



DESAFÍO Y PERSPECTIVAS ACTUALES EN EL CAMPO DE LA EDUCACIÓN

BURNOUT: A EXAUSTÃO LABORAL NOS EDUCADORES DE INFÂNCIA

António Fernando Saldanha Portelada

Professor no Agrupamento Marcelino Mesquita
Rua do Cedro, s/n – Vila Nova de Monsarros – 3780-566 – Anadia - Portugal

Cristina Maria Carvalho Figueiredo

Educadora de Infância no Centro de Apoio Social de Vila Nova de Monsarros
Campo do Mú, 3780-566 Vila Nova de Monsarros, Portugal

Fecha de recepción: 20 de enero de 2011

Fecha de admisión: 10 de marzo de 2011

RESUMO

O Burnout ou exaustão emocional a nível laboral é um fenómeno que afecta inúmeros profissionais. Os mais afectados são aqueles que no local de trabalho estabelecem relações com pessoas. Deste modo, os educadores são um dos principais grupos de risco no desenvolvimento desta problemática.

O Síndrome de Burnout é caracterizado por sentimentos de incapacidade e de frustração profissional, sendo que, a auto-estima do sujeito diminui notavelmente, bem como a eficiência a nível laboral.

No sentido de compreender um pouco mais o impacto deste fenómeno na profissão de Educação de Infância foi efectuado um estudo quantitativo, de carácter descritivo correlacional, e de natureza transversal. O instrumento de colheita de dados utilizado foi o questionário, tendo sido o mesmo aplicado via online, após a sua divulgação em fóruns e sites na Internet.

Neste estudo verificou-se que o Síndrome de Burnout é bastante comum nos profissionais de Educação de Infância, sendo que mais de um terço dos sujeitos têm consciência da vivência de Burnout no seu local de trabalho.

Palavras-chave: Exaustão Emocional, Cansaço Profissional, Sobrecarga Laboral.

ABSTRACT

Burnout or emotional exhaustion at work is a phenomenon affecting numerous professionals. The most affected are those that establish relationships with people in the workplace. This way, educators are one of the main risk groups in the development of this problem.

The burnout syndrome is characterized by feelings of helplessness and professional frustration, and the self-esteem of the subject decreases markedly, as well as labour efficiency.



BURNOUT: A EXAUSTÃO LABORAL NOS EDUCADORES DE INFÂNCIA

In order to understand the impact of this phenomenon in the profession of early childhood education was carried out a quantitative and descriptive correlation study with a transversal nature. The data collection instrument used was a questionnaire administered online, after their disclosure on Internet forums and websites.

In this study it was found that the burnout syndrome is quite common in early childhood education professionals, and more than a third of the subjects are aware of experiencing burnout in the workplace.

Keywords: Emotional Exhaustion, Occupational Fatigue, Work Overload.

INTRODUÇÃO

O termo de burnout começa a tomar forma por volta dos anos 70, com Herbert Freudenberg (1974) que o definiu como uma crise de identidade que colocava em causa a pessoa nas suas dimensões física, psíquica e relacional. Nos anos 80, Maslach e Jackson (1981) definem o burnout como uma resposta ao stress laboral crónico, que se manifesta através de um esgotamento emocional, desenvolvimento de atitudes e sentimentos negativos relativamente às pessoas com quem se trabalha e à própria profissão. Já mais recentemente Harrison (1999) considera a síndrome de burnout como um tipo de stress de carácter persistente relacionado com situações de trabalho, originado por uma constante e repetida pressão emocional relacionada com o contacto directo com pessoas por longos períodos de tempo.

Esta síndrome apresenta três dimensões, de acordo com Maslach, Schaufeli e Leiter (2001), sendo elas: a exaustão emocional, ou seja, fadiga e perda de recursos emocionais; a despersonalização, vista como a indiferença perante o trabalho; e baixa realização pessoal a nível laboral.

As profissões mais susceptíveis de sofrerem da síndrome de burnout, de acordo com Maslach e Leiter (1999), são as que se encontram relacionadas com serviços, tratamento ou educação. A profissão docente é actualmente apontada como aquela que apresenta um maior risco de sofrer da síndrome de burnout (Maslach e Jackson, 1981; Iwanicki e Schwab, 1981; Farber, 1991).

Assim com a finalidade de conhecer e de transmitir conhecimentos sobre a temática em questão, serão dados os resultados de um estudo realizado numa população de educadores de infância de Portugal. Porém, como em qualquer estudo tem que haver um planeamento antes da aplicação do mesmo, ou seja, a determinação dos objectivos. Neste estudo, estes foram:

Verificar a presença da síndrome de burnout nos educadores de infância.

Avaliar em que medida os educadores têm consciência de que poderão estar sob o efeito de burnout.

