

UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL DE SANTA CATARINA-UNESC  
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE  
MENTAL

**FERNANDA LAPOLLI**

**SINTOMAS DE ANSIEDADE EM PROFESSORES DO ENSINO  
MÉDIO**

**CRICIÚMA, DEZEMBRO DE 2010**

**FERNANDA LAPOLLI**

**SINTOMAS DE ANSIEDADE EM PROFESSORES DO ENSINO  
MÉDIO**

Monografia apresentada à Diretoria de Pós-graduação da Universidade do Extremo Sul de Santa Catarina-UNESC para obtenção do título de especialista em Saúde Mental

Orientadora: Prof Msc. Regina Teixeira

**CRICIÚMA, DEZEMBRO DE 2010**

## **AGRADECIMENTOS**

A minha família que sempre está presente nos momentos que necessito e em especial minha orientadora Regina Teixeira que prestou com toda dedicação a orientação necessária para a conclusão deste trabalho.

## RESUMO

Atualmente, exige-se do professor, tarefas e habilidades que vão além do âmbito escolar e de suas capacidades e conhecimentos pedagógicos. Este tipo de situação permite que os professores apresentem problemas relacionados com sua saúde psíquica, como depressão, estresse, ansiedade, síndrome do pânico entre outras. Este trabalho foi realizado com nove professores do ensino médio, da escola Básica Barão do Rio Branco, na cidade de Urussanga/SC, com o objetivo de verificar se eles apresentam sintomas de ansiedade. A pesquisa do tipo qualitativa, exploratória, representa 100% da população dessa unidade de ensino. Inicialmente foi elaborado um questionário baseado nos sintomas descritos no DSM IV (Manual Estatístico e Diagnóstico de Transtornos Mentais), com perguntas relacionadas à rotina de trabalho e qualidade de vida dos professores. Verificou-se que em quase todas as respostas, houve a presença de um nível de ansiedade. A sobrecarga de trabalho, preocupação com tarefas rotineiras, distúrbios do sono, medo de sofrer algum tipo de violência, foram as principais queixas apresentadas pelos professores.

**Palavras chave:** Professores. Ensino Médio. Ansiedade.

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

DSM IV- Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 4º Ed.

CID 10- Classificação Internacional de Doenças, 10º Ed.

LDB- Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>08</b>
<b>1.1 Problema.....</b>	<b>09</b>
<b>1.2 Objetivos.....</b>	<b>09</b>
<b>1.2.1 Geral.....</b>	<b>09</b>
<b>1.2.2 Específicos.....</b>	<b>10</b>
<b>1.3 Justificativa.....</b>	<b>10</b>
<b>2 MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>12</b>
<b>2.1 Ansiedade e Sintomas.....</b>	<b>12</b>
<b>2.2 O Trabalho do Professor.....</b>	<b>14</b>
<b>2.3 Ensino Médio: Histórico e Características Atuais.....</b>	<b>17</b>
<b>2.4 A Relação Trabalho e Saúde.....</b>	<b>19</b>
<b>3 MÉTODO.....</b>	<b>22</b>
<b>3.1 Caracterização da Pesquisa.....</b>	<b>22</b>
<b>3.2 Universo da Pesquisa.....</b>	<b>22</b>
<b>3.3 Procedimento para Coleta de Dados.....</b>	<b>22</b>
<b>3.4 Procedimento para Análise de Dados.....</b>	<b>23</b>
<b>3.5 Aspectos Éticos.....</b>	<b>23</b>
<b>3.6 Apresentação e Análise dos Dados.....</b>	<b>24</b>
<b>3.6.1 Identificação da Amostra.....</b>	<b>24</b>
<b>3.6.2 Apresentação dos Dados Referentes aos Sintomas.....</b>	<b>25</b>
<b>3.6.3 Apresentação dos Dados Desencadeadores dos Sintomas.....</b>	<b>27</b>
<b>4 CONCLUSÃO.....</b>	<b>30</b>
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>31</b>

<b>APÊNDICE A - Questionário aplicado aos professores da Escola Básica Barão do Rio Branco.....</b>	<b>33</b>
---	-----------

## 1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma sensação derivada de momentos de preocupação, tensão e apreensão, sentida como antecipação a problemas. Quase todos nós nos sentimos ansiosos e tensos em face de situações ameaçadoras ou estressantes, o que é absolutamente natural, pois preocupar-se e ficar ansioso é importante para a boa adaptação individual e social.

Quando esta sensação é experimentada em momentos estressantes, em que as pessoas se vêem frente a situações difíceis e decisões importantes, é considerada normal. Mas a ansiedade passa a ser considerada um transtorno quando o indivíduo a experimentada de maneira exagerada, relacionada a preocupações excessivas e não realistas com situações que a maioria das outras pessoas enfrentaria com pouca dificuldade. Este transtorno costuma ser duradouro e crônico, ou seja, o paciente sofre com o estado de ansiedade elevado durante anos, com pequenos períodos de melhora.

