

# **ESTRESSE NO TRABALHO DOCENTE: UM ESTUDO COM PROFESSORES DO ENSINO ESTADUAL DE SANTANA DO LIVRAMENTO**

**Mara Isabel de Oliveira Bentin**<sup>1</sup>

**Katiuscia Schiemer Vargas**<sup>2</sup>

## **Resumo:**

O estresse é um fenômeno complexo que gera desconforto e mal-estar, fazendo com que o indivíduo acredite não ter forças para ultrapassar esse obstáculo ou as situações adversas que lhe tiram a estabilidade interna. Quando vivenciado nas organizações é denominado estresse ocupacional e os fatores estressores compreendem as demandas relacionadas ao trabalho. O presente estudo tem como objetivo identificar o nível de estresse de professores do ensino fundamental e médio atuantes na rede estadual de Santana do Livramento/RS. Sendo assim, desenvolveu-se uma pesquisa de natureza descritiva com abordagem quantitativa, aplicada junto a 228 professores que responderam a Escala de Estresse no Trabalho de Paschoal e Tamayo (2004). Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva simples. A análise de dados apontou que 133 professores, correspondendo a 58,33%, possuem nível médio de estresse; 90 professores (39,47%) apresentaram nível baixo de estresse e 2,19% (5 professores) com nível de estresse classificado como alto. Conforme análise das médias das respostas verificou-se que o principal causador de estresse foi à baixa perspectiva de crescimento profissional. Os fatores do estresse ocupacional estão relacionados à caracterização do trabalho, como o volume de trabalho, a insegurança profissional e baixos salários.

**Palavras-chave:** estresse; estresse no trabalho; docentes; rede estadual de ensino

**Modalidade de Participação:** Iniciação Científica

# **ESTRESSE NO TRABALHO DOCENTE: UM ESTUDO COM PROFESSORES DO ENSINO ESTADUAL DE SANTANA DO LIVRAMENTO**

<sup>1</sup> Outro. misadeoliveiraa@gmail.com. Autor principal

<sup>2</sup> Docente. katiuscavargas@unipampa.edu.br. Orientador

# **ESTRESSE NO TRABALHO DOCENTE: UM ESTUDO COM PROFESSORES DO ENSINO ESTADUAL DE SANTANA DO LIVRAMENTO/RS**

## **1 INTRODUÇÃO**

Boa parte da vida das pessoas é dedicada ao trabalho, sendo o sucesso profissional um fator importante para a realização do indivíduo, porém atingir esse objetivo pode ter um preço. Atualmente, o estresse é visto como um problema disseminado e que acomete pessoas de todos os gêneros em diversas profissões, no entanto, existem algumas atividades profissionais que expõem mais os indivíduos a esta situação (SILVA; SALLES, 2016).

O estresse é um assunto recorrente e vem sendo cada vez mais pesquisado ao longo dos últimos anos devido à grande incidência na população, havendo pesquisas que indicam um aumento significativamente, atingindo pessoas de todas as idades e profissões (ZONATTO; LAVARDA, 2013).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) ampliou o conceito de “saúde” como sendo o bem-estar físico, mental e social pleno e não simplesmente a falta de doenças. Sendo assim, inúmeros problemas de saúde vêm em decorrência de fatores estressores podendo ser eles: sociais e do estilo de vida da população (MARTINS, 2011).

O estresse ocupacional é a sequência de condições estressoras enfrentadas durante o dia a dia no trabalho, levando a um desgaste crescente devido às demandas e obrigações, podendo ter como consequência a diminuição da eficácia, além do surgimento de doenças, acarretando custos para as organizações (PEREIRA; ZILLE, 2010). O estresse que ocorre durante o trabalho surge quando o indivíduo percebe ou identifica que a carga de trabalho ou as condições laborais são fatores estressores podendo ser eles: salários baixos, desvalorização profissional ou simplesmente as situações cotidianas, quando estas ultrapassam suas forças para reagir, estas causas são chamadas de fatores estressores porque provocam o estresse (MARTINS, 2011; WEBER et al., 2015).