Apreciar as relações existentes entre as características sócio-demográficas e profissionais de educação de infância e o burnout.

Através desta investigação, esperamos poder contribuir para um melhor conhecimento da realidade da Exaustão Laboral no contexto profissional de Educação de Infância.

MÉTODO

O estudo realizado é quantitativo, de carácter descritivo correlacional, e de natureza transversal. A população-alvo escolhida foram os profissionais de educação de infância em funções a nível nacional. Neste estudo foi utilizado um questionário, como método de colheita de dados, constituído por duas partes.



DESAFÍO Y PERSPECTIVAS ACTUALES EN EL CAMPO DE LA EDUCACIÓN

Amostra

A amostra deste estudo é composta por 45 profissionais de Educação de Infância pertencentes tanto à rede pública como à rede privada e IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social) de Portugal. Todos os profissionais encontravam-se no momento a trabalhar em contexto de educação de infância.

Instrumentos

No presente estudo foi utilizado como método de colheita de dados um questionário composto por duas partes.

A primeira parte era constituída por 7 questões que visavam avaliar as características sócio-demográficas, e mais concretamente recolher informações das características e condições do contexto de trabalho dos sujeitos, tal como, vínculo e experiência profissional e horário semanal de trabalho. Na segunda parte, foi incluída a escala Maslach Burnout Inventory - Educators Survey (1986). Esta escala é composta por 22 itens, que permitem recolher informação acerca dos sentimentos dos sujeitos relacionados com o trabalho. A escala de resposta do instrumento é do tipo Likert em que os sujeitos identificam a frequência com que vivenciaram os sentimentos num grau de 0 (Nunca) a 6 (Todos os dias). O instrumento é composto por três dimensões, Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Pessoal. Nesta segunda parte, foram também colocadas 5 questões que visavam obter informação sobre: o conhecimento anterior do sujeito sobre a síndrome de burnout; a proporção de sujeitos que tinham consciência de se encontrar sob o efeito de burnout; a duração do mesmo efeito; e procurar saber se os sujeitos que reconheceram estar sob o efeito de burnout procuraram ajuda especializada; e se sentiram necessidade de recorrer a atestado médico.

A generalidade das questões contidas no questionário eram na sua maioria fechadas e de resposta múltipla, havendo também algumas de carácter dicotómico na qual a opção de resposta era o "sim" e o "não".

Procedimentos

O estudo iniciou-se com a escolha do instrumento a aplicar Maslach Burnout Inventory - Educators Survey (1986) e a construção de um questionário dirigido à população de educadores de infância. De seguida foi realizada a aplicação do questionário na internet com a utilização do software do Google Docs. Na fase posterior, foi solicitada a autorização para a divulgação do estudo a fóruns de educação e diversos locais da internet. Foi referido que este instrumento garantia o anonimato dos participantes e que em nada comprometia a sua segurança pessoal. Os questionários preenchidos foram recebidos via email e seguidamente processados no programa de estatística SPSS Statistics, versão 17.0.

O período de aplicação dos questionários decorreu entre 1 de Janeiro 2011 a 20 de Fevereiro de 2011, durante este período foram recolhidos 45 questionários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os sujeitos que participaram no estudo tinham idade compreendida entre os 22 e os 53 anos, com uma média de idades de 33,60 anos (DP=8,76), sendo 41 (91,1%) do sexo feminino. Quanto ao estado civil 53,3% encontravam-se casados ou em união de facto, 44,4% encontravam-se solteiros e apenas 1 (2,2%) divorciado.



BURNOUT: A EXAUSTÃO LABORAL NOS EDUCADORES DE INFÂNCIA

Tabela 1: Características Socio-demográficas dos Educadores de Infância (N=45)

		N	%
Sexo	Feminino	41	91,1
	Masculino	4	8,9
Idade em anos	22 a 30	20	44,4
	31 a 40	14	31,1
	41 a 50	10	22,2
	>50	1	2,2
Estado civil	Casado/União de facto	24	53,3
	Solteiro	20	44,4
	Divorciado	1	2,2

Quanto ao vínculo laboral, 33,3% encontravam-se no quadro da função pública, 26,7% a contrato por tempo certo e 22,2% a contrato por tempo indeterminado, 8,9% dos educadores usufruíam de um contrato a termo resolutivo incerto, e 8,9% eram trabalhadores independentes a recibos verdes.

A nível de instituição 44,4% (n=20) dos sujeitos desempenhavam funções em IPSS, 33,3% (n=15) em estabelecimentos públicos e 22,2% (n=10) em escolas privadas.