Para França (2007, p. 28):

Toda pessoa é um complexo biopsicossocial, isto é, potencialidades biológicas, psicológicas e sociais que respondem simultaneamente às condições de vida. Essas respostas apresentam variadas combinações e intensidades nesses três níveis e podem ser mais visíveis em um deles, embora eles sejam sempre interdependentes.

O trabalho humano pode ser uma fonte de realização, satisfação e prazer, estruturando e conformando o processo de identidade dos sujeitos, mas também pode torna-se prejudicial à saúde, e causar patologias. O ambiente escolar é um dos espaços de atuação profissional e na atualidade, o papel do professor extrapolou a mediação do processo de conhecimento do aluno, o que era comumente esperado. Ampliou-se a missão do profissional para além da sala de aula, a fim de garantir uma articulação entre a escola e a comunidade. O professor, além de ensinar, deve participar da gestão e do planejamento escolar, o que significa uma dedicação mais ampla, a qual se estende às famílias e à comunidade.

Os professores são compelidos a buscar, então, por seus próprios meios, formas de requalificação que se traduzem em aumento não reconhecido e não remunerado da jornada de trabalho. Martins (2007, p.05), afirma que:



[...] Educar exige um posicionamento político e pedagógico, pressupõe a ação intencional do educador a todo o momento, implica permanentes tomadas de decisões. A intencionalidade, por sua vez, é um pressuposto de consciência, esta, núcleo da personalidade. Assim sendo, pode-se deduzir que não existe ação educativa que não seja permeada pela personalidade do educador. É pelo reconhecimento de sua importância que se faz necessário uma sólida compreensão do que ela é.

As condições de trabalho, as quais os docentes movimentam as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar podem gerar um sobrecarga de suas funções, o que pode desencadear sintomas clínicos que interferem no desempenho pessoal, social, profissional o que conseqüentemente afeta também o desempenho em sala de aula e a própria motivação para o trabalho. Daí a necessidade de verificar se o ambiente de trabalho é um desencadeador da ansiedade.

### **1.1 PROBLEMA:**

Os professores do 1º ao 3º ano do ensino médio da Escola de Educação Básica Barão do Rio Branco apresentam sintomas de ansiedade?

### **1.2 OBJETIVOS:**

#### **1.2.1 Geral**

Verificar se os professores do ensino médio apresentam sintomas de ansiedade e quais os principais motivos.

#### **1.2.2 Específicos**

- Apresentar os tipos de transtornos de ansiedade;
- Verificar quais os tipos de transtorno de ansiedade que os professores apresentam;
- Averiguar os elementos desencadeadores de ansiedade.

### 1.3 JUSTIFICATIVA

As mudanças ocorridas no mundo contemporâneo acontecem cada vez mais depressa, fazendo com que tenhamos que nos adaptar a elas, não nos permitindo, muitas vezes, o tempo necessário para “digerir” estas informações. Esta rotina atribulada gera grandes doses de ansiedades e conflitos em nossas relações interpessoais, que por sua vez, afeta diretamente na nossa qualidade de vida.

Estudos epidemiológicos mostram que pacientes com transtorno de ansiedade apresentam declínio do desenvolvimento em áreas profissionais, sociais, no relacionamento familiar e conjugal, com maior risco de dependência emocional, operacional e econômica [...]. (HETEM, 2004, p. 350).

Os problemas enfrentados no cotidiano escolar é um reflexo do mundo atual. Os índices de afastamento do trabalho por problemas de saúde são altos na profissão do professor. Galvão (2008), em seu estudo sobre Violência nas Escolas e Ansiedade do Professor, aponta que professores que trabalham em escolas violentas, apresentam sofrimento psíquico, e como principal sintoma uma ansiedade crônica, que constantemente os leva a procurar atendimento médico e afastar-se por meio de atestados. Outro estudo sobre Violência Psicológica na Relação Professor-Aluno, Koehler (2006), verificou nas escolas pesquisadas, a violência psicológica acontece em 94% com professores da rede pública e até 96% na rede particular.

Analisar se os professores apresentam ansiedade e os problemas que ela causa, pode contribuir para a prevenção dos transtornos que elas ocasionam,

melhorando assim, a qualidade de vida e do trabalho do professor e conseqüentemente o ambiente escolar e os que nele, estão inseridos.

