



## Estresse Ocupacional na Docência: Revisão da Literatura

Ivanildes da Silva Rocha<sup>1</sup>; Thercia Lucena Grangeiro Maranhão<sup>2</sup>; Marianna Leite Barroso<sup>3</sup>; Hermes Melo Teixeira Batista<sup>4</sup>

**Resumo:** As atividades laborais em toda sua diversidade e importância geram, sobre a sociedade, o autor das mesmas e sobre a instituição a qual se integra, reflexos de sua expressão social e pessoal. No entanto, em se tratando da atividade docente, vale lançar um olhar sobre as condições exaustivas do cotidiano da prática da docência e suas consequências à saúde psicossociofisiológica do docente. A pesquisa tem como objetivo verificar os inúmeros fatores estressores que fazem do trabalho do docente uma profissão predisposta ao desenvolvimento de estresse ocupacional. Podendo inclusive desencadear um quadro de síndrome de *burnout*. Tendo seu desempenho comprometido pela situação de constante exaustão emocional e desumanização a que ele é submetido nas unidades escolares, de modo que os resultados refletem não só no professor, mas, também, na escola e no processo de ensino aprendizagem. Este trabalho é de cunho bibliográfico, descritivo e qualitativo. Foram feitos estudos preliminares para selecionar livros e artigos nas bases de dados “scielo” e portal do Ministério da Educação e Cultura – MEC, produzidos no período de 1994 a 2014, que mencionassem as palavras “estresse ocupacional”, “professores” e “psicologia”. Entende-se que a atividade do psicólogo nesse contexto, através da análise e da compreensão de como interagem as múltiplas dimensões que caracterizam a vida das pessoas, pode contribuir para promover e/ou restabelecer a qualidade de vida dos docentes no desempenho de suas atividades laborais.

**Palavras-Chave:** Trabalho. Estresse ocupacional. Docente. Aprendizagem. Psicologia.

## Ocupational Stress in Teaching: Literature Review

**Abstract:** Labor activities in all their diversity and importance generate about the society, the author of the same and about the institution which integrate, reflections of their social and personal expression. However, when it comes to teaching, it's important to cast a look the detailed conditions of everyday teaching practice and its consequences to psicossociophysiological health of the teaching. The research has the objective of checking the numerous stressors factors that make of the teaching job a profession to the development of occupational stress, and may, even, to unchain a frame of burnout syndrome. Having his performance compromised by the situation of constant emotional exhaustion and dehumanization to which he is subjected in school units, so that the result reflect not only at the teacher, but, also, in the school and in the teaching learning process. This work is described and qualitative bibliographic slant. Preliminary studies were made to select books and articles in databases of “scielo” and portal of the Ministry of Education and Culture – MEC, produced in the period of 1994 to 2014, which mention them the words “occupational stress”, teachers and “psychology”. It's understood that the psychologist's activity in this context, through the analysis and understanding of how interact the dimensions multiple that characterize the life of the people, can contribute to promote and /or restoring the quality of life of teachers in the performance of their labor activities.

**Keywords:** Work. Occupational stress. Docent. Learning. Psychology

<sup>1</sup> Ivanildes da Silva Rocha. Graduada em Geografia – Licenciatura Plena. Especialização: Geografia e Meio Ambiente e Psicopedagogia. E-mail: ivanildes.silva@gmail.com .

<sup>2</sup> Thércia Lucena Grangeiro Maranhão. Graduada em Psicologia pela Faculdade de Ciências Humanas (ESUDA); Especialista em Gestão do Trabalho na Saúde, Escola de Saúde Pública do Estado. Professora Centro Universitário Dr. Leão Sampaio . Mestranda do curso de Ciências da Saúde da Faculdade de Medicina do ABC Paulista (FMABC). Vice-líder Iniciação Científica pelo Grupo de Pesquisa em Psicologia Humanista (GPPH). E-mail: thercia@leaosampaio.edu.br;

<sup>3</sup> Enfermeira. Mestre em Saúde pública pela Universidade Tecnológica Intercontinental – UTIC/PY. E-mail: mariannaleite\_@hotmail.com;

<sup>4</sup> Médico pela Universidade Federal do Ceará. Médico do Hospital do cariri. Professor da Faculdade de Medicina de Juazeiro do Norte - FMJ. E-mail: hermesmelo@oi.com.br



## Introdução

O trabalho no mundo capitalista, em toda sua diversidade e importância desempenha um papel fundamental na vida das pessoas. Pode contribuir para a estruturação da identidade do indivíduo, sua inserção social, qualidade de suas relações interpessoais e propicia bem-estar. Nessa perspectiva, o processo saúde-doença, está associado à relação das características psicológicas de quem executa as tarefas, à atividade laboral e à organização do trabalho.

De acordo com Dejours (1994) essa relação do homem com a organização do trabalho é origem da carga psíquica, e quando o rearranjo dessa organização não é mais possível, a relação do trabalhador com a organização é bloqueada e começa o sofrimento.

Diante desse cenário discrepante, o indivíduo passa a usar estratégias de enfrentamento com maior frequência e de modo mais intenso, por perceber essa realidade como ameaçadora, repleta de eventos estressores, que podem alterar todo seu equilíbrio. Nesse confronto esboça respostas do corpo que envolvem cérebro, sistema nervoso, glândulas endócrinas e hormônios, nas interações comportamentais, uma vez que o estresse é um fenômeno relacionado com todas as reações do organismo envolvendo os componentes físicos, psicológicos e sociais. (PASCHOAL *apud* CANOVA; PORTO, 2010).

De acordo com Selye (1974) o estresse é uma reação tão previsível que chamou-a de transtorno da adaptação inespecificado, que se caracteriza por uma reação de alarme, um estágio de resistência e um estágio de exaustão. Quando o estágio de exaustão se prolonga, o estresse como um esgotamento diverso interfere na vida pessoal do indivíduo, além de seu trabalho. (CODÓ; VASQUES-MENEZES, 1999).

Nesse estágio o estresse deixa de ser uma mola propulsora do crescimento do indivíduo e interfere de modo negativo na esfera pessoal além da esfera profissional. Representa sobrecarga à capacidade de enfrentamento e pode acarretar vulnerabilidade a problemas psicossociofisiológicos.

Esse mesmo contexto também está relacionado com o desencadear da síndrome de *burnout*, que é o resultado de um prolongado processo de tentativas de lidar com determinadas condições de estresse, não mediado, não moderado, sem possibilidade de solução. Apresenta algumas características comuns ao estresse ocupacional, porém a *burnout* é agravada pelo fator despersonalização que acarreta como consequência uma dessensibilização dirigida às pessoas com quem se trabalha, incluindo usuários, clientes e a própria organização.

O termo *burnout* foi utilizado inicialmente pelo médico psicanalista Freudenberg em 1974, que apresentou o fenômeno como um sentimento de fracasso e exaustão causado pelo excesso de desgaste de energia do indivíduo.