Também chamado de estresse no trabalho, o estresse ocupacional impacta na economia e é sentido pelas organizações devido às complicações na saúde dos funcionários (sejam elas físicas ou psicológicas) que, por sua vez, aumentam os índices de absenteísmo e de rotatividade (CANOVA; PORTO, 2010).

Segundo Weber et al. (2015), a manifestação do estresse é possível em todas as profissões, porém, quanto maior o desgaste físico e emocional como é o caso dos profissionais da educação as chances aumentam. As tensões frequentes das condições de trabalho levam o indivíduo ao que pode chamar de estresse ocupacional. O estresse ocupacional é a percepção de desarmonia entre o trabalho e o emocional do funcionário, a falta de compreensão dos seus superiores, estar períodos longos no trabalho e inseridos num ambiente hostil (SILVA; SALLES, 2016).

A profissão de professor, independentemente de trabalhar em escola pública ou privada, é um ofício com inúmeros fatores estressores. A diversificação da atividade docente e o aumento das responsabilidades, além de gerar muitas cobranças e críticas envolvem salários baixos e condições de trabalho precário (CARLOTTO, 2011). As cobranças dos pais, diretores, colegas e da sociedade em geral a respeito do que anseiam de um profissional da educação criam uma situação de estresse muito grande sobre os mesmos. Uma grande parte destes profissionais trabalha dois turnos, ou mais, pois com os salários defasados se faz necessário, além das atividades extraclasse como planejamento de aula, correção de provas, trabalhos e cursos de aperfeiçoamento elevando a carga horária de trabalho (CARLOTTO, 2002).

Sendo assim, o presente trabalho tem como objetivo central *identificar o nível de estresse de professores do ensino fundamental e médio atuantes na rede estadual de Santana do Livramento/RS*.

De maneira geral, pode-se dizer que a pesquisa poderá contribuir para a compreensão da influência que o estresse ocupacional pode ter na vida e no comportamento dos indivíduos especialmente, nas organizações. Sobretudo, buscando entender os fatores causadores do estresse ocupacional e o seu impacto na vida dos professores dentro das escolas.

Ademais, destaca-se a atual conjuntura do estado do Rio Grande do Sul (RS), que reiteradamente vem atrasando e parcelando os salários dos professores, situação que se soma a incidentes de violência, excesso de trabalho, salários baixos, pressões diárias e cobranças excessivas da profissão, expondo-os a situações de vulnerabilidade.

## 2 METODOLOGIA

A fim de atingir o objetivo central da pesquisa – identificar o nível de estresse de professores do ensino fundamental e médio atuantes na rede estadual de Santana do Livramento/RS – desenvolveu-se uma pesquisa descritiva e quantitativa.

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário dividido em duas seções: 1) perfil do pesquisado, ou seja, os dados sociodemográficos; 2) Escala de Estresse no Trabalho (E.E.T.) validada por Paschoal e Tamayo (2004) que consiste num instrumento de pesquisa destinado a medir o nível de estresse.

No que tange a população-alvo buscaram-se os professores do ensino fundamental e médio atuantes na rede de ensino pública estadual (Rio Grande do Sul) atuantes em Santana do Livramento. Segundo dados da 19ª Delegacia de Ensino de Santana do Livramento (2017)<sup>1</sup>, no momento da realização da pesquisa estavam ativos em suas funções 419 (quatrocentos e dezenove) professores na rede estadual.

Deste total, 226 (duzentos e vinte e seis) atuam como regentes de classe e 193 (cento e noventa e três) são professores temporários. De acordo com informações obtidas pela 19ª Delegacia de Ensino de Santana do Livramento o termo “regente de classe” significa o professor que fez concurso público e foi aprovado e nomeado ao cargo, por sua vez, a terminologia “professor temporário” é utilizada para denominar os professores contratados de forma temporária pelo Estado até a chegada dos nomeados (sendo possível a renovação do contrato pelo tempo que for necessário).

Quanto à amostra, realizou-se o cálculo para defini-la considerando um nível de confiança de 95% e erro padrão de 5%. Desta forma, definiu-se o número de 202 (duzentos e dois) professores como amostra mínima para realização da pesquisa.