## 2 MARCO TEÓRICO

### 2.1 Ansiedade e Sintomas

Todas as pessoas podem sentir ansiedade, principalmente com a vida atribulada que temos. A ansiedade acaba tornando-se constante na vida de muitas pessoas e dependendo do grau ou da frequência, pode se tornar patológica e acarretar muitos problemas como o transtorno de ansiedade, mas nem sempre é patológica. De acordo com May (1980) a ansiedade é um termo que se refere a uma reação de impotência, conflito existente entre a pessoa e o ambiente ameaçador, e os processos neurofisiológicos existentes desta relação.

Ter ansiedade ou sofrer desse mal faz com que a pessoa perca uma boa parte da sua autoestima, ou seja, ela deixa de fazer certas coisas porque se julga incapaz de realizá-las. Dessa forma, o termo ansiedade está de certa forma, ligado à palavra medo, sendo assim, a pessoa passa a ter medo de errar quando da realização de diferentes tarefas, sem mesmo chegar a tentar.

A ansiedade constitui a experiência subjetiva do organismo numa condição catastrófica, que surge na medida em que o indivíduo, diante de uma situação, não pode fazer face às exigências ou aos valores que considera essenciais. (MAY, 1980, p. 46).

A ansiedade em níveis muito altos, ou quando apresentada com a timidez ou depressão, impede que a pessoa desenvolva seu potencial intelectual. O aprendizado é bloqueado e isso interfere não só no aprendizado da educação tradicional, mas na inteligência social. O indivíduo fica sem saber como se portar em ocasiões sociais ou no trabalho, o que pode levar a estagnação na carreira. As pessoas ansiosas têm um vasto número de sintomas e somatizações, ou seja, os doentes convertem a ansiedade em problemas físicos, incluindo dores de cabeça, distúrbios intestinais e tensão muscular.

A ansiedade pode ser oculta sob impressões de desconforto físico, como taquicardia e fadiga; pode estar disfarçada por detrás de diversos medos que pareçam irracionais ou injustificados; pode ser a força latente de distrações. Muitas vezes, verificamos que ela é a causa da impossibilidade

de se realizar ou apreciar determinadas coisas, e descobriremos que ela é sempre o elemento fomentador das inibições. (HORNEY, 1983, p. 43).

Conforme o CID-10 há uma variedade grande dos sintomas dominantes, estando entre as queixas mais comuns e contínuas, temos as palpitações, tremores, sudorese, nervosismo, desconforto epigástrico, tensão muscular, sensação de cabeça leve, e tonturas.

O DSM IV (2008 p.419) descreve os sintomas de ansiedade como:

Inquietação ou sensação de estar com os nervos à flor da pele, fadigabilidade, dificuldade em concentrar-se ou sensação de “branco” na mente, irritabilidade, tensão muscular, perturbação do sono, como, dificuldade em conciliar ou manter o sono, ou sono insatisfatório e inquieto.

O DSM IV, ainda afirma que três ou mais destes sintomas, seguido por um período que persiste por mais de seis meses, seguido de outros eventos, pode ser diagnosticado como Transtorno de Ansiedade Generalizada.

São classificados como Transtorno de Ansiedade:

Ataque de Pânico: é representado por um período distinto no qual há um início súbito de intensa apreensão, medo ou terror, frequentemente associados com sentimentos de catástrofe eminente. Durante esses ataques, estão presentes sintomas tais como falta de ar, palpitação, dor ou desconforto torácico, sensação de sufocamento e medo de enlouquecer ou perder o controle.

Agorafobia: é a ansiedade ou esquiva a locais ou situações das quais poderia ser difícil escapar ou as quais o auxílio poderia não estar disponível, no caso de ter um ataque de pânico ou sintomas de pânico.

Transtorno do pânico sem agorafobia: é caracterizado por ataque de pânico inesperado e recorrente, acerca dos quais o indivíduo se sente persistentemente preocupado, caracteriza-se por ataques de pânico recorrentes e inesperados e agorafobia.

Agorafobia sem histórico de transtorno do pânico: caracteriza-se pela presença de agorafobia e sintomas tipo pânico sem um histórico de ataques de pânico inesperados.

Fobia Específica: caracteriza-se por ansiedade clinicamente significativa provocada pela exposição a um objeto ou situação específica e temida, frequentemente levando ao comportamento de esquiva.

Fobia Social: caracteriza-se por ansiedade clinicamente significativa provocada pela exposição a certos tipos de situações sociais ou de desempenho, frequentemente levando ao comportamento de esquiva.

Transtorno Obsessivo Compulsivo: caracteriza-se por obsessões, que causam acentuada ansiedade ou sofrimento, ou compulsões que servem para neutralizar a ansiedade.

Transtorno do Estresse Pós Traumático: caracteriza-se pela revivência de um evento extremamente traumático, acompanhada por sintomas de excitação aumentada e a esquiva de estímulos associados com o trauma.

