

PROFESSOR COM SÍNDROME DE BURNOUT: FATORES E DESENVOLVIMENTO

Cecília Amarante Ribeiro¹
Yasmim Guimarães dos Santos²
Hinayana Leão Motta Gomes³

¹ Acadêmica de Psicologia, Faculdade de Psicologia, Universidade de Rio Verde. Contato: ceciliaamarante07@gmail.com.

² Acadêmica de Psicologia, Faculdade de Psicologia, Universidade de Rio Verde.

³ Mestre em Psicologia. Professora da Faculdade de Psicologia, Universidade de Rio Verde.

Recebido em: 29/11/2019 – Aceito em: 20/12/2019

Resumo: O presente trabalho tem como objetivo compreender os fatores subjacentes que desencadearam a síndrome de burnout em um professor de rede privada, utilizando do método de pesquisa qualitativa fenomenológica, em que foi feito um estudo bibliográfico para compreensão da temática e análise das entrevistas que resultaram em 15 unidades temáticas de sentido.

Palavras-chave: Exaustão. Stress ocupacional. Sofrimento docente. Fenomenologia.

Abstract: The present work aims to understand the underlying factors that triggered burnout syndrome in a private network teacher, using the phenomenological qualitative research method, in which a bibliographic study was conducted to understanding of the theme and analyzing the interviews that resulted in 15 thematic units of meaning.

Keywords: Exhaustion. Occupational stress. Teacher suffering. Phenomenology.

1. INTRODUÇÃO

O presente estudo traz indícios que denotam o crescimento da síndrome de burnout ao decorrer das situações vivenciadas pelo docente. Para isto, foram selecionados alguns artigos publicados no Brasil, em que é possível por meio deles identificar estudos relacionados à saúde do profissional que trabalha dentro de sala de aula, visando ampliar o conhecimento sobre a síndrome e também pela contribuição do conhecimento relacionado à temática para estudos futuros, buscando a compreensão em como o docente desenvolve a síndrome.

Segundo Silva (2006) a síndrome de burnout ocorre quando o profissional chega a um ponto de exaustão, em que existem diversos fatores que contribuem para a predisposição, estudos feitos pela autora mostram que os resultados das pesquisas mostram uma sensação de fracasso vivenciada pelos professores é advinda da percepção de incapacidade em relação a fazer algo sobre a realidade de seus alunos.

Para Battisti e Bavaresco (2018) a síndrome de burnout é uma fase crônica do estresse em que o portador da síndrome não enfrenta o evento estressor.

Com base em leituras feitas de alguns artigos para conhecer sobre o tema proposto, foi possível identificar que profissionais que trabalham diretamente com outros seres humanos estão mais propensos ao desenvolvimento do burnout. E que os professores são os mais afetados por terem poucas condições e muitas exigências relacionadas ao papel que devem desempenhar. Entretanto alguns artigos mostram que estudos relacionados à saúde do professor são menores que os feitos sobre a saúde de outras profissões.

O profissional se encontra dividido entre o que se deve fazer e o que consegue fazer, com diversas possibilidades, mas com poucas estruturas que lhe permitem fazer o que acha certo (SILVA, 2006).

Kueezer (2004) contextualiza a situação atual do mundo capitalista com a contribuição que é dada por um profissional da educação em que seu trabalho esta entre o que a autora chama de trabalho geral, que seria a parte prazerosa, e o trabalho capitalista, a mercadoria que ele oferece no mercado de trabalho de trabalho.

O professor, com base em Kueezer (2004), sofre com a síndrome de burnout devido as suas frustrações em relação ao trabalho em que se vê impossibilitado de concluir as intervenções sociais que lhe são cobradas e que eles mesmos exigem de si, devido as dificuldades encontradas no ambiente de trabalho, e o autor conclui que muitos buscam uma forma de mudar e humanizar o trabalho apesar das dificuldades.

Segundo Benivides-Pereira (2002, citado por SILVA, 2006), a síndrome de burnout se propaga no individuo mediante ao envolvimento afetivo do profissional com seu cliente.