Para Zanelli e Bastos (2004), Freud (2010), Codo *et al.* (1999), saúde e doença não são fenômenos isolados que possam ser definidos em si mesmos, mas estão vinculados tanto em suas produções como na percepção do saber que investiga e propõe soluções.

De acordo com Teixeira (2000), conhece-se pouco da organização escolar, mas enquanto instituição social sabe-se que a escola é parte constituinte e constitutiva da sociedade atual, organizada pelo modo de produção capitalista. Nesse modo de organização, são cobrados parâmetros de produtividade e eficiência empresarial do professor, sem se preocupar com as funções docentes de lidar com o elemento humano como matéria prima. Cabe ao docente lidar com questões baseadas no paradigma da civilização capitalista, como sua carreira, sua segurança, seu salário, sobrecarga de trabalho, redução de tempo para se dedicar a sua qualificação, comprometimento de seu desenvolvimento e de sua realização profissional.

São todos esses fatores premissas de que a natureza do trabalho docente na contemporaneidade, expõe o professor a múltiplos fatores estressores, que associados à situação objetiva de profunda precarização da prática docente, das condições laborais e fragmentação das suas atividades em ação multifocal frente ao cenário complexo das relações sociais, trabalhistas e culturais da atualidade, podem provocar um estado de alerta constante, e desencadear a síndrome de burnout. (CODO; GONÇALVES; SAVIANI; *et al.*, 1999, 2001). Diante do exposto acima surgiu à inquietação que motivou o seguinte questionamento: quais são as consequências dos fatores estressores na produção subjetiva dos docentes?

A fim de tentar clarificar o questionamento, esta pesquisa tem como objetivo principal verificar quais os fatores estressores que constituem o ambiente organizacional dos professores e sua relação com o estresse ocupacional. Como também procura entender a estrutura organizacional da prática docente, compreender as estratégias de enfrentamento que são usadas na inter-relação com os fatores estressores no cotidiano laboral, conhecer as consequências e as reações mais frequentes desse confronto para os docentes, e destacar a necessidade de atuação do psicólogo para a prática de atenção à saúde do professor no contexto escolar, na atual realidade capitalista.

Partiu-se de hipóteses que as condições de trabalho nas escolas podem resultar uma sobrecarga para os docentes quanto ao desempenho de suas tarefas no seu exercício profissional, e consequentes distúrbios de ordem psicofisiológica. A relação entre o processo de trabalho docente, e a exposição do professor aos problemas e as preocupações daqueles a quem atendem profissionalmente, potencializa os fatores estressante que estão sempre presentes nas diferentes contingências do seu dia-a-dia, ocasionando consequências danosas para a sua saúde mental, como o sofrimento psíquico e deterioração afetiva que prejudica sua relação com o trabalho, com a instituição e com as pessoas.

A pesquisa é de cunho bibliográfico, descritiva e qualitativa, visto que foram feitos estudos preliminares na literatura do período de 1993 a 2014, para selecionar livros e artigos na *internet* que em seus títulos mencionassem palavras com: “estresse ocupacional”, “*burnout*”, em profissionais da



docência. De acordo com Demo (2000), todas as vezes que se pretende relacionar um sujeito a um fato real, a pesquisa torna-se qualitativa.

Destaca-se assim a necessidade de atuação do psicólogo na organização, uma vez que, conforme Bleger (1993), Zanelli e Bastos (2004) a prática desse profissional deve ser pautada na análise e compreensão da interação das múltiplas dimensões que caracterizam a vida das pessoas, na utilização de estratégias e procedimentos que possam contribuir para a promoção e restabelecimento da qualidade de vida, para a eficiência das relações interpessoais e o bem-estar do trabalhador nos âmbitos individual, grupal, organizacional e ambiental.

## O Trabalho

Existem diferentes formas e variadas perspectivas teóricas de estudar os significados e sentidos do trabalho, De acordo com a compreensão da perspectiva marxista, o trabalho é uma capacidade de transformação da natureza advinda das necessidades humanas, numa relação de dupla transformação entre homem e natureza, permeada de significados. (CODO *apud* TOLFO; PICCININI, 2007).

O trabalho é compreendido não só como um elemento estruturante da identidade humana, mas também como elemento com papel instrumental para a inserção econômica, para possibilitar qualidade às relações interpessoais e de bem-estar. Porém, quando do ponto de vista do trabalhador, esse circuito de significados é rompido, pode ocasionar sofrimento que compromete a sua saúde mental. (CODO *apud* TOLFO; PICCININI, 2007).

A amplitude da globalização intensificou o relacionamento de ordem econômica, política e jurídica da produção, com a fragmentação geográfica e social dos processos laborais. Fazendo-se necessário a mutabilidade do ser humano no mundo capitalista, uma vez que, com as condições de alienação e o desenvolvimento econômico vieram também os impactos sobre as relações de produção. Nesse cenário o trabalhador necessita de renovação contínua de sua qualificação, para atender as especificidades do ambiente de trabalho, mas na maioria das vezes, submetido a longas jornadas de trabalho e sobrecarga de função, impossibilita o seu crescimento profissional ocasionando sofrimento. (ZANELLI; BASTOS, 2004).

O enfrentamento desses múltiplos fatores tem provocado um estado de alerta constante, desencadeando estresse ocupacional com mais frequência em algumas categorias profissionais, fazendo-se necessário o conhecimento da mediação entre as dimensões de uma tarefa e as características psicológicas de quem as executa, uma vez que, “[...] o nível de comprometimento afetivo e instrumental com esta e com a organização, além das características dos contextos físico e



psicossocial de trabalho, influenciam na motivação e na satisfação experimentadas pelo trabalhador”. (ZANELLI; BASTOS, 2004, p.162).

As estratégias que o indivíduo usa quando percebe algo como ameaçador, como um evento estressor, as reações se concretizam com componentes emocionais e modificações acontecem também fisicamente e emocionalmente, prejudicando a saúde mental.

Sigmund Freud (2010) define a saúde mental como a capacidade de amar e de trabalhar, sendo essas as principais áreas da vida de um ser humano. O amor que se refere, aos amigos, família, ao erotismo, e o trabalho que se traduz, na classe social, profissão e dinheiro, sendo, portanto, necessário assegurar o bem estar no ambiente de trabalho para o bom funcionamento da organização e do sujeito que dela faz parte.

O trabalho nessa perspectiva pode ser considerado como uma fonte de prazer e de felicidade. O trabalhador pode ser percebido como sujeito de desejos e sonhos e a psicologia pode compreender esse sujeito em sua relação com o trabalho, com o objetivo de promover saúde e bem-estar. Ao desempenhar o papel importante de criar meios para o fazer coletivo, sem contudo eliminar as possibilidades de integração social em uma ação conjunta, onde a autonomia e as diferenças dos indivíduos sejam articuladas e respeitadas, promovendo o desabrochar de uma nova ordem social.

## Estresse

Desde o século XIV, de forma esporádica e sem nenhuma sistematização, as pessoas já usavam a palavra estresse com o significado de aflição e adversidade. O vocábulo de origem latina, no século XVII passou a ser usado em inglês com a significação de opressão, desconforto e adversidade (STRAUB, 2005).