Transtorno de Estresse Agudo: caracteriza-se por sintomas singulares àqueles do transtorno de estresse pós-traumático, ocorrendo logo após um evento extremamente traumático.

Transtorno de Ansiedade Generalizada: caracteriza-se por pelo menos seis meses de ansiedade e preocupação excessivas e persistentes.

Transtorno de Ansiedade devido a uma condição médica geral: caracteriza-se por sintomas proeminentes de ansiedade considerados como sendo a consequência fisiológica direta de uma condição médica geral.

Transtorno de Ansiedade Induzido por Substância: caracteriza-se por sintomas proeminentes da ansiedade considerados como sendo a consequência fisiológica direta de uma condição médica geral.

Como foi relatado anteriormente, os sintomas e Transtornos de Ansiedade causam grandes prejuízos na vida de quem sofre deste problema.

Portanto, o trabalho, como uma fonte de subsistência e posição social, pode tornar-se fonte de tensão e sobrecarga. Os riscos e a insegurança que os professores enfrentam em suas atividades diárias deixam-nos expostos ao desgaste psíquico-afetivo, podendo tornar-se um desencadeador de ansiedade.

## **2.2 O Trabalho do Professor**

O trabalho é uma atividade vital para o homem, é através dele que nos relacionamos com os outros, criando condições necessárias de produção e reprodução.

Através do trabalho o homem, na relação ao objeto, entra em contato com o mundo real, concreto, descobre-se igual a outros homens, identificando-se enquanto ser humano. Ao mesmo tempo, dotado de sua subjetividade, ele vai diferenciar de outros seres humanos e construir a sua subjetividade, [...] Suas vivências, experiências, frustrações, afetos e desafetos; tudo isto é levado pelo trabalhador para a relação de trabalho. (CODO, 1999, p. 52).

Nas condições históricas da produção capitalista, o trabalho é expropriado de sua máxima expressão humanizadora, pois ele estabelece uma cisão entre o trabalhador e o produto conseqüentemente, entre o trabalhado, e o gênero humano e si mesmo.

Segundo França (2007, p.22):

Existe uma nova realidade social: aumento da expectativa de vida, maior tempo de vida trabalhando em atividades produtivas, maior consciência do direito à saúde, apelos a novos hábitos e estilos comportamentais, responsabilidade social e consolidação do compromisso de desenvolvimento sustentável. A maioria dessas exigências é de natureza psicossocial. [...] A sociedade tem avançado em vários aspectos, sendo indispensável que a escola acompanhe essa evolução, que ela esteja conectada a estas transformações, favorecendo o acesso ao conhecimento. As transformações histórico-sociais exigem da escola novas posturas ações que resultem na formação de sujeitos aptos a atuarem nesta sociedade.

O cotidiano de uma escola é a soma do trabalho dos professores e de muitos outros profissionais.

Além da escola ser uma organização de trabalho prestadora de serviços, da mesma forma que os serviços de saúde, comércio, dentre outros, é uma instituição social com o objetivo de promover o desenvolvimento das potencialidades físicas, cognitivas, e afetivas dos alunos, por meio da aprendizagem dos conteúdos, bem como o funcionamento cognitivo dos sujeitos, que é parte essencial da atividade principal da própria instituição, pois contribui para a construção da nossa personalidade. (BECKER, 1993, p. 36).

A escola supõe promover, desenvolver, avaliar, julgar, o desempenho intelectual dos alunos. Emergem aí, claramente, diferenças entre indivíduos e entre grupos: além das diferenças individuais presentes em qualquer situação social, há as diferenças culturais, particularmente relevantes numa sociedade complexa plural, onde a distância entre as classes sociais é tão marcante e onde há enorme diversidade de grupos culturais, afirma Aquilino (1997).

O professor não consegue ensinar se não tiver um vínculo afetivo com o aluno.

O trabalho educativo pressupõe o homem diante de outro homem. A capacidade de empatia não é apenas permitida, ela se faz imprescindível para o processo de ensino-aprendizagem ocorra com maior qualidade. (CODO, 1999, p. 48)

De acordo com Martins (2007, p. 9):

As características pessoais as vivências profissionais, as histórias de vida, a construção da identidade com maior frequência tornam-se objetos da investigação educacional, que aponta a impropriedade de se educar o ensino sem levar em conta a subjetividade do professor.

A formação do professor é um processo tão abrangente que nunca está concluída. Em meio à competitividade do mercado de trabalho, que exige um currículo mais vasto e uma formação mais sólida, os professores muitas vezes pela necessidade do emprego, ou de manter-se atualizados, colecionam especializações e cursos. A necessidade de se aperfeiçoar é cada vez mais emergente. Em meio a tantas mudanças que assolam o mundo, quem trabalha com o conhecimento precisa estar atento no que está acontecendo em sua volta.