Os sujeitos em estudo tinham um horário laboral semanal compreendido entre 5 horas e 55 horas com uma média de 31,53 horas por semana (DP=12,54). O horário mais frequente foi o de 35 horas semanais com 51,1% da amostra. Quanto ao tempo de serviço os sujeitos tinham entre 1 ano a 27 anos de serviço docente, dando uma média de 8,84 anos (DP=8,19). O tempo de serviço mais frequente foi o de 2 anos com 17,8% da amostra e 3 anos com 13,3% da amostra.

Quanto ao conhecimento prévio do síndrome de burnout a maioria da amostra 77,8% (n=35) respondeu que não tinha qualquer conhecimento.

No que concerne ao facto da consciência de estar sob o efeito de burnout, 15 (33,3%) dos sujeitos consideraram sofrer do síndrome de burnout. Quando inquiridos sobre a duração do burnout, 40% dos 15 sujeitos afirmaram sofrer de burnout desde à 1 ano e 33,3% desde à 6 meses. Na amostra 26,7% dos 15 sujeitos, procuraram ajuda especializada, mas apenas 2 (13,3%) recorreram ao atestado médico.

Tabela 2: Relação entre as variáveis sócio-demográficas e profissionais e as dimensões da MBI-ED

		Idade	Estado Civil	Vínculo Laboral no Local de Trabalho	Carga Horária Semanal	Tempo de Serviço
EE	R	-,095	-,167	-,102	,256	-,058
	P	,533	,274	,506	,090	,706
RP	R	,369*	-,114	-,202	-,207	,296*
	P	,013	,455	,184	,172	,048
DE	R	-,185	-,027	,050	-,025	-,185
	P	,224	,860	,746	,868	,225

No estudo não foram encontradas diferenças significativas em relação à variável sexo, tal como no estudo de Correia, Gomes e Moreira (2010) e Batista et al. (2010). No entanto, os autores defendem que as mulheres tendem a apresentar níveis mais elevados de exaustão emocional, enquanto os homens evidenciam níveis mais elevados de despersonalização (Kinnunen, Parkatti e Rasku, 1994; Gomes et al., 2006).



DESAFÍO Y PERSPECTIVAS ACTUALES EN EL CAMPO DE LA EDUCACIÓN

Na variável idade observou-se uma correlação positiva e significativa com a dimensão realização pessoal, ou seja quanto maior for a idade maior é a realização pessoal. Este resultado vai contra os resultados do estudo de Garcia e Benevides-Pereira (2010), que afirmam que os sujeitos com maior idade apresentavam uma menor realização pessoal que os demais.

Quanto à variável estado civil não se encontrou nenhuma correlação significativa com as dimensões da escala, o que está de acordo com os resultados do estudo de Garcia e Benevides-Pereira (2010) e Batista et al. (2010).

Na dimensão realização pessoal observou-se uma correlação significativa com a variável tempo de serviço, ou seja, quanto maior é o tempo de serviço maior é a realização pessoal o que vai de encontro com a correlação anterior da variável idade. Esta mesma variável no estudo de Batista et al. (2010), relaciona-se com a dimensão da despersonalização

No que concerne à consciência de sofrer burnout verificou-se que existe uma correlação bastante significativa com a exaustão emocional, de magnitude negativa, o que significa que quanto maior é a exaustão emocional menor é a consciência de sofrer burnout. Na dimensão da realização pessoal observou-se uma correlação positiva e significativa com a consciência de sofrer burnout, ou seja, quanto maior é a realização pessoal maior é a consciência de sofrer burnout. A dimensão da despersonalização tem uma correlação de magnitude negativa e significativa com a consciência de sofrer burnout. De acordo com os resultados obtidos neste estudo, constatou-se que quanto mais elevado é o burnout, menor é a consciência do sujeito em reconhecer o seu problema.

Tabela 3: Correlação entre as dimensões da MBI-ED

		Exaustão Emocional	Realização Pessoal	Despersonalização
Exaustão Emocional	R	1	-,412**	,408**
	P		,005	,005
Realização Pessoal	R	-,412**	1	-,454**
	P	,005		,002
Despersonalização	R	,408**	-,454**	1
	P	,005	,002	

Efectuado o estudo da correlação entre as 3 dimensões da escala verificou-se que existe uma correlação estatisticamente significativa entre a realização pessoal e a exaustão a nível emocional de magnitude negativa, o que indica que as mesmas são inversamente proporcionais. Desta forma, poder-se-á dizer que quanto menor a realização pessoal, mais elevada será a exaustão emocional.

No que concerne à dimensão de exaustão emocional poder-se-á afirmar que a mesma apresenta uma correlação muito forte de magnitude positiva com a despersonalização. Este resultado indica que quanto maior a exaustão emocional maior será a despersonalização.

Os resultados obtidos anteriormente, após efectuada a correlação de Pearson entre as duas dimensões da escala vão de encontro aos do autor Carlotto e Câmara (2004), aproximando-se, inclusivamente no que diz respeito à magnitude.