Na medicina e saúde o termo estresse vem sendo usado como conceito central há alguns séculos, primeiramente com o foco das pesquisas centrado nos processos fisiológicos envolvidos, e na atualidade, de forma multidisciplinar o fenômeno está sendo relacionado com todas as reações do organismo envolvendo os componentes físicos, psicológicos e sociais, esboçando respostas do corpo que envolvem o cérebro e o sistema nervoso, as glândulas endócrinas e os hormônios, nas interações comportamentais, que ocorre quando a pessoa se confronta com uma situação que altera seu equilíbrio, ou seja, é um “[...] processo em que o indivíduo percebe demandas do trabalho como estressores, os quais, ao exceder sua habilidade de enfrentamento, provocam no sujeito reações negativos”. (PASCHOAL *apud* CANOVA; PORTO, 2010).

Straub (2005) considera duas formas de enfrentamento: o enfrentamento focado na emoção e o enfrentamento focado no problema. Na primeira forma, para administrar as reações emocionais ao



estresse, são usadas estratégias comportamentais e cognitivas. As estratégias comportamentais tem a finalidade de buscar apoio social, usar álcool e/ou outras drogas psicoativas ou manter-se ocupadas para desviar a atenção do problema. Nas estratégias comportamentais cognitivas está a forma de mudar a maneira como o agente estressor é avaliado ou negar informações desagradáveis.

As pessoas utilizam essa forma de enfrentamento por desacreditarem de suas capacidades para alterar a situação estressante. E esboçam as respostas de fuga e evitação, distanciamento e reavaliação positiva. Na fuga evitação, o indivíduo se afasta física ou psicologicamente do estressor. O distanciamento envolve afastar-se psicologicamente do estressor, e na reavaliação positiva requer reinterpretação da situação para transformar algo negativo em positivo. (STRAUB, 2005).

No enfrentamento focado no problema, segundo o autor, as pessoas lidam diretamente com a situação estressante, seja reduzindo as demandas ou aumentando a capacidade de lidar com o estressor. Essas pessoas acreditam que seus recursos e/ou limitações não são inconstantes.

O estresse assim caracterizado perpassa a ideia de desgaste por oposição de resistência e reflete o cotidiano laboral. Nesse sentido a organização do trabalho torna-se fonte de desgaste, pois envolve a divisão do trabalho, o conteúdo da tarefa, um sistema hierárquico de poder, modalidades de comando e distribuição de responsabilidades. O modo como as pessoas se relacionam com esses elementos podem desencadear uma sobre carga de trabalho, esgotamento, conflitos e ambiguidade de papéis, progresso inadequado na carreira e falta de controle sobre o próprio trabalho. Mas o autor conclui afirmando que:

[...] embora o estresse seja inevitável, ele também oferece vantagens. Alguns tipos de estresse nos excitam e motivam e, no processo frequentemente expõem nossas melhores qualidades e estimulam o crescimento pessoal. E quando o [...] Estresse demais sobrecarregar nossa capacidade de enfrentamento e nos deixar vulneráveis a problemas de saúde relacionados a ele [...] existem muitas coisas que podemos fazer para manter o estresse em um nível que seja administrável. (STRAUB, 2005 p. 147).

Esse mesmo autor destaca as diferentes formas de manejo para enfrentar o estresse, como: a prática regular de atividades físicas que pode aumentar a capacidade fisiológica e psicológica; técnicas de relaxamento que ajudam a lidar com alguns problemas relacionados com o estresse; hipnose para ajudar as pessoas sugestionáveis a enfrentarem a dor e as terapias cognitivas que visam quebrar o ciclo de padrões de pensamento irracional que distorcem a percepção das pessoas de eventos cotidianos e impede que elas adotem padrões de comportamentos adequados.

Conforme Selye (*apud* STRAUB, 2005) o estresse pode ser considerado um componente normal do funcionamento do corpo e está diretamente relacionado com a condição do ser no mundo. O autor emprega dois termos separados, “eustress” e “distress”, e esclarece que as reações químicas subjacentes são iguais. O termo “eustress” do latim eu refere-se às consequências positivas das



experiências vividas pelo indivíduo. O termo “distress”, com o prefixo latino dis, refere-se à dissonância ou desacordo e relaciona-se à fase negativa e de aflição, onde o estresse persistente pode aumentar a suscetibilidade a uma doença de adaptação.

A mensuração do estresse dá-se de diferentes formas, tanto por medidas de autoavaliação, por escalas de eventos de vida, reatividade fisiológica a um estressor agudo, polígrafo e/ou considerando as mudanças no desempenho durante um estresse persistente. Conforme, Straub (2005) *indivíduos saudáveis ou em risco podem aprender comportamentos saudáveis preventivos e frequentemente as intervenções desse tipo feitas por psicólogos da saúde concentram-se em mitigar o impacto negativo do estresse, promovendo mecanismos de enfrentamento ou um maior uso de redes de apoio social.*

Para a maioria das pessoas, o estresse no trabalho não gera uma ameaça grave para a saúde, pois ele é breve. Mas para algumas pessoas, ele pode ser crônico, as consequências podem ser danosas e o estresse pode durar muitos anos.

## **Estresse Ocupacional**

Síndrome que tem sua gênese relacionada ao trabalho e apresenta características como: esgotamento emocional e escassa realização pessoal, esgotamento diverso que, de modo geral interfere na vida pessoal do indivíduo, além de seu trabalho. (CODD; VASQUES-MENEZES, 1999).

Segundo Rossi (2009) o estresse ocupacional pode ser considerado como:

[...] reação prolongada a estressores interpessoais crônicos no trabalho. E destaca três dimensões mais importantes do estresse ocupacional [...] a exaustão, o ceticismo e um sentimento de ineficácia profissional. Essas três dimensões tem uma inter-relação estruturada no sentido de a exaustão, que ocorre em relação às exigências do meio ambiente, leva ao ceticismo, que por sua vez, diminui a eficácia profissional. (ROSSI, 2009 p. 3-4).

Assim, o bem estar dos indivíduos no trabalho pode ser afetado por fatores organizacionais, forças externas e fatores individuais. Os fatores organizacionais dizem respeito às exigências do cargo e da organização, já as forças externas como o nome já supõe, o que é externo à organização, como por exemplo, a família do trabalhador e por ultimo os fatores individuais, onde cada um reage de maneira diferente diante de um agente estressor.

Na concepção de Antunes ( *apud* TOLFO; PICCININI, 2007), em uma perspectiva sociológica, não é possível dissociar a vida fora do trabalho da vida dentro dele, sendo necessário que exista sentido no trabalho para que haja sentido fora dele e vice-versa. Na relação entre sentido e trabalho da contemporaneidade social, o trabalho assalariado, fetichizado e estranhado é incompatível com a realização e pertença que trazem sentido para a vida das pessoas.