O estudo feito por Silva (2006) informa que por necessidade de criar vínculo e não poder efetiva-lo gera uma tensão nos profissionais onde a profissão, principalmente dos docentes, exige cuidado com o outro, levando a um distanciamento emocional como forma de privar o sofrimento, e pode se entender que até mesmo o comportamento de evitar pode gerar o burnout.

Silva (2006) mostra em sua pesquisa que o ambiente de trabalho é responsável em maior parte pelo desgaste emocional sofrido pelos profissionais e que as empresas se isentam de suas obrigações, prejudicando o próprio funcionário, já que muitas das vezes exige-se muito do profissional sem a devida valorização ou condição de trabalho.

O estudo feito por Malagris (2004, citado em SILVA, 2006), compreendeu que o desenvolvimento da síndrome possui três aspectos básicos: exaustão emocional, que é o esgotamento total de energia física e mental; a despersonalização, em que o indivíduo não se vê como ser humano, e com isso apresenta o terceiro aspecto, a redução da realização profissional e pessoal, em que por conta do segundo aspecto se distancia emocionalmente começa a tratar os outros com sentimento de frieza e com isso tem o sentimento de culpa e angústia, reduzindo sua realização profissional e pessoal.

Com isso a autora acredita que esses sentimentos, citados nos parágrafos anteriores, podem levar o profissional a abandonar o seu trabalho, pois o mesmo passa a não ver o significado que via antes.

A pesquisa feita por Mazon, Carlotto e Câmara (2008) com intuito de identificar as estratégias de enfrentamento dos professores com síndrome de burnout, obteve como resultados a identificação de uma associação positiva entre exaustão emocional e a utilização das estratégias de enfrentamento de *coping* moderado, foco na emoção e desligamento mental e associação negativa com a estratégia de suporte emocional.

Os autores mostram que uma das maneiras de enfrentar é quando o profissional passa a perceber apenas os aspectos emocionais negativos, analisando apenas seu contexto emocional.

Segundo Mazon, Carlotto e Câmara (2008) *coping* moderado é o autocontrole para não agir conforme os impulsos. Utilizar essa estratégia indica que a pessoa está tentando achar uma forma de lidar ou resolver o problema. Entretanto necessita de um tempo de auto-organização, criando um efeito de passividade.

Professores com níveis altos de exaustão emocional possuem maior tendência para o desligamento mental e comportamental, cria-se a ideia de que os professores com síndrome de burnout usam com maior frequência a estratégia de coping passivo (MAZON; CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

Schonfeld (1990, citado por MAZON; CARLOTTO; CÂMARA, 2008) ressalta que nem todas nem todas as estratégias utilizadas pelos docentes com síndrome de burnout, necessariamente, aliviam o mal-estar. Dependendo de como o portador da síndrome percebe as situações.

O estudo dos autores resulta na importância da consideração da dimensão emocional na profissão de professor e ela é pouco abordada nos estudos relacionados

a intervenções. E que os estudos feitos com amostra os profissionais da educação começaram recentemente a ter mais peso.

De acordo com Moreno, Gil, Haddad e Vannuchi (2011), em seu estudo bibliográfico sobre estratégias de enfrentamento da síndrome de burnout, as estratégias utilizadas podem variar de acordo com o que se deseja. Entre elas estão as com foco nas habilidades comportamentais e cognitivas de *coping*, meditação, educação em saúde e cognitivas.

A síndrome trata-se de um relacionamento do indivíduo com seu ambiente de trabalho, onde o indivíduo pode ter sentimentos e atitudes negativas como desgaste e perda de comprometimento, podendo deixar o emprego e causando prejuízos a organização. Ou quando a organização é rígida e empobrece a versatilidade psíquica do profissional (MORENO et al., 2011).

“A inflexibilidade do processo institucional e as exigências a que são submetidos os profissionais podem comprometer a psique, por gerar insatisfação e ansiedade, o que traz repercussões nas relações sociais e os encaminham para a exclusão” (MORENO et al., 2011, p.142). E com isso é necessário que o ambiente de trabalho melhore a comunicação organizacional, as condições de trabalho e reconheça os méritos de seus profissionais.