A inconclusão que se reconhece a si mesma, implica necessariamente a inserção do sujeito inacabado num permanente processo social de busca. Histórico-sócio-culturais, mulheres e homens nos tornamos seres em quem a curiosidade, ultrapassando os limites que lhe são peculiares no domínio vital, se torna fundante da produção do conhecimento. Mais ainda, a curiosidade é já conhecimento. (FREIRE, 1996, p. 61).

Compreende-se que o reconhecimento da profissão de professor necessita que ocorra primeiramente entre os próprios envolvidos. É preciso um auto-reconhecimento, um espírito de ética, compromisso e liberdade, fundamentado em uma formação que lhe dê sustentação e autonomia. Não podemos considerar que ser professor de uma determinada turma implica numa relação mais ansiosa ou menos, pois cada um tem sua especificidade, mas a mídia tem apresentado mais dificuldades nas relações entre professores e estudantes do ensino médio, do que com os estudantes de outros ciclos.



### 2.3 Ensino Médio: Histórico e Características Atuais

A história da educação no Brasil atravessou por vários períodos de transição até chegar atualmente. Ribeiro (2005, p.14) caracteriza a educação como:

A educação escolar brasileira [...] desde sua origem teve uma vinculação com a sociedade brasileira, uma vinculação com o sistema econômico, político e social capitalista mundial. Este vínculo determina a base de classe da sociedade brasileira enquanto sociedade constituída a base de uma contradição interna de classes, apresenta-se como uma sociedade dependente e não hegemônica, não tendo até hoje superado a dominação externa.

A autora antes citada divide a história da educação em períodos, cada período representa parte da história do Brasil e as influências que ocorrem no meio escolar. Na atualidade a educação básica, tem por finalidade, desenvolver o educando, assegurando-lhe a formação indispensável para o exercício da cidadania e fornecendo-lhe meios para progredir no trabalho e em estudos posteriores.

A história da educação hoje, não é mais apenas legislação e administração. Ela é a história de instituições, de leitura, de professores, de disciplina, de didática, de métodos, de políticas, da relação professor aluno, da cultura escolar, consiste, portanto em uma variedade. (CASTANHA, 2010, p. 21).

O ensino médio é um nível ou subsistema de ensino em que cada país tem sua característica. No Brasil, até 1967 era dividido em três cursos, o curso científico, o curso normal e o curso clássico. Posteriormente, passou a chamar-se curso "colegial". Os três primeiros anos eram iguais para todos e posteriormente quem quisesse fazer o antigo Normal e o Clássico, tinha de fazer mais um ano. Desde 1996, no Brasil, corresponde ao ensino médio (antigamente chamado de segundo grau) a etapa do sistema de ensino equivalente à última fase da educação básica, cuja finalidade é o aprofundamento dos conhecimentos adquiridos no ensino fundamental, bem como a formação do cidadão para a vida social e para o mercado de trabalho, oferecendo o conhecimento básico necessário para o estudante ingressar no ensino superior.

Mais do que nunca, o Ensino Médio no início do novo século deverá superar a concepção conteudista, para promover mediações significativas entre os jovens e o conhecimento científico, articulando saberes tácitos, experiências e atitudes. Essas mudanças é imperativo de sobrevivência em um mundo imerso em profunda crise econômica, política e ideológica, onde a falta de utopia tem levado os jovens ao individualismo, ao hedonismo e à violência, em face da perda de significado da vida individual e coletiva. (KUENZER, 2000, p.42).

A Lei n.º 9394, de 20 de dezembro de 1996, denominada Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), estabelece sua regulamentação específica e uma composição curricular mínima obrigatória. A formação do Ensino Médio pode ser realizado em paralelo com a educação profissional de nível técnico. Historicamente, no Brasil, chamou-se de ensino secundário o que hoje corresponde a segunda metade do ensino fundamental (a partir do sexto ano, 11 anos) e ensino médio. A LDB deixa cada sistema livre a constituir os conteúdos do ensino médio. De acordo com Kuenzer (2000, p.71)

Se a finalidade do ensino fundamental é desenvolver o domínio das diferentes linguagens e demais conhecimentos básicos de caráter elementar necessários a vida individual e social, é preciso considerar que o Ensino Médio cabe desenvolver o autonomia de trabalho intelectual e de escolhas éticas, através de conteúdos e atividades que privilegiem menos a memorização de conceitos do que a capacidade de localizar informações a partir de uma necessidade ou problema, compreendê-las, organizá-las e articulá-las de modo a produzir respostas.