Para Dejours (1992), o conhecimento das estratégias de enfrentamento que o trabalhador utiliza em diferentes situações no cotidiano de trabalho e não só para as doenças mentais, tanto para o prazer como para o sofrimento tem sua origem intrinsecamente relacionada à situação na organização do trabalho. Sendo que as consequências das atitudes e dos comportamentos instituídos pela organização constituem-se das relações subjetivas e de poder. Esse autor conclui, enfatizando que a evolução da relação saúde mental e trabalho torna-se possível a partir da configuração de um duplo movimento de transformação da organização do trabalho e de dissolução dos sistemas defensivos.

De acordo com Codo (2004), existe a necessidade de diálogo constante entre as teorias da psicologia clínica e psicologia do trabalho, para fornecer instrumentos para compreender melhor o ser humano e suas relações de trabalho, destacando como Dejours (1992) a subjetividade do trabalhador.

Existe a necessidade de ampliar os canais de comunicação, pois toda e qualquer mudança em contexto educacional se efetiva a partir de relações dialógicas em que as práticas laborais e possibilidades de transformação constituem-se como foco de debates da problematização rigorosa que fundamenta a recriação de saberes e fazeres é de fundamental importância. Nesse palco o estresse ocupacional coloca-se em cena não só pelo despreparo dos docentes em lidar com as interações, mas também pelas reações destes ao estabelecer autodefesas que garantam suas existências nesse contexto de trabalho.

### **Síndrome de *Burnout***

Essa síndrome também tem sua gênese relacionada ao trabalho, mas é conceituada de forma diferente. *Burnout* é o resultado de um prolongado processo de tentativas de lidar com determinadas condições de estresse, que quando não mediado, não moderado, sem possibilidade de solução apresenta algumas características, como: esgotamento emocional e escassa realização pessoal, comuns ao estresse profissional. Porém difere-se pelo fator despersonalização apresentado na *burnout*, e é considerado como um quadro clínico mental extremo do estresse ocupacional que tem como consequência uma dessensibilização dirigida às pessoas com quem se trabalha, incluindo usuários, clientes e a própria organização. (CODO; VASQUES-MENEZES, 1999).

Segundo Rossi (2009), pessoas normais que não sofrem de uma psicopatologia anterior ou alguma doença orgânica identificável, podem passar a apresentar manifestações de sintomas de *burnout* como: dores de cabeça, transtornos gastrintestinais, tensão muscular, hipertensão, episódios de resfriado e distúrbios do sono. Comprometendo a qualidade do trabalho, uma vez que, o trabalhador diminui sua motivação e seu desempenho laboral.



A síndrome de *burnout* tem sido uma manifestação associada especialmente a pessoas que exercem profissões onde o envolvimento interpessoal dá-se de forma direta e intensa, de acordo Maslach (*apud* ROSSI; QUICK; PERREWÉ, 2009).

No grupo V da CID-10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde), a síndrome de *burnout*, ou síndrome do esgotamento profissional, está classificada como um distúrbio psíquico descrito em 1974 por Freudenberger, um médico americano.

Os estudos sobre a síndrome em professores, ainda que sendo poucos, associam as respostas individuais aos estressores interpessoais ocorridos em situação de trabalho e consideram a diferença significativa entre *burnout* e estresse, visto que, esta última só afeta a pessoa envolvida, enquanto *burnout* afeta todos os envolvidos na situação de trabalho e nas relações pessoais, prejudicando não só o professor, mas também os alunos e comprometendo todo o processo ensino-aprendizagem.

Codo e Vasques-Meneses (1999), estudando a saúde mental e o trabalho do professor, referiu-se a *burnout* como sendo uma síndrome de desistência do educador, que pode levar à falência da educação, uma espécie de resposta ao estresse laboral crônico. Ele é expressão do sofrimento psíquico e da deterioração afetiva da pessoa, que prejudica sua relação com o trabalho, com as instituições ou organizações, com as outras pessoas, pois:

[...] é uma síndrome através da qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não o importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil. Esta síndrome afeta, principalmente, profissionais da área de serviços quando em contato direto com seus usuários. Como clientela de risco é apontada os profissionais da educação e saúde, policiais e agentes penitenciários, entre outros. Schaufeli *et al.*, chegam a afirmar que este é o principal problema dos profissionais de educação. (CODO; VASQUES-MENEZES, 1999, p. 238).

Esses profissionais desempenham suas funções laborais no cenário brasileiro, com as características próprias de países em desenvolvimento. Entre as quais uma enorme desigualdade na distribuição da renda e imensas deficiências no sistema educacional. Além de políticas educacionais muitas vezes com caráter claramente utópico, responsabilizadas pelo fracasso por não terem sido associadas a uma política social de longo alcance e não estar alicerçado em uma consciência clara dos obstáculos econômicos, políticos e culturais. Fatores que necessariamente precisam ser enfrentadas para a construção de um sistema educacional abrangente e de boa qualidade. (CODO; VASQUES-MENESES, 1999).

Essa situação provoca nos profissionais da educação uma ruptura no comportamento, que como resposta frente a tamanhas dificuldades, só restaria desistir da atividade e entrar em *burnout* ao se sentirem incapazes de investir em seu trabalho, em consequência da incapacidade de lidar com o mesmo.



## Cultura e Valores Organizacionais do Sistema Educacional

A compreensão do comportamento humano nas organizações perpassa pelo estudo da cultura organizacional, onde os valores básicos compartilhados influenciam de forma considerável o modo como os membros das organizações sentem, pensam e agem.

Zanelli e Bastos (2004) trazem o conceito de cultura como sendo um conjunto de valores, crenças, estereótipos, normas, palavras e imagens pelas quais é atribuído um significado à realidade socialmente construída. Configurando uma teia de significados compartilhada pelos participantes, onde são elaborados os significados no decorrer do processo histórico de construção da organização, e posteriormente reproduzidos nas relações estabelecidas entre os componentes.

Nessa perspectiva, a Lei de Diretrizes e Bases (LDB) n° 9.394, promulgada em 20 de dezembro de 1996, abrange os mais diversos tipos de educação, infantil, ensino fundamental, ensino médio, educação especial, indígena e ensino a distância. Envolve a família, as relações humanas, sociais e culturais.

O Artigo segundo da LDB diz que a educação é dever da família e do Estado, inspirada nos princípios de liberdade e nos ideais de solidariedade humana, tem por finalidade o pleno desenvolvimento do educando, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho.

Com base nesses princípios, a criação do Sistema Nacional de Educação passa pelo redimensionamento das ações dos entes federados, objetivando o desenvolvimento de políticas nacionais, por meio da regulamentação do regime de colaboração. O Sistema Nacional de Educação assume o papel de articulador, normatizador e coordenador dos sistemas de ensino (federal, estadual e municipal), garantindo diretrizes educacionais comuns e mantendo as especificidades de cada um de acordo com a legislação vigente, isso propiciará maior organicidade na proposição e materialização das políticas educativas (BRASIL, 1996).