A despersonalização e a realização profissional encontram-se correlacionadas, atingindo a sua magnitude o valor mais elevado, em comparação com a correlação entre as outras dimensões. A sua magnitude é negativa, o que significa que quanto maior for a despersonalização profissional, menor será a realização profissional. Os autores Carlotto e Câmara (2004) encontraram também a mesma correlação, porém a mesma apresentava um valor de magnitude inferior (0,31) ao observado neste estudo.



BURNOUT: A EXAUSTÃO LABORAL NOS EDUCADORES DE INFÂNCIA

Tabela 4: Médias, máximos, mínimos e medidas de dispersão das dimensões da MBI-ED

	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Exaustão Emocional	1,11	4,67	3,0691	,957
Realização Pessoal	2,38	5,00	3,9000	,61
Despersonalização	1,00	3,40	1,8844	,70

Verificou-se que em média os sujeitos em estudo apresentam uma exaustão emocional elevada de 3,07 (numa escala de 0-4 valores). A maior parte dos sujeitos gosta da sua actividade laboral, na medida em que a amostra apresenta um valor médio de realização profissional de 3,09 (numa escala de 0-4 valores). O valor mais baixo das dimensões da escala MIB-ED é a despersonalização com um valor médio de 1,88 (numa escala de 0-4 valores) o que significa que no geral as educadoras envolvem-se no trabalho que desenvolvem a nível escolar. No estudo efectuado por Carlotto e Câmara (2004) verificou-se que existe alguma concordância a nível de valores em relação à exaustão emocional e despersonalização. Contudo, existe alguma divergência a nível do valor médio de realização profissional, no qual o valor deste autor é de (1,60).

CONCLUSÕES

Ao longo do presente trabalho verificou-se que o burnout é uma realidade presente na profissão de educação de infância, na medida em que 1 em cada 3 profissionais assume estar a vivenciar, presentemente, burnout.

Em relação à média das dimensões, os profissionais de educação de infância apresentam uma alta exaustão emocional, o que faz com que sejam mais propensos a sofrer de burnout. Por outro lado, obteve-se uma elevada média de realização pessoal o que se apresenta como uma boa forma de combater o aparecimento da síndrome, e que demonstra que os sujeitos gostam do tipo de trabalho que desenvolvem.

Em suma, os profissionais de educação de infância apesar de apresentarem uma alta exaustão emocional, conseguem manter um baixo nível de despersonalização o que lhes possibilita desenvolver uma melhor prática com os seus alunos. A alta realização pessoal demonstra que apesar do tempo de serviço e idade os educadores ainda dão valor ao seu papel como profissionais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Batista, J. et al. (2010). Prevalência da síndrome de burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Rev Bras Epidemiol*, 13(3), 502-512.
- Carlotto, M. S. & Câmara, S. G. (2004). Análise factorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicologia em Estudo*, Maringá, 9(3), 499-505.
- Correia, T.; Gomes, A. & Moreira, S. (2010). Stresse Ocupacional em professores do ensino básico: Um estudo sobre as diferenças pessoais e profissionais. *Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, Universidade do Minho.
- Farber, B. A. (1991). *Crisis in education. Stress and burnout in the American teacher*. São Francisco: Jossey-Bass Inc.
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.



DESAFÍO Y PERSPECTIVAS ACTUALES EN EL CAMPO DE LA EDUCACIÓN

- García, L. & Benevides-Pereira, A. (2003). Investigando o burnout em professores universitários. *Revista Eletrônica InterAção Psy*, Agosto, 1(1), 76-89.
- Gomes, A.R., et al. (2006). Problemas e desafios no exercício da actividade docente: Um estudo sobre o stresse, burnout, saúde física e satisfação profissional em professores do 3º ciclo e ensino secundário. *Revista Portuguesa de Educação*, 19, 67-93.
- Harrison, B. J. (1999). Are You Burn Out? *Fund Raising Management*, 30(3), 25-28.
- Iwanicki, E. F. & Schwab, R. L. (1981). A Cross Validation Study of the Maslach Burnout Inventory. *Educational and Psychological Measurement*, 41, 1167-1174.
- Kinnunen, U.; Parkatti, T. & Rasku, A. (1994). Occupational well-being among aging teachers in Finland. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 38, 315-332.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. (1986, 2ªed.) Palo Alto California. Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C. & Leiter, M. P. (1999). Take this Job and... love it. *Psychology Today*, 32, 50-57.
- Maslach, C.; Schaufeli, W. B. & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review Psychology*, 52, 397-422.



International Journal of Developmental and Educational Psychology
Desafíos y perspectivas actuales de la psicología en el campo de la educación

INFAD, año XXIII
Número 1 (2011 Volumen 3)

© INFAD y sus autores
ISSN 0214-9877