No município de Santana do Livramento/RS existem 25 (vinte e cinco) escolas estaduais, sendo 15 (quinze) de ensino fundamental, 10 (dez) de ensino fundamental e médio, as quais correspondem ao foco deste estudo. Do total de escolas no município, 20 (vinte) são escolas urbanas e 5 (cinco) rurais, localizadas no: Bom Será, Passo do Guedes, 2º Distrito Upamaroti, Vila Pampeiro e Vila Palomas.

Sendo assim, os questionários foram distribuídos indiscriminadamente aos professores atuantes em 20 (vinte) escolas na zona urbana da cidade e em 2 (duas) escolas na área rural do município (E.E.E.F. Prof. Pedro Comas, Vila Pampeiro e E.E.E.F. Claudio Moreira - Passo do Guedes). Os questionários foram entregues em reuniões de professores com o auxílio de alguns funcionários que se dispuseram a contribuir com a pesquisa e com a colaboração da 19ª Delegacia de Ensino.

---

<sup>1</sup> Dados (de 2017) obtidos por meio da 19ª Delegacia de Ensino de Santana do Livramento/RS; via contato pessoal e via telefone.

Foram distribuídos 300 (trezentos) questionários, sendo que 36 (trinta e seis) não retornaram, 32 (trinta e dois) estavam em branco e 4 (quatro) foram anulados por não estarem corretamente preenchidos. Sendo assim, após conferir os dados faltantes, foram considerados para análise 228 (duzentos e vinte e oito) questionários que estavam corretamente preenchidos.

Para identificar o nível de estresse dos professores transformaram-se os dados em categorias, que permitem a qualificação da soma dos resultados em medidas classificatórias. Para tanto, foram padronizadas três classificações, para qualificar as variáveis e definir os resultados encontrados, a saber: *baixo* (0,00% a 33,33%), *médio* (33,34% a 66,67%) e *alto* (66,68% a 100%).

### 3 RESULTADOS e DISCUSSÃO

No que tange o perfil dos pesquisados, os professores foram indagados quanto o *sexo*, *faixa etária*, *estado civil*, *cargo específico*, *escola onde atuam*, *carga horária semanal de trabalho*, *escolaridade*, *quantidade (ou não) de filhos*, *renda familiar*, *tempo de trabalho*, a *situação do recebimento do salário* (atrasado ou não) e, ainda, *se estão em greve*, situação de muitos professores do ensino estadual.

Na Tabela 1 apresentam-se de maneira sintetizada os principais resultados referentes ao perfil dos professores que participaram da pesquisa.

Tabela 1 – Perfil dos Pesquisados.

| Tabela 1 – Perfil dos Pesquisados. |                            |                |                |
|------------------------------------|----------------------------|----------------|----------------|
| VARIÁVEL                           |                            | FREQUÊNCIA (n) | PERCENTUAL (%) |
| Sexo                               | Feminino                   | 215            | 94,3%          |
| Faixa etária                       | 42-49 anos.                | 70             | 30,70%         |
| Estado Civil                       | Casados                    | 155            | 67,98%         |
| Cargo                              | Ensino Fundamental         | 143            | 62,72%         |
| Carga horária                      | 40- 59 h/s                 | 149            | 65,35%         |
| Escolaridade                       | Graduação                  | 121            | 53,07%         |
| Possui filhos?                     | 1 a 2                      | 137            | 60,09%         |
| Renda familiar                     | R\$4.000,00 a R\$ 5.000,00 | 93             | 40,79%         |
| Tempo de Trabalho                  | 10 a 19 anos               | 95             | 65,35%         |
| Salário atrasado                   | Há mais de um ano          | 228            | 100%           |
| Você está em greve?                | Não                        | 222            | 97,37%         |

Fonte: Elaborada pela autora com base nos dados coletados (2017).

Utilizando-se a Escala de Estresse no Trabalho (EET) de Paschoal e Tamayo (2004) investigou-se o nível de estresse dos professores da rede estadual de ensino de Santana do Livramento/RS, classificando-o como *alto*, *médio* ou *baixo*, conforme classificação já pré-estabelecida.

Primeiramente, analisa-se o nível geral de estresse dos professores da rede estadual de ensino de Santana do Livramento/ RS, o qual está retratado na Tabela 2.