Moreno et al. (2011, p. 144) concluem que “As ações preventivas serão viáveis quando este evento não for estigmatizado unicamente como responsabilidade individual ou pelo relacionamento profissional-usuário, e começar a ser entendido como um problema da relação indivíduo - processo de trabalho – organização”.

Rodrigues, Chaves e Carlotto (2010), com base em Rudora (1999), mostram que geralmente o processo de agravamento da síndrome de burnout varia de pessoa para pessoa e sua evolução pode durar anos. No geral o indivíduo ignora os sintomas iniciais, acreditando que não há algo de errado acontecendo.

De acordo com Rodrigues Chaves e Carlotto (2010), com base em Forbes (1991), os professores das redes de ensino público sofrem com críticas, cobranças de seus fracassos; e poucas vezes ganham o reconhecimento de seus sucessos. O autor também menciona que nas últimas duas décadas os professores estão sendo avaliados de maneira rigorosa pela população em geral. Podendo se concluir que ensinar é uma atividade com nível elevado de estresse, afetando diretamente na saúde física e mental, o que reduz notoriamente o desempenho dos profissionais da educação.

O estudo feito com professoras por Diehl e Carlotto (2014) obteve como resultado que a indisciplina dos alunos, falta de apoio tanto da direção do instituo e dos pais, a cobrança social e a sobrecarga de trabalho são os principais fatores para o desencadeamento da síndrome. Foram apresentados três tipos de sintomas em relação com a síndrome sendo esses psíquicos, físicos e comportamentais. Para elas a síndrome atinge profissional cuja área de trabalho está relacionada com lidar com pessoas. Conclui também que a síndrome pode ser um tipo de estresse ou depressão deixando clara a importância de estudos sobre o tema para aprofundar e identificar o que é de fato.

A síndrome se desenvolve aos poucos, devido ao acúmulo de situações estressoras vivenciadas no dia a dia e da pressão emocional devido ao ligamento emocional que o professor desenvolve com seus alunos, pais e colegas. (DIEHL; CARLOTTO, 2014).

Devido às transformações aceleradas da sociedade atual e a tentativa de se adaptar a elas é possível observar novas formas de produção e criação de produtos e serviços. A pressão da vida moderna aumenta o nível de exaustão e tensão, em que a quantidade e rapidez em que se tem acesso às informações e novas tecnologias ameaçam a saúde mental (WILTENBURG; KLEIN, 2009).

Wiltenburg e Klein (2009) acreditam que o meio atual em que o homem vive no qual a preocupação maior é na quantidade do que na qualidade é uma situação preocupante para saúde mental, em que os professores visão uma expectativa de qualidade para seus alunos enquanto ao mesmo tempo devido ao contexto atual tem que se preocupar com a quantidade de aulas, que tem maior peso do que a qualidade de aula atualmente.

Outros fatores psicológicos e comportamentais capazes de contribuir para o desenvolvimento do Burnout podem envolver: a escolha profissional equivocada, aptidões e características de personalidade gerando uma sensação de inadequação no trabalho, problemas pessoais, doenças, mudanças ou conflitos familiares, perdas, falta de preparo e competência para desempenhar seu papel, afastamento da família por excesso de trabalho, perdendo-a como fonte de apoio. (WILTENBURG; KLEIN, 2009 pp. 9-10).

Carlotto (2010), também mostra como a interação professor-aluno é importante para a questão emocional do docente em que quando algo ocorre nessa relação em relação a demanda dos alunos que o professor não consegue suprir devido a quantidade de alunos, ou os conflitos entre essas duas classes, como exemplo

quando o aluno é adolescente contribui para o sentimento de esgotamento e sensação de dever não cumprido.

Considerando que a saúde e a educação são condições preponderantes para o desenvolvimento humano e social, é importante atentar aos professores. Frente aos problemas e demandas atuais, esses profissionais precisam de competência pedagógica, social e emocional e estimular a construção crítica dos indivíduos para que aprendam a ser e a conviver na sociedade como sujeitos conscientes, reflexivos e participativos, mas para isso é fundamental que também estejam física e mentalmente saudáveis. (DIEHL E MARIN, 2016 p.80).

