. cienc. prof.* 2000;20(2):46-59.
16. Cassins AM. *Manual de psicologia escolar-educacional*. Curitiba: Gráfica e editora Unificado; 2007.
17. Andaló CSA. O papel do psicólogo escolar. *Psicol. cienc. prof.* 1986;4(1):43-46.
18. Carlotto MS, Silva GN. Síndrome de Burnout: um estudo com professores da rede pública. *Psicol. esc. educ.* 2003;7(2):145-153.
19. Carlotto MS. Prevenção da Síndrome de Burnout em Professores: um relato de experiências. *Mudanças-psicologia da saúde.* 2014;22(1):31-39.