Tabela 2 – Nível de Estresse no Trabalho dos Professores Pesquisados.

| Nível        | Escore da Classificação | Frequência (n) | %       | N          |
|--------------|-------------------------|----------------|---------|------------|
| <b>ALTO</b>  | 66,68 % a 100%          | 5              | 2,19 %  | <b>228</b> |
| <b>MÉDIO</b> | 33,34% a 66,67%         | 133            | 58,33%  |            |
| <b>BAIXO</b> | 0,00% a 33,33%          | 90             | 39,47 % |            |

Fonte: Elaborada pela autora com base nos dados coletados (2017).

O que se pode verificar é que, de modo geral, a maioria (133 professores), correspondendo a 58,33%, possui nível *médio* de estresse. Em seguida, tem-se o nível *baixo*

de estresse com 90 professores que contabilizam 39,47% da amostra pesquisada e, por fim, 2,19% com nível de estresse *alto*.

Analisando os resultados da pesquisa verifica-se que o nível de estresse de 58,33% dos professores pesquisados considerado *médio* – segundo classificação - ou de resistência – segundo a teoria - onde o indivíduo passa a utilizar sua energia para permanecer em equilíbrio, quando isto não ocorre, ele fica exposto a um desgaste generalizado, conhecido como fase de exaustão (MINELLO; GOMES, 2013).

É de extrema relevância saber que fatores estressores são cumulativos fazendo que o nível possa aumentar, sendo que o nível médio de estresse identificado nos professores do município foi o *médio* é um indicativo importante a ser considerado, pois o próximo nível já é o de exaustão, devendo-se ter cuidado para que este não atinja o nível alto e, assim, tenha problemas a sua saúde. Os níveis mais elevados de estresse trazem sofrimento ao trabalhador e acrescentam custos para as organizações, pois pode ocorrer queda de rendimento profissional além de aumentar o absenteísmo, licenças médicas, entre outros fatores.

Ademais, 2,19% dos pesquisados já apresentam nível de estresse *alto* sendo estes todos do sexo feminino, das diversas faixas etárias e cargos, tendo como característica uma menor carga horária semanal, e consequentemente, menor renda familiar, somada a situação de parcelamento e atrasos nos salários. Nesta fase – de exaustão - o organismo não suporta mais as pressões frequentes e entra em colapso; essa fase é atingida em casos mais graves e persistentes (FARIAS et al., 2010).

Embora a pesquisa realizada indique um nível de estresse no trabalho *médio* é um índice que já requer atenção, pois estudos revelam que ele está correlacionado com a produtividade do indivíduo e com a eficácia na realização das suas funções (ZONATTO; LAVARDA, 2013). Além disso, os resultados refletem na sociedade como um todo, visto que a saúde do professor reflete também na aprendizagem dos alunos, também cidadãos.

Sendo assim, verificou-se que as três maiores médias, entendidas então como os três principais fatores contributivos para o nível de estresse identificado nos professores foram: 1ª) “As poucas perspectivas de crescimento na carreira têm me deixado angustiado” -  $\bar{X} = 2,803$ ;  $Dp = 1,472$ ; 2ª), “Tenho me sentido incomodado com a deficiência nos treinamentos para capacitação profissional” -  $\bar{X} = 2,469$ ;  $Dp = 1,292$ ; 3ª), “O tempo insuficiente para realizar meu volume de trabalho deixa-me nervoso” -  $\bar{X} = 2,325$ ;  $Dp = 1,218$ .

Os achados da pesquisa, apontam que as poucas perspectivas de crescimento na profissão, sendo a média mais elevada ( $\bar{X} = 2,803$ ) vem ao encontro do que diz Santos (2012), que os indivíduos que percebem estagnação na carreira, salários baixos e insegurança no trabalho estão mais suscetíveis ao estresse. Pensando nisso e na fase política, econômica e social que o estado do Rio Grande do Sul vem enfrentando, é compreensível e um fator a ser considerado pela gestão pública.