O esgotamento no educador é devido a muitas exigências e cobranças. As escolas da atualidade, principalmente as privadas, na visão do autor, possuem uma preocupação em agradar a clientela, e com isso o professor busca atingir as metas que lhe são colocadas mesmo não tendo tempo devido sua dupla ou tripla jornada de trabalho, e principalmente nas escolas de ensino público devido a falta de interesse na aprendizagem em que o professor tem que cumprir o que lhe exigido porém lida com a indisciplina ligada ao desinteresse tendo o docente achar maneiras de contornar a situação, em que grande parte são em vão. (MACHADO, BOECHAT E SANTOS, 2015).

A saúde docente vem se tornando grande alvo de preocupação de muitos segmentos da sociedade atualmente. Descrita pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma profissão de alto risco, a pedagogia é considerada a segunda categoria profissional, em âmbito mundial, a portar doenças ocupacionais. (TRIDADE, MORCEF E OLIVEIRA, 2018 p. 43).

Para Trindade, Morcerf e Oliveira (2018) a categoria docente está entre as mais expostas a ambientes de conflito, ansiedade, estresse, alta exigência de trabalho, exigências do mundo competitivo e globalizado, em que se é cobrado à produtividade e necessidade de adaptação aos valores sociais que se renovam constantemente. Em que a maioria as escolas brasileiras não oferecem condições suficientes comparadas com as exigências que são feitas.

Segundo Battisti e Bavaresco (2018), uma das causas para tristeza, ansiedade, insatisfação ou exaustão está relacionada com a possibilidade incerta do alcance do sucesso profissional. Em que o desgaste emocional pode levar ao desencadeamento de alguns transtornos.

A nova dinâmica de trabalho exige uma capacidade psíquica e uma vivência em sociedade cada dia mais complexa e desafiadora (BATTISTI; BAVARESCO, 2018).

Carlotto (2011) encontra em sua pesquisa que existe entre a idade do docente e o sentimento de distanciamento uma relação direta e entre a idade e o sentimento de realização profissional uma relação negativa. E diferença nos sintomas devido ao

sexo, em que docentes do sexo feminino apresentam maior exaustão emocional e realização profissional, enquanto os docentes do sexo masculino apresentam maior despersonalização.

Sendo assim a vigente pesquisa tem como foco ampliar os conhecimentos das pesquisadoras envolvidas, para que possam compreender os fatores que desencadearam a síndrome e como o professor vivencia isso, para que futuramente possam ter a oportunidade de contribuir um pouco mais com os estudos relacionados com esse tema, com possíveis novas pesquisas futuras

2. MÉTODO

2.1. Tipo de pesquisa

A pesquisa teve como objetivo geral compreender os fatores subjacentes que contribuem para o desenvolvimento da síndrome de burnout e para isso foi utilizado o método de pesquisa qualitativa de enfoque fenomenológico em que:

Acerca das abordagens qualitativas, Martins e Bicudo (1989) vêem o pesquisador como aquele que deve perceber a si mesmo e perceber a realidade que o cerca em termos de possibilidades, nunca só de objetividades e concretudes, a partir do que a pesquisa qualitativa, dizem, dirige-se a fenômenos, não a fatos. Fatos são eventos, ocorrências, realidades objetivas, relações entre objetos, dados empíricos já disponíveis e apreensíveis pela experiência, observáveis e mensuráveis no que se distinguem de fenômeno. (GARNICA, 1997, p. 112).

A pesquisa fenomenológica ocorre em três etapas, sendo elas: 1- A descrição fenomenológica é a etapa em que se descreve ingenuamente o significado da experiência vivida pelos sujeitos pesquisados. Na qual ocorre à fase estimuladora, o pesquisador faz uma pergunta disparo para que o participante comece a falar sobre o assunto desejado da pesquisa; a fase reflexiva onde o participante reflete suas experiências vividas, de acordo com o que o pesquisador faz perguntas sobre o que acabou de descrever. 2- etapa da redução fenomenológica o pesquisador analisa os elementos de caráter invariante e variante dentro dos elementos significativos revelados pelo participante de suas experiências. 3- etapa da interpretação fenomenológica em que ocorre a avaliação do pesquisador sobre quais significados são subjacentes à conduta estudada. Tendo como base o contraste da literatura.