Tradicionalmente, na maior parte dos sistemas de ensino, o médio é composto pelo ensino de Português junto com Literatura Brasileira e Portuguesa, de uma língua estrangeira moderna (tradicionalmente o Inglês ou o Francês e, mais recentemente, o espanhol), das ciências naturais (Física, Química e Biologia), da Matemática, das ciências humanas (História e Geografia primariamente, Sociologia, Psicologia e Filosofia secundariamente), de Artes, de Informática e de Educação física.

Para Castanha (2010, p. 94) “a educação contribui para uma adaptação do homem à realidade material e social que ele enfrenta, ela deve possibilitar a compreensão dessa mesma realidade com o fim de dominá-la e transformá-la.”

Sobre o ensino médio, Kuenzer (2000, p. 59) ainda ressalta que:

A doutrina que disciplina o ensino médio recorre à diversidade como reconhecimento das diferenças, a escola, especialmente a média, é convocada a contribuir para a aprendizagem de competências gerais, visando à constituição de pessoas mais aptas a assimilar mudanças, pessoas mais autônomas em suas escolhas, pessoas que respeitem as diferenças. Sendo o professor, o mediador deste aprendizado, é indispensável que ele esteja apto para o exercício de suas atividades, sendo, difícil que isso ocorra, sem que ele esteja bem psíquico-fisicamente.

## 2.4 A Relação Trabalho e Saúde

Para Codo (1999, p. 112):

O trabalho enquanto atividade criativa e de transformação, modifica não apenas o mundo, mas também o homem que o executa. Homem se reconhece no seu trabalho e também se transforma nesse processo. Modifica seus hábitos, seus gostos, seu jeito de se vestir, seu modo de comportar-se.

O trabalhador procura uma empresa que lhe ofereça boas condições de trabalho, salários adequados, segurança, estabilidade, possibilidade de crescimento profissional, progressão na carreira, recompensa apropriada para seu esforço e reconhecimento social, mas nem sempre consegue agregar tudo que almeja, ou pelo menos evitar as piores condições de trabalho. O trabalho nem sempre retorna para o trabalhador, dessa forma tão positiva. De acordo com França (2007, p. 40).

Os docentes enfrentam em seu dia-a-dia muitos desafios, [...] desestruturação da família, desmotivação e agressividade dos alunos, instabilidade no trabalho e acúmulo de tarefas. Estes fatores, entre outros, geram mal estar no professor; ele passa a se sentir impotente na resolução dos problemas não revistos na prática docente, sofre grande desgaste emocional.

Codo (1999, p.99) ainda afirma que:

Salários baixos; condições precárias; falta de flexibilidade na administração de recursos; pouca perspectiva de progressão na carreira; trabalho importante, exigente e sem reconhecimento no mesmo nível. Visto desta forma, em termos organizacionais, tudo o que a escola fornece ao trabalhador a coloca como uma das piores organizações para se trabalhar.

Profissionais da área do ensino são historicamente mal remunerados e bastante fiscalizados tanto pelo público, quanto pela autoridade educacional no que diz respeito á qualidade do trabalho que desenvolvem. Segundo o autor supracitado (1999, p. 95): “Tão importante como o salário e carreira são as condições de trabalho. O desgaste a que o trabalhador se submetem perante a falta de condições para a realização do trabalho pesam na balança”.

“Lecionar certas disciplinas em ambientes sem equipamentos ou recursos adequados, juntamente com a sobrecarga de trabalho, são fatores que contribuem para a ansiedade do professor.” (BECKER, 1993, p. 34).

A organização educacional nem sempre tem condições de atender às demandas que recebem. Independente das condições sob as quais trabalham o grau de responsabilidade para os trabalhadores em educação permanece o mesmo. Os professores são os depositários da confiança de crianças, jovens e adultos, independente das condições em que são realizados, guardam o peso desta importância. O trabalho do professor, muitas vezes vai além da sala de aula, Ele tem que corrigir provas, preparar a aula, preparar as provas e exercícios aplicados em sala de aula.

A observação em qualquer ambiente de trabalho leva a identificação de uma gama relativamente grande de informações relacionadas à qualidade de vida no trabalho. De acordo com França (2007, p.32): “Há inquietudes, individuais e coletivas, quanto a pressões, conciliação de expectativas entre trabalho, família e consumo, sinais de estresse, hábitos alimentares e cuidados físicos, estilo de vida, impactos tecnológicos. Tudo desperta para o bem estar no trabalho”. O autor supracitado (2007, p. 41) ainda destaca que:

As transformações no mundo do trabalho, e o avanço tecnológico, configurando a sociedade virtual e os meios de comunicação, exercem demasiada influência nas relações sociais e nas instituições de nossa sociedade, exigindo das pessoas um posicionamento e busca de um novo perfil frente aos desafios. Em decorrência disso a atividade docente vem se modificando para atender a essas transformações que exigem crucialmente a escola, suas concepções e suas formas de construção do saber.