Nesse enfoque a educação tem uma função social por ser processo e prática social constituída e constituinte das relações sociais mais amplas, processo contínuo de formação, ao longo da vida, direito inalienável do cidadão que se realiza no contexto desafiador de superação das desigualdades no cenário educacional brasileiro. E a organização escolar, como lócus dessa prática, tem como meta a produção e a socialização do saber, e como matéria prima o elemento humano, e objeto nesse processo. Portanto, fins que são de difícil mensuração e identificação, uma vez que sua principal finalidade é a formação cidadã, através da apropriação do saber historicamente produzido.

Enquanto instituição social, a escola é parte constituinte e constitutiva da sociedade na qual está inserida, e sendo a sociedade atual organizada sob o modo de produção capitalista, a escola, enquanto instância dessa sociedade contribui tanto para a manutenção desse modo de produção, como também para a sua superação, tendo em vista que é constituída por relações sociais contraditórias. De



acordo com Saviani (2001) a marginalização social é reforçada e legitimada pela escola, por meio da marginalização cultural, na forma da relação entre educação e sociedade.

A escola, uma estrutura formal e burocrática, uma organização cultural, deve ser compreendida como um sistema sociocultural constituído por grupos relacionais que comungam códigos e sistema de ação em um mesmo contexto espacial, mas com identidade e cultura própria. De acordo com Morgan (2007) as crenças e as ideias que as organizações possuem sobre aquilo que são e sobre aquilo que tentam fazer, bem como sobre aquilo que é seu ambiente, apresentam uma tendência muito maior de se materializarem do que comumente se acredita.

Conhece-se pouco da organização escolar, de acordo com Teixeira (2000) a maioria dos estudos realizados têm se caracterizado pela adoção de uma perspectiva burocrática da instituição, com visão parcial e acrítica de sua realidade, o que traz obstáculo para a compreensão global da escola como unidade dinâmica.

A organização do trabalho escolar, distribui-se da seguinte forma: Projeto Político Pedagógico, Conselho escolar, Conselho de classe, Grêmios estudantis, Associação de pais e mestres, objetivando a formação crítica e política de seus alunos e de sua comunidade, o envolvimento e a participação da comunidade no processo decisório da escola e o desenvolvimento de ações colegiadas visando à democratização do espaço escolar.

Porém, a reprodução de práticas tradicionais por parte dos professores e dos gestores, pela falta de apoio dos órgãos centrais do sistema no processo de construção da autonomia da escola, pela necessidade de participação da comunidade escolar, pela pouca efetivação do Projeto Político Pedagógico, do Regimento Escolar, do Plano de Desenvolvimento da Escola - PDE e da Proposta de Gestão, essa organização caracteriza a perspectiva burocrática, onde se percebe também distorção entre o formal, estabelecida por leis, que fundamenta a escola e o informal, elementos que constituem a cultura organizacional escolar. (TEIXEIRA, 2000).

Segundo Libâneo (2001, p. 9), a cultura organizacional da escola deve ser definida como “[...] conjunto de fatores sociais, culturais, psicológicos que influenciam os modos de agir da organização como um todo e do comportamento das pessoas em particular”.

Assim sendo, a cultura organizacional ou escolar pode ser conceituada, como um modelo de concepções básicas, inventadas, descobertas ou desenvolvidas por um determinado grupo ao aprender a lidar com seus problemas de adaptação externa e integração interna, que funcionam bem o suficiente para serem consideradas válidas e por isso ensinadas aos novos membros como a maneira correta de perceber e sentir em relação a esses problemas (SCHEIN *apud* TEIXEIRA, 2000).

Dessa forma, além dos aspectos procedimentais e administrativos, nas organizações escolares também haveria aspectos de natureza cultural, geralmente implícitos, que caracterizam as escolas de forma diferenciada.



## O Profissional Docente no Brasil

Historicamente, para o professorado constituir-se em profissão foi necessário a intervenção e o enquadramento do Estado, substituindo a Igreja como entidade de tutela do ensino. De acordo com o Ministério da Educação e Cultura (MEC), a educação oficial no Brasil, teve início em 15 de outubro de 1827, através de um decreto imperial de D. Pedro I, o qual determinava que “todas as cidades, vilas e lugares tivessem suas escolas de primeiras letras”, é em virtude desse decreto que se comemora o Dia do Professor nessa data, que passou a ser oficializada em 1963 (BRASIL, 2014).

Sendo, porém, muito restrito o acesso à educação durante o império, somente a famílias ricas tinham condições de contratar professores para educar seus filhos. Esses profissionais atuavam em escolas privadas ou vendiam conhecimentos de forma independente.

Em 1835 foi criada em Niterói (RJ) a primeira escola de formação de professores em nível médio, na modalidade normal. Mas, só na década de 30 surgiram os grupos escolares e o ensino público gratuito passou a se organizar e atender mais alunos, passando o poder público a ser responsável de forma efetiva pela educação das crianças. Houve nesse momento histórico a expansão e interiorização dos grupos escolares e o surgimento das primeiras escolas de formação superior de professores em licenciaturas, nos grandes centros urbanos. Porém, essa formação era destinada exclusivamente à elite do país. A democratização do acesso à educação, só aconteceu a partir da década de 60. (BRASIL, 2014).

Na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional - (LDB) - nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, estão as bases para a atuação dos Profissionais da Educação. A formação desses profissionais que deve atender aos objetivos dos diferentes níveis e modalidades de ensino e às características de cada fase do desenvolvimento do educando, tendo como fundamentos, a associação entre teorias e práticas, inclusive mediante a capacitação em serviço e o aproveitamento da formação e experiências anteriores em instituições de ensino e outras atividades. (BRASIL, 1996).

Gonçalves (1994) argumenta que o professor é aquele que tem a responsabilidade de dar direção ao ensino e deve possuir tríplice competência: técnica, científica e prática em sua especialidade; e pedagógica, que engloba sua compreensão geral da situação em que está o seu aluno e uma consciência dos objetivos específicos e gerais destes.

Na concepção de Paulo Freire (1998) o professor se torna professor a partir da relação que estabelece com os seus alunos, em um trabalho que se constitui, se configura e se define no decorrer dessa relação, como sujeitos da investigação.

Na última década tem-se evidenciado representações negativas sobre a função docente, talvez pela escola, tradicionalmente marcada pelas possibilidades de ascensão social e de superação



das desigualdades sociais, que tinha no professor a imagem da autoridade constituída capaz de conduzir jovens e crianças ao convívio social e à vida em democracia.

Codo e Vasques-Menezes (1999), em estudos realizados com professores de todo o país, identificaram a evidência de baixo envolvimento com a tarefa e exaustão emocional, elementos que podem estar associados às queixas e ao adoecimento. Uma vez que, o trabalho do professor não está restrito ao exercício de sua função dentro da sala de aula, mas exige atualização e preparação constante para ser realizado de modo satisfatório.