2.2. Participante

A escolha do participante foi feita através de uma amostra intencional, com base nos critérios de escolhas definidos pelas pesquisadoras que foram: ser do sexo feminino, idade acima de 18 anos e ter sido diagnosticada com síndrome de burnout. A participante escolhida por meio da técnica de bola de neve que com base em Baldin e Munhoz (2011) é conhecida também como *Snowball*, e nada mais é do que a escolha do participante ou dos participantes por meio de indicações, ou seja a participante é conhecida de um parente de uma das pesquisadoras, é do sexo feminino, 58 anos, casada, formada em agronomia, foi diagnóstica com a síndrome de burnout quando trabalhava como docente do ensino médio da rede de ensino privado e atualmente trabalha com marketing. Todos os nomes utilizados na entrevista são fictícios.

2.3. Ambiente, Materiais e Instrumentos

O instrumento utilizado foi entrevista fenomenológica que utiliza de uma pergunta disparo, “o que na sua concepção fez com que procurasse o profissional que te deu o diagnóstico”, para estimular a fala da participante sobre o tema desejado, dois aparelhos celulares para ligação e gravação, o ambiente foi uma sala fechada e com privacidade e um computador para as transcrições.

2.4. Procedimento

As pesquisadoras pediram uma lista dos professores diagnosticados com síndrome de burnout ao secretário da educação de Rio Verde, Goiás, em que não foi possível identificar nenhum participante. Sendo assim o critério de escola pública foi alterado para escola particular em que por meio da técnica de bola de neve foi feita a escolha e o convite para participação da pesquisa. Depois que o convite foi feito e aceito, seguindo as Resoluções do Conselho Nacional de Saúde 510 e 466, o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) foi lido e assinado pelo participante.

Depois da assinatura do TCLE, foram feitas três entrevistas, as quais tiveram uma duração de aproximadamente 30 minutos cada, sendo uma presencial e as outras duas online, pois a participante estava fora do município de Rio Verde, Goiás. Cada entrevista foi gravada e posteriormente transcrita pelas pesquisadoras. Durante as entrevistas foi feita a escrita da previa do relato de pesquisa e após isso houve a análise dos dados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi feita a análise dos resultados a partir das etapas fenomenológicas: descrição, redução e interpretação e com isso foi encontradas as seguintes unidades temáticas de sentido.

3.1. Fase descritiva:

TABELA 1- unidades temáticas de sentido

Experiência Estudada	Unidades Temáticas de Sentidos
Síndrome de burnout em professor	<ul style="list-style-type: none"> • Impaciência • Indignação • Sentimento de sobrecarga • Sentimento de desvalorização • Fragilização • Percepção de mudança de comportamento e humor • Sentimento de culpa • Frustração • Relação de afeto professor-aluno • Problemas pessoais • Aversão ao trabalho • Irritabilidade • Dificuldade de aceitar uma doença psíquica • Sintomas físicos e psíquicos • Sentimento de despersonalização
Total	15

Foi possível a identificação de 15 unidades temáticas de sentido.

3.2. Fase redutiva:

TABELA 2 – Componentes variantes e invariantes das unidades temáticas de sentido originadas a partir das falas do participante.

Experiência estudada	Unidades Temáticas de sentido	
Síndrome de burnout em professor	Variantes	I n v a r i a n t e s
	<ul style="list-style-type: none"> • Impaciência • Indignação • Sentimento de sobrecarga • Fragilidade • Percepção de mudança de comportamento e humor • Sentimento de desvalorização 	• dificulda de de aceitar uma doença

	<ul style="list-style-type: none"> • Sentimento de culpa • Frustração • Relação de afeto professor-aluno • Problemas pessoais simultâneos com os do trabalho • Aversão ao trabalho • Irritabilidade • Sentimento de despersonalização 	psíquica • sintomas físicos e psíquicos
Total	13	2

As unidades temáticas de sentido foram classificadas sendo 13 variantes e duas invariantes.