De acordo com Becker (1993, p. 47) “há uma mudança de paradigma que aponta para um posicionamento da escola e dos professores frente à complexidade

do mundo. Segundo Esteves (1991 apud MARTINS, 2007, p 67) “o despreparo dos professores para o enfrentamento dessas mudanças tem gerado o que denomina “mal-estar docente”.

Decorrente de um conjunto de fatores que revelam a pressão das mudanças sociais ocorridas, a crise de identidade gerada pelo mal-estar docente repercute diretamente na personalidade dos professores.

Para Martins (2007, p. 67) as principais consequências são:

Sentimentos de desajustamento e insatisfação perante os problemas reais da prática de ensino; pedidos de transferência, como forma de fugir a situações conflituosas; desenvolvimento de esquemas de inibição, como forma de cortar a implicação pessoal como forma de trabalho que se realiza; desejo manifesto de abandonar a docência; absentismo laboral, como mecanismo de cortar a tensão acumulada; esgotamento como consequência da tensão acumulada; estresse; ansiedade; depreciação do eu; reações neuróticas; depressões; ansiedade, como estado permanente associado em termos de causa-efeito a diagnósticos de doença mental.

A violência também é uma das principais queixas por parte dos professores, é um fenômeno que preocupa as autoridades educacionais no mundo todo. Codo (1999, p. 96) afirma que “o problema de agressão atinge 70% do professores”. A violência ameaça o professor tanto moralmente quanto em termos de integridade física, fazendo com que apresentem grande sofrimento psíquico. Isto gera no professor uma ansiedade crônica que constantemente os leva a pedir atestado médico.

Esta ansiedade apresentada pelos professores, trás consequências ruins, tanto para os alunos, como para os próprios professores e o sistema educacional como um todo, podendo gerar falta de entusiasmo, cansaço e comprometimento com o processo de ensino-aprendizagem.

### **3 MÉTODO**

#### **3.1 Caracterização da Pesquisa**

Esta pesquisa trata-se de um estudo de cunho qualitativo, exploratório, com base em referenciais teóricos, que permite uma explicação parcial da realidade, orientando na coleta de dados e de conceitos que vão permitir atribuir um sentido à investigação.

A pesquisa qualitativa não se baseia no critério numérico para garantir sua representatividade. Uma pergunta importante neste item é “quais indivíduos sociais têm uma vinculação mais significativa para o problema a ser investigado” A amostragem boa é aquela que possibilita abranger a totalidade do problema investigado em suas múltiplas dimensões. (MINAYO, 1998, p. 42).

Para Gil (1999, p. 41) a pesquisa exploratória, tem por objetivo:

Propiciar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construção de hipóteses. Pode-se dizer que esta pesquisa tem como objetivo principal o aprimoramento de idéias ou a descoberta de instituições. Este tipo de pesquisa envolve levantamento bibliográfico, entrevistas com pessoas que estiveram experienciando práticas com o problema pesquisado e análise de exemplos que estimulam a compreensão.

#### **3.2 Universo da Pesquisa**

A amostra que será utilizada para responder os objetivos da pesquisa será formada por 09 professores, que representam 100% da população, que atua no ensino médio da Escola de Educação Básica Barão do Rio Branco, na cidade de Urussanga/SC.

#### **3.3 Procedimento Para Coleta de Dados**

Após a aprovação do projeto nº 296/2010, pelo Comitê de Ética da UNESCO, a pesquisadora fez contato com a direção da Escola, onde foram expostos os objetivos da pesquisa e solicitada a autorização para sua realização.

Posteriormente foi feita uma apresentação para os professores que fazem parte do universo da pesquisa, sobre a finalidade desta, como ela será aplicada e como proceder caso ocorra alguma dúvida. O instrumento aplicado foi o questionário semi-estruturado, com nove perguntas fechadas e três abertas. O local de aplicação dos questionários foi em uma sala reservada, com privacidade para responder as perguntas, distante de barulhos externos, com boa iluminação e com objetos e materiais adequados para a coleta dos dados.

### **3.4 Procedimento Para Análise de Dados**

Os dados foram analisados com a técnica de análise temática. De acordo com Minayo (2004), a análise temática divide-se em três fases: 1ª) Pré-análise, na qual se escolhe os documentos a serem analisados, no caso desta pesquisa os questionários semi-estruturados, e retornam-se os objetivos da pesquisa para que sejam reformulados diante do material coletado. 2ª) Exploração do material, fase onde se realiza a transformação dos dados brutos, visando alcançar a compreensão do texto. Os dados são classificados e agregados. Nesta fase, há a seleção entre os dados obtidos aqueles que caracterizam os sintomas de ansiedade encontrados pelos professores. 3ª) Interpretação e tratamento dos resultados obtidos. Nesta fase, os dados obtidos são divididos por temas referentes aos objetivos específicos desta pesquisa.