Em pesquisa elaborada por Noronha (2008), também foram identificados os sentimentos de insatisfação, frustração e ansiedade relatada nas entrevistas evidenciando a associação entre as queixas de cansaço e sobre esforço físico e mental solicitados, pelo conjunto das atividades estudadas por meio das técnicas da escola francesa de ergonomia.

Caracterizando-se a precarização das condições de trabalho do profissional docente, pelos múltiplos fatores estressores presente no seu cotidiano laboral, justifica-se a constante preocupação de pesquisadores de diversas áreas em conhecer o professor, e entre os pesquisadores está o psicólogo que tem se ocupado em conhecer diretamente o professor, trabalhar com seus problemas, suas relações interpessoais, sua eficácia e eficiência enquanto profissional do ensino.

### **A Contribuição da Psicologia Organizacional para o enfrentamento do Estresse Ocupacional e a Manutenção da Saúde do Trabalhador**

No mundo contemporâneo, a eficiência das relações interpessoais e o bem-estar do trabalhador, critério indispensável à realização das tarefas, são preocupações primordiais que devem orientar as atividades dos psicólogos nas organizações. Esses têm como tarefa central a exploração, a análise e a compreensão de como interagem as múltiplas dimensões que caracterizam a vida das pessoas, utilizando-se de estratégias e procedimentos que possam promover e restabelecer a sua qualidade de vida. (ZANELLI; BASTOS, 2004, p. 447).

O desempenho no trabalho e a produtividade são processos fortemente interligados, constituem uma cadeia complexa que compreende desde fatores individuais de motivação, conhecimento e habilidades, até fatores estruturais referentes ao contexto histórico vivido e às mudanças de valores da sociedade. Nesse contexto, o psicólogo deve trabalhar com estratégias que viabilizem a elaboração de interações humanas, que transformadas no mundo do trabalho poderão facilitar diversas formas de subjetivação e de constituição dos grupos e da sociedade como um todo. E deve fomentar possibilidades de construção produtiva das ações de trabalho, com preservação máxima da natureza, da qualidade de vida e do bem-estar humano inter-relacionando a atuação nos âmbitos individual, grupal, organizacional e ambiental. (ZANELLI; BASTOS, 2004, p. 483).



Os produtos ou resultados organizacionais podem ser examinados e avaliados tomando como base as características e processos nesses âmbitos, considerando-se que as organizações são sistemas com múltiplos níveis de complexidade e diferentes âmbitos de abrangência.

No âmbito individual, compreende os fatores explicativos para a ação do homem no trabalho e para os resultados que ele produz, são as características que diferenciam as pessoas em termos de personalidade, atitudes, valores, crenças, aptidões, habilidades, competências e os processos psicossociais básicos, como percepção, motivação, aprendizagem. Os estilos de liderança, processos de comunicação, conflitos, exercício de poder, normas grupais, são fatores que interagem com os fatores individuais na determinação da qualidade do desempenho, dos níveis de satisfação, da rotatividade, do estresse e de outros resultados de interesse grupal.

Os eixos organizacionais e suas características estruturais, a dinâmica da cultura e política, o modelo de organização do trabalho, são elementos que caracterizam a organização como uma unidade global, interagindo com os processos grupais e individuais na busca dos mesmos resultados, em um determinado espaço geográfico, em um contexto econômico, político e social. (ZANELLI; BASTOS, 2004, p. 485).

Assim, o psicólogo através da escuta clínica especializada pode contribuir com a elaboração de novas possibilidades de enfrentamento de conflitos relacionais, ao investigar os fenômenos que se querem modificar, extraíndo os problemas da própria prática e da realidade social vivenciada em um determinado momento. (BLEGER, 1993 p. 122/137).

Utilizando-se de abordagem que coloca o foco no processo e contribui para a compreensão do estresse, particularmente no que diz respeito à sua dinâmica e as formas de enfrentamento, é fundamental considerar as relações estressantes existentes entre os trabalhadores em docência. Seu ambiente de trabalho e as formas como eles enfrentam essas situações, talvez por estarem expostos diretamente a esses fatores presentes no seu cotidiano, constituem sérias ameaças a sua saúde no trabalho, comprometem o seu desempenho profissional, os resultados da instituição e prejudiquem assim a sociedade de um modo geral.

A contribuição da psicologia com esse enfoque pode ser fundamental, desde que se disponha a conhecer o contexto em que irá intervir, observando e ouvindo seus diferentes partícipes para construir com estes espaços de reflexão e ressignificação de práticas e relações, de forma interdisciplinar, mediando a elaboração de novas possibilidades de enfrentamento de conflitos relacionais, e colaborar para a manutenção do bem-estar e da saúde do trabalhador docente.



## Metodologia

Foi feito um levantamento bibliográfico em um recorte cronológico, período de 1993 a 2014 contemplando algumas publicações, para selecionar artigos na *internet* como ferramenta de busca. Foram consultadas as seguintes bases: "Scielo", portal do MEC e livros, que em seus títulos mencionassem a palavra "estresse", "stress" ou "burnout" em profissionais docentes de escolas públicas brasileiras.

Após o levantamento da literatura, o passo seguinte foi organizar o material por meio de fichamento que se constituiu uma primeira aproximação do assunto. Na sequência, os artigos obtidos foram submetidos a releituras, com a finalidade de realizar uma análise interpretativa direcionada pelos objetivos estabelecidos previamente e, assim, os conteúdos encontrados foram agrupados em seus aspectos históricos e conceituais (GIL, 2002 p. 62).

No que se refere à pesquisa bibliográfica, Lakatos e Marconi (2009 p. 44) propõem as seguintes fases: escolha do tema; elaboração do plano de trabalho; identificação; localização; compilação; fichamento; análise e interpretação e redação, com a finalidade de entrar em contato direto com o material escrito sobre o tema em questão, para auxiliar na análise da distinção entre o princípio político e a realidade, o conteúdo e a orientação foi escolhido o método de abordagem dialético, que contribui para a compreensão de um mundo em permanente mudança, composto por um conjunto de inter-relações e ações, num processo de reconstrução contínua entre os objetos e fenômenos que o compõe.

A análise nos conceitos ou concepções dos autores sobre o tema que foi pesquisado durante a execução desta pesquisa, possibilitou o conhecimento do cotidiano dos professores, permeado por mudança, onde o movimento, as transformações e o desenvolvimento dá-se por intermédio da contradição (LAKATOS; MARCONI, 2009, p. 101/103).

De acordo com Spector (2005, p. 49) "A abordagem qualitativa pode ser um bom meio de gerar hipóteses e teorias a partir das observações do que acontece nos ambientes organizacionais". Portanto, este trabalho de natureza descritiva e qualitativa como estudo da evolução das referências utilizadas por alguns autores nacionais de psicologia e de administração, vinculados à área organizacional, se deu por considerar que a pesquisa bibliográfica possibilita um maior alcance das informações, e a utilização de dados dispersos em diversas publicações. (GIL, 2002 p. 45).