3.3. Fase interpretativa:

Unidades Temáticas de Sentido

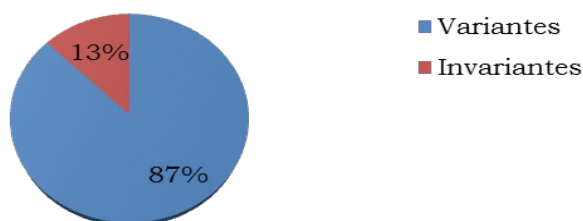


FIGURA 1- Distribuição das unidades temáticas de sentidas em seus âmbitos invariantes e variantes.

É possível identificar a diferença significativa entre as porcentagens das unidades variantes, 87%, e as invariantes, 13% em que toda vez que foi estimulada a participante só comentou apenas as unidades invariantes nas três entrevistas em que as outras unidades estão presentes em apenas uma ou em duas.

3.4. Análise e Discussão dos resultados

Os significados das unidades temáticas de sentido de natureza invariante são de grande importância para a pesquisa já que são a descrição do mundo fenomenológico da participante, e fazendo a análise dessas unidades adquirisse o conhecimento fenomenológico, sendo assim a seguir estão descritas as unidades de temáticas de sentido invariante da pesquisa.

3.4.1. Unidade temática de sentido: dificuldade de aceitação da doença psíquica

Descrição fenomenológica

“dai eu fui piorando entendeu? Até procurar um clínico geral.” (E1).

“antes de eu ir no psiquiatra eu fui no clínico geral”. (E2)

“eu procurei um clínico geral que era um médico da minha confiança que eu sempre ia nele pra fazer exames gerais” (E3).

Redução fenomenológica

Com o decorrer do tempo a participante percebeu que algo não estava dentro da normalidade e foi a procura de um médico que pudesse identificar alguma doença do âmbito físico antes de procurar um profissional que diagnosticasse uma doença psíquica

Interpretação fenomenológica

Segundo Moura (1997), citado em Sievers e Muller (indefinido), a negação de que algo de errado está acontecendo está relacionada com o fato que a síndrome ser de âmbito subjetivo. Em que quando procurasse à causa a primeira opção é ir à busca de um diagnóstico de uma doença física e não mental.

3.4.2. Unidade temática de sentido: sintomas físicos e psíquicos

Descrição fenomenológica

“no meu caso muita irritabilidade...Algumas coisas parece que ficam mais aguçadas tipo dor nas costas” (E1).

“eu tinha dores nas costas, é tipo se fica debilitado o corpo todo, mente ruim, corpo ruim sabe?” (E2).

“tava com dor de cabeça, me sentindo ruim” (E3).

Redução fenomenológica

A participante relatou durante as entrevistas mudanças de humor e debilitação físicas e mentais.

Interpretação fenomenológica

De acordo com Machado, Boechat e Santos (2015), a síndrome de burnout está diretamente ligada com a exaustão e o indivíduo adoece desenvolvendo sintomas físicos e psicológicos.

5. CONCLUSÃO

O estudo atingiu parte de seu objetivo de compreender os fatores subjacentes que contribuíram para o desenvolvimento da síndrome de burnout devido ao fato do mesmo ter tido a limitação de que a participante foi diagnosticada em um passado não recente tendo a dificuldade de recordar todos os detalhes.

Entretanto no decorrer das entrevistas aparecem alguns fatores que foram encontrados no estudo bibliográfico como a relação criada no ambiente de trabalho e as frustrações advindas da sobrecarga, condições de trabalho precárias do âmbito subjetivo, em que se é exigido muito e disponibilizado pouco e desvalorização docente.

Fazendo uma relação com o estudo feito e os relatos da participante identifica-se que a maioria dos docentes não procura ajuda pela dificuldade de entender uma doença psíquica e no caso da participante procurou, mas de primeira instancia foi a de um clínico geral a procura de algo concreto (físico). E como a saúde mental afeta a saúde física.