A pesquisa qualitativa foi útil para identificar conceitos e variáveis, como sentimentos, motivações e atitudes pessoais, trabalhando com um universo de significados, aprofundando-se nas ações e relações que não podem ser reduzidas à operacionalização de variáveis.

### **3.5 Aspectos Éticos**

A pesquisadora apresentou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido-TCLE, em duas vias para cada participante, que garantiu o anonimato

dos participantes, e de que não será obrigado a responder sobre questões com as quais não se sentisse a vontade e que poderia desistir a qualquer momento, sem que isso lhe causasse algum prejuízo, conforme os requisitos éticos da Resolução 196/96 e complementares do CNS e da Resolução 16/2000 do CEP. Os participantes foram informados que, em caso de dúvidas, no decorrer da pesquisa, os contatos da pesquisadora estarão disponíveis no TCLE. Caso os participantes desejassem tomar conhecimento dos resultados ao final da pesquisa, poderiam entrar em contato com a pesquisadora.

### **3.6 Apresentação e Análise dos Dados**

#### **3.6.1- Identificação da amostra**

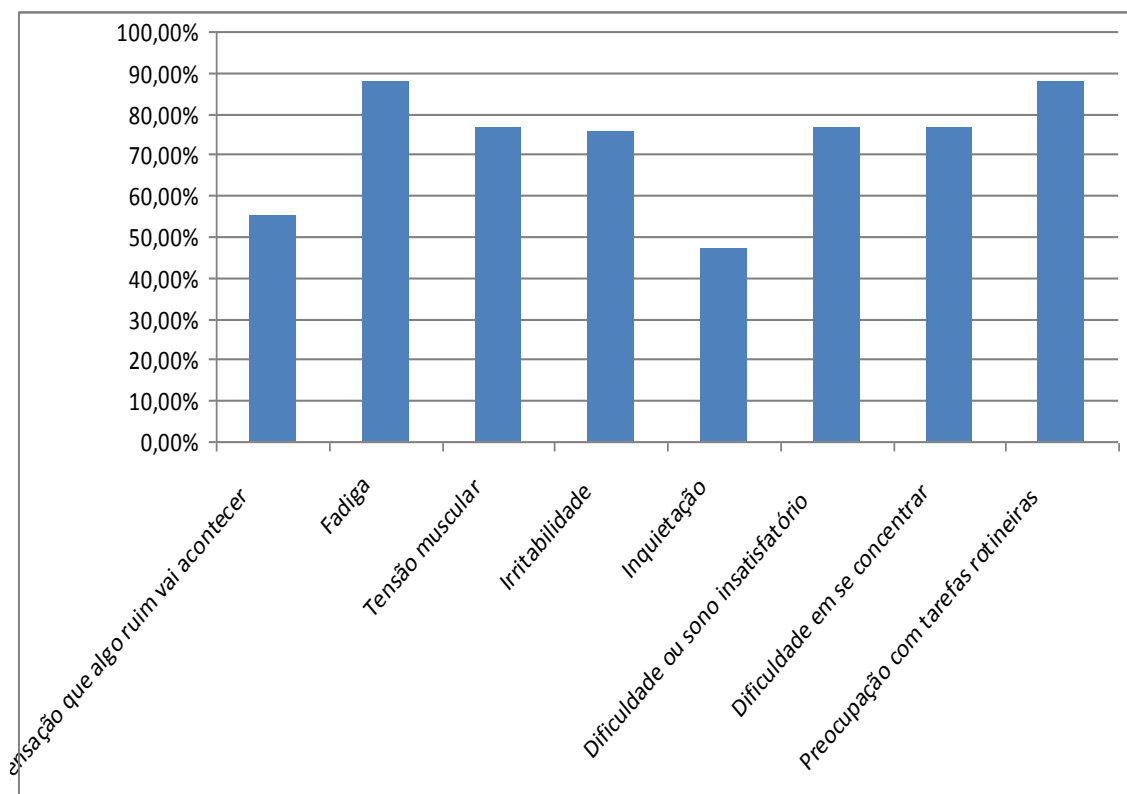
Este estudo teve como objetivo, verificar se os professores do ensino médio da Escola Básica Barão do Rio Branco, da cidade de Urussanga/SC, apresentavam sintomas de ansiedade.

Foi realizada uma pesquisa qualitativa, exploratória com nove professores, sendo três do sexo masculino e seis do sexo feminino, a faixa etária dos docentes foi de vinte e seis a quarenta anos, quanto ao estado civil, dois são solteiros e sete casados.