## Discussão dos Dados

O fenômeno estresse, e em especial estresse ocupacional, fomenta diversos estudos nos últimos anos, porém publicações sobre o tema relacionado a profissão docente continuam sendo pouco



exploradas. De modo geral, a organização escolar como lócus da prática docente, segundo Teixeira (2000), é pouco conhecida, e a maioria dos estudos realizados tem se caracterizado pela adoção de uma perspectiva burocrática da instituição, com visão parcial e acrítica de sua realidade, o que traz obstáculo para a compreensão global da escola como unidade dinâmica.

Pode-se considerar os estudos de autores como Codo e Vasques-Meneses (1999) e Noronha (2008) onde o profissional da docência tem ocupado o lugar de destaque nas estatísticas que se referem ao estresse ocupacional. Provavelmente, por estar exposto diretamente a fatores estressantes presentes nas diferentes contingências do seu dia-a-dia, como as condições de precarização relacional do contexto organizacional. Essas aliadas as questões relativas ao aumento das exigências burocráticas, a mudanças de atitude da sociedade em torno do professor e as aparentes contradições referentes ao seu papel na docência, constituem sérias ameaças a sua saúde no trabalho, comprometendo o seu desempenho profissional, os resultados do processo de ensino aprendizagem e prejudicando, assim, a sociedade de um modo geral.

Os fatores organizacionais dizem respeito às exigências do cargo e da organização, já as forças externas como o nome já supões, o que é externo a organização, como por exemplo, a família do trabalhador e por último os fatores individuais, onde cada um reage de maneira diferente diante de um agente estressor. (ZANELLI; BASTOS, 2004).

Concorda-se com Dejours (1992) quando ele chama a atenção para o conhecimento das estratégias de enfrentamento que o trabalhador utiliza em diferentes situações no cotidiano de trabalho, tanto para o prazer como para o sofrimento, ambas tem sua origem intrinsecamente relacionada à situação na organização do trabalho. Esse autor conclui, enfatizando que a evolução da relação saúde mental e trabalho torna-se possível a partir da configuração de um duplo movimento de transformação da organização do trabalho e de dissolução dos sistemas defensivos.

Quando o organismo enviar sinais de cansaço e surgir à sensação de desgaste, pode estar sendo iniciado o processo de adoecimento, (distresse – Style 1974) que é a dissonância ou desacordo que se relaciona à fase negativa e de aflição, onde o estresse persistente pode aumentar a suscetibilidade a uma doença de adaptação. Rompe-se o equilíbrio, e começa-se a sentir falta de prazer, energia, entusiasmo, satisfação, e a incapacidade para lidar com o estresse, que se persistir por períodos maiores de tempo, pode levar o profissional da fase de resistência para a fase da exaustão e chegar à síndrome de *burnout*. (ROSSI, 2009).

Síndrome esta, caracterizada pelas queixas de cansaço físico e mental advindo do excesso de esforço, que é solicitado dos profissionais da docência na realização do conjunto das atividades executadas, constituindo-se em demandas danosas para a sua saúde mental. Nesse contexto o professor passa a apresenta frustração e ansiedade, baixo nível de envolvimento emocional com a tarefa, visíveis sinais de exaustão emocional, quadro de despersonalização, perceptível desequilíbrio entre as



demandas existentes no trabalho e a habilidade e/ou possibilidade para respondê-las. (CODO; VASQUES-MENEZES, 1999).

O resultado da pesquisa, portanto, sinaliza para uma relação entre o estresse e os problemas crônicos e recorrentes que afetam a educação brasileira como: salários não dignos, precarização das condições de trabalho, mau comportamento dos alunos, falta de reconhecimento do profissional, preocupações envolvendo o desenvolvimento acadêmico e sócio-emocional dos alunos, a importância do bom relacionamento professor-aluno como limiar através do qual as capacidades, motivações e estilos de um aluno são desenvolvidos, até se tornarem compatíveis com aquilo que o professor espera dele. (GONCALVES, 1994; FREIRE, 1998; CODO 1999).

Assim como também para a impossibilidade de participação ativa nos processos de decisões que dizem respeito às mudanças rápidas nas metodologias, na tecnologia e nos meios de ensino, as longas jornadas de trabalho, a distorção entre formal e o informal na efetivação do trabalho escolar, pela pouca efetivação do Projeto Político Pedagógico, do Regimento Escolar, do Plano de Desenvolvimento da Escola, da Proposta de Gestão, e da falta de apoio dos órgãos centrais do sistema no processo da autonomia da escola. (TEIXEIRA, 2000).

Destaca-se a relevância da inserção da psicologia, no contexto organizacional escolar, uma vez que, conforme Bleger (1993) o psicólogo ao atuar como um elo de integração e facilitação no ambiente institucional, de forma interdisciplinar, poderá mediar à elaboração de novas possibilidades de enfrentamento de conflitos relacionais, e colaborar para manutenção do bem-estar e da saúde mental do trabalhador.

## **Considerações Finais**

Atualmente o mundo do trabalho da sociedade ocidental está organizado sob a determinação da industrialização, do consumo e da concorrência, esse modo de produção discrimina os tipos de relações que serão mantidas e as exigências que deverão ser cumpridas, e geram as condições estressantes de trabalho, das estruturas familiar e social.

Como profissional docente - força de trabalho desse contexto – percebe-se algumas mudanças atitudinais e comportamentais de colegas de trabalho, que ao chegar à escola traz consigo planos, projetos, desejos e esperanças, e encontram um ambiente onde não poderão modificar suas tarefas para adequá-las às suas necessidades, então tentam se ajustar as relações de forças e de articulações entre estrutura e conjuntura, condição necessária para se inserir no mundo do trabalho em tempos globalizados.

Fatores esses que associados aos problemas “crônicos” que afetam a educação brasileira ao longo do seu processo de construção sócio histórica: como a defasagem salarial, o excesso de sobre



carga laboral, as representações negativas sobre a função docente, são largamente conhecidos e enraizados na estrutura do processo educacional. Desestabilizam o equilíbrio e o bem-estar do professor, que acaba sendo absorvido pelo trabalho e relegando a um segundo plano, aspectos importantes da saúde e do viver, como a aspiração de crescimento e desenvolvimento individual e profissional.

É de fundamental importância a ampliação dos canais de comunicação, entre a escola e a psicologia, pois toda e qualquer mudança em contexto educacional se efetiva a partir de relações dialógicas em que as práticas laborais e possibilidades de transformação constituem-se como foco de debates da problematização rigorosa que fundamenta a recriação de saberes e fazeres, práxis.

Nesse contexto onde o estresse ocupacional coloca-se em cena pela incapacidade de ressignificar os vários aspectos dessa relação, e estabelecer autodefesas, a psicologia pode intervir sugerindo que contemplem a melhoria das relações organizacionais. Após uma investigação aprofundada dos estressores ocupacionais dos docentes, objetivando prevenir e controlar o estresse, que resultará na melhoria da qualidade de vida dos profissionais de forma a influir positivamente no ambiente escolar, na qualidade do trabalho e no resultado do processo ensino-aprendizagem.