Concluindo que é necessário o continuo estudo sobre o assunto para maior conhecimento, conscientização e desenvolvimento de maneiras de intervenção para diminuição dos fatores ocupacionais que contribuem para o desenvolvimento da síndrome, sendo sempre considerado o subjetivo do docente e suas condições de trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BALDIN, N.; MUNHOZ, E. M. B. Snowball (bola de neve): uma técnica metodológica para pesquisa em educação ambiental comunitária. **X Congresso Nacional de Educação- EDUCERE, pontificia universidade católica do Paraná- Curitiba**, 7 a 10 de novembro de 2011, 329-341.
- BATTISTI, R. B.; BAVARESCO, A. M. O estresse e a síndrome de burnout: um reflexo na saúde do trabalhador. **Anuário Pesquisa e extensão UNOESC**, São Miguel do Oeste, indefinido- indefinido, 2018.
- CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout: diferenças segundo níveis de ensino. **Psico**, **41** (4), 495- 502. Pucrs- Porto Alegre, 2010.
- CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia: Teoria da Pesquisa**, **27** (4), 403-410 doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>, 2011.
- DIEHL, L. S.; CARLOTTO, M. S. Conhecimento de professores sobre a síndrome de burnout: processo, fatores de risco e consequências. **Psicologia em estudo, Maringá**, **19** (4), 741-752 doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-73722455415>, 2014.
- DIEHEL, L. S.; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da licenciatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, **7** (2), 64- 85. Recuperado em 20 de outubro de 2019. doi: [10.5433/2236-6407.2016v7n2p64](https://doi.org/10.5433/2236-6407.2016v7n2p64), 2016.

- GUARNICA, A. V. M. Algumas notas sobre Pesquisa Qualitativa e Fenomenologia. **Interface- Comunicação, Saúde, Educação**, **1** (1), 109- 122, 1997. Retirado de: <https://www.scielo.org/pdf/icse/1997.v1n1/109-122/pt> em 08 de outubro de 2019.
- KUENZER, A. Z. Sob a reestruturação produtiva, enfermeiros, professores e montadores de automóveis se encontram no sofrimento do trabalho. **Trabalho Educação e Saúde, Rio de Janeiro**, **2** (1), 107-119, 2004.
- MACHADO, V. R.; BOECHAT, I. T.; e SANTOS, M. F. R. dos. Síndrome de burnout: uma relação mental do educador. **Centro Universitário São José de Itaperuna (UNISJ)**, Itaperuna- RJ, 2015.
- MAZON, V.; CARLOTTO, M. S.; e CÂMARA, S. Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, **60** (1) 55-66, 2008.
- MORENO, F. N.; e *et al.* Estratégias e intervenções no enfrentamento da síndrome de burnout. **Rev. Enferm. UERJ, Rio de Janeiro**, **19** (1), 140-145, 2011.
- RODRIGUES, C. D.; CHAVES, L. B.; e CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores de educação pré-escolar. **Interação em Psicologia**, **14**(2). <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v14i2.10009>, 2010.
- SIEVERS, L. S.; MULLER, F. G. Saúde mental do trabalhador: relações entre a síndrome de burnout e o estresse. **Faculdades celler em parceria com a Psicoshop**, Florianópolis, SC, 1-18, INDEFINIDO. Retirado de: <http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/images/pos-graduacao/Especializa%C3%A7%C3%A3o%20Direcionada%20-%20LAISE%20SACANI%20SIEVERS.pdf>
- SILVA, M. E. P. da. Burnout: por que sofrem os professores?. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, **6** (1), 89-98, 2006.
- TRIDADE, M. de A.; MORCERF, C. C. P.; e OLIVEIRA, M. S. de. Saúde mental do professor: uma revisão de literatura com relato de experiência. **Conecte-se! Revista Interdisciplinar de Extensão**, **2** (4), 42- 59, 2018
- WILTENBURG, D. C. D. S.; KLEIN, R. B. **Síndrome de burnout: conhecer para prevenir-se, uma intervenção necessária**. Secretaria de Estado da Educação. São Mateus do Sul, 1-20, 2009.