Os fatores estressores são percebidos de maneira diferente por cada indivíduo frente às demandas do trabalho, isso explica uma maior variabilidade no nível de estresse; nas respostas dos professores pesquisados (SANTOS, 2012). Problemas nas relações interpessoais no ambiente de trabalho são considerados um dos principais fatores estressores, porém contrariando a literatura, este fator não é percebido pelos professores da rede estadual de Santana do Livramento/ RS, afirmando que as relações interpessoais são um fator positivo do trabalho.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O resultado mais expressivo – nível *médio* de estresse, 58% dos professores – está atrelado especialmente à elevada demanda do trabalho que acabam por exceder as forças dos professores e, assim, interferem no desempenho de seu trabalho docente, identificando como

principais fatores estressores as poucas oportunidades de crescimento na carreira, o volume de trabalho e a deficiência nos treinamentos.

Por outro lado, as questões com menores índices de possíveis fatores estressores, em último lugar mencionado à questão de ficar incomodado com o superior por ele não atribuir responsabilidades importantes; em penúltimo lugar, a falta de confiança do superior e em antepenúltimo lugar, sentir-se incomodado pelos maus tratos do superior na frente de colegas.

Durante o desenvolvimento da pesquisa encontraram-se algumas limitações, devido à situação de parcelamento dos salários dos funcionários públicos do Estado do Rio Grande do Sul, alguns professores estavam em greve e outros retornando ao trabalho.

Ademais, em conversas informais, os professores apontaram que a escala de estresse no trabalho não seria a mais assertiva e/ou adequada para medir o nível de estresse docente, pois, segundo alguns deles, os principais fatores estressores são as indisciplinas dos alunos, o relacionamento com a família dos discentes, precariedade das condições de trabalho, problemas no plano de carreira, carga horária elevada, salários atrasados, entre outros...

## REFERÊNCIAS

- CANOVA, K. R.; PORTO, J. B. O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional: um estudo com professores do ensino médio. **RAM - Revista de Administração Mackenzie**, v.11, n. 5, p. 5- 31, 2010.
- CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo**, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002.
- CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 27, n. 4, p.403- 410, 2011.
- FARIAS, S. M. C.; TEIXEIRA, O. L. C. T.; MOREIRA, W.; OLIVEIRA, M. A. F. O.; PEREIRA, M. O. Caracterização dos sintomas físicos de *stress* na equipe de pronto atendimento. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 45, n.3, p.722-729, 2010.
- MARTINS, L. F. Estresse ocupacional e esgotamento profissional entre profissionais da atenção primária à saúde. **Programa de Pós- Graduação em Psicologia** da Universidade Federal de Juiz de Fora, p.14-142, 2011.
- MINELLO, I. F.; GOMES, T. C. Estresse e comportamento do empreendedor: um estudo exploratório com empreendedores que vivenciaram o insucesso empresarial. **Gestão e Sociedade**, v.7, n. 16, p. 70-90, 2013.
- PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da Escala de Estresse no Trabalho. **Estudos de Psicologia**, v.9, p.45-52, 2004.
- PEREIRA, L. Z.; ZILLE, G. P. O estresse no trabalho: uma análise teórica de seus conceitos e suas inter-relações. **GES, Revista de Gestão e Sociedade** v. 4, n. 7, p. 414-434, 2010.
- SANTOS, P. S. Construção e validação de Escala de Estresse Organizacional. **Pós Graduação em Psicologia Social, do Trabalho e nas Organizações** da Universidade de Brasília, Instituto de Psicologia, p.16-172, 2012.
- SILVA, L.C.; SALLES, T. L. A. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento **ReCaPe - Revista de Carreiras e Pessoas**, v. 6, n. 2, p. 234-247, 2016.
- TAMAYO, M. R.; TRÓCCOLI, B. T. Exaustão Emocional relações com a Percepção de Suporte Organizacional e com as Estratégias de *Coping* no Trabalho. **Estudos de Psicologia**, v.1.n.7, p.37- 46, 2002.
- WEBER, L. N. D.; LEITE, C. R.; STASIAK, G. R.; SANTOS, C. A. S.; FORSTESKI, R. O estresse no trabalho do professor. **Imagens da Educação**, v. 5, n. 3, p. 40-52, 2015.
- ZONATTO, V. C. S.; LAVARDA, C. E. F. Evidências dos efeitos da participação orçamentária na assimetria de informação, estresse ocupacional e desempenho no trabalho. **Advances in Scientific and Applied Accounting**, v. 6, n. 1, p. 92- 111, 2013.