Faz-se também necessária a conscientização das instituições sobre a situação real dos profissionais da docência, e a realização de cursos e treinamentos específicos para manejo e controle do estresse destinado a todos os membros que, de forma direta ou indireta se relacione com a escola. De acordo com Straub (2005) o uso de técnicas de enfrentamento adequado pode potencializar estratégias que se transformarão em ferramentas importantes para a redução do dano emocional causado pelo estresse, quando houver o reconhecimento pelo ser humano de sua capacidade em manter a sua própria saúde emocional.

Considera-se que os objetivos iniciais da pesquisa foram alcançados, porém ainda são necessários outros estudos sobre o tema à fim de contribuir para a promoção e da qualidade de vida, e da eficiência das relações interpessoais e do bem-estar do trabalhador nos âmbitos individuais e organizacionais diante do contexto escolar.

A pesquisa evidencia a carência de estudos mais aprofundados e de conhecimento científico no âmbito da psicologia, voltados para investir no avanço da promoção da saúde e prevenção do processo de adoecimento. Verificou-se a ausência de pesquisas e/ou intervenções do psicólogo, com enfoque no compromisso desse profissional em contribuir para o planejamento de ações destinadas à saúde do trabalhador docente.

A partir deste estudo, pode-se sugerir que as novas pesquisas relacionadas ao processo saúde-doença visem também focar os aspectos sadios do desenvolvimento das relações laborais, e que a intervenção da psicologia possa contribuir para indicar caminhos e ações direcionadas à atenção da saúde dos profissionais docentes.



## Referências

- ABREU, Klayne Leite de et al. **Estresse ocupacional e Síndrome de Burnout no exercício profissional da psicologia.** *Psicol. Cienc. prof.* [online]. 2002, vol.22, n.2, pp. 22-29. ISSN 1414-9893. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932002000200004>. Acesso em: 07/04/2015.
- BLEGER, J. **Temas de psicologia: entrevistas e grupos.** São Paulo: Martins Fontes, 1993.
- BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional.** Lei número 9.394, 20 de dezembro de 1996. Disponível em <w.mec.gov.br> Acesso em: 25/08/2014 e 27/02/2015.
- BRASIL. **Seja Um Professor.** Disponível em <w.mec.gov.br> Acesso em: 19/09/2014.
- CANOVA, Karla Rejane and PORTO, Juliana Barreiros. **O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional: um estudo com professores de ensino médio.** *RAM, Rev. Adm. Mackenzie (Online)* [online]. 2010, vol.11, n.5, pp. 4-31. ISSN 1678-6971. <http://dx.doi.org/10.1590/S1678-69712010000500002>. Acessado em 05/09/2014.
- CODO, W, & Vasques-Menezes, I. (1999). **O que é burnout?** Em W. Codo (Org.), *Educação: Carinho e trabalho*. Rio de Janeiro: Vozes.
- CODO, W. **O trabalho enlouquece? Um encontro entre a clínica e o trabalho.** Petrópolis: Vozes, 2004.
- CODO, W; SORATO, L. & VASQUES-Menezes (2004). **Saúde mental e trabalho** In: J. C.Zanelli, J. E. Borges-Andrade & A. V. B. Bastos, (Org.),
- CORRÊA, Maria da Graça. **Abordagens teórico- metodológicas em saúde/ doença mental e trabalho.** Uniabeu, Rio Grande do Sul, v.15, n.1, jan/junho.2013.
- DEJOURS, C. **A Loucura do Trabalho: Estudo de Psicopatologia do Trabalho.** São Paulo: Cortez. 1992.
- DEJOURS, C., ABDOUCHELLI, E.; JAYET, C. **Psicodinâmica do Trabalho** – contribuições da escola Dejouriana à análise de prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas, 1994.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa.** São Paulo: Paz e Terra, 1998.
- FREUD, Sigmund. **O mal-estar na civilização e outros textos.** São Paulo: Companhia das Letras, 2010.
- GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria and ASSUNCAO, Ada Ávila. **O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde.** *Educ. Pesqui.*[online]. 2005, vol.31, n.2, pp. 189-199. ISSN 1517-9702. <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-97022005000200003>. Acesso em: 01/03/2015.
- GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GONÇALVES, M. A. **Formação da Cidadania: proposta educacional.** São Paulo. Paulos. 1994.



LAKATOS, Eva Maria. MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica/** 6ª Ed. – 7. reimp. - São Paulo: Atlas 2009.

LIBÂNIO, J. C. **Organização e gestão da escola: teoria e prática.** Goiânia: Alternativa, 2001.

MORGAN, Gareth. **Imagens da organização.** São Paulo: Atlas, 2007.

NORONHA, M. M .B.; ASSUNÇÃO, A. A.; OLIVEIRA, D. A. **O sofrimento no trabalho docente: o caso das professoras da rede pública de Montes Claros, MG.** Trabalho, Educação & Saúde, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 65-86, 2008.

DEMO, Pedro. **Metodologia do conhecimento científico.** São Paulo: Atlas, 2000.

ROSSI, Ana Maria. QUICK, James Campbell. PERREWÉ, Pamela L. org. - **Stress e qualidade de vida no trabalho: o positivo e o negativo.** – São Paulo: Atlas, 2009.

RUSSO, Giuseppe Maria. **Diagnóstico da cultura organizacional: o impacto dos valores organizacionais no desenvolvimento das terceirizadas.** Rio de Janeiro: Elsevier: São Paulo: Dedix, 2010. 2ª reimpressão

SAVIANI, Demerval. **Escola e Democracia.** 34. ed. rev. Campinas, Autores Associados, 2001.

SPECTOR, Paul E. **Psicologia nas organizações.** – São Paulo: Saraiva, 2005.

SEVERO, Márcia Casella. **Estratégias em Psicologia Institucional.** Ed. Loyola - São Paulo, 1993.

STRAUB, Richard O. **Psicologia da Saúde.** – Porto Alegre: Artmed, 2005.

TEIXEIRA, Lucia Helena G. **Cultura Organizacional da escola: uma perspectiva de análise e conhecimento da unidade escolar.** Campinas, SP: Autores Associados, 2000.

TOLFO, Suzana da Rosa and PICCININI, Valmíria. **Sentidos e significados do trabalho: explorando conceitos, variáveis e estudos empíricos brasileiros.** *Psicol. Soc.* [online].2007, vol.19, n.spe, pp. 38-46.ISSN

ZANELLI, Jairo Eduardo. BORGES-Andrade e Antonio Virgílio Bittencourt Bastos, - **Psicologia, organizações e trabalhos no Brasil/org.** - Porto Alegre: Artmed, 2004.

#### Como citar este artigo (Formato ABNT):

ROCHA, I.S.; MARANHÃO, T.L.BATISTA, H.T.M. Estresse Ocupacional: Uma Revisão da Literatura. **Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, Julho de 2016, vol.10, n.30, p. 282-301. ISSN 1981-1179.

Recebido: 15/06/2016

Aceito: 30/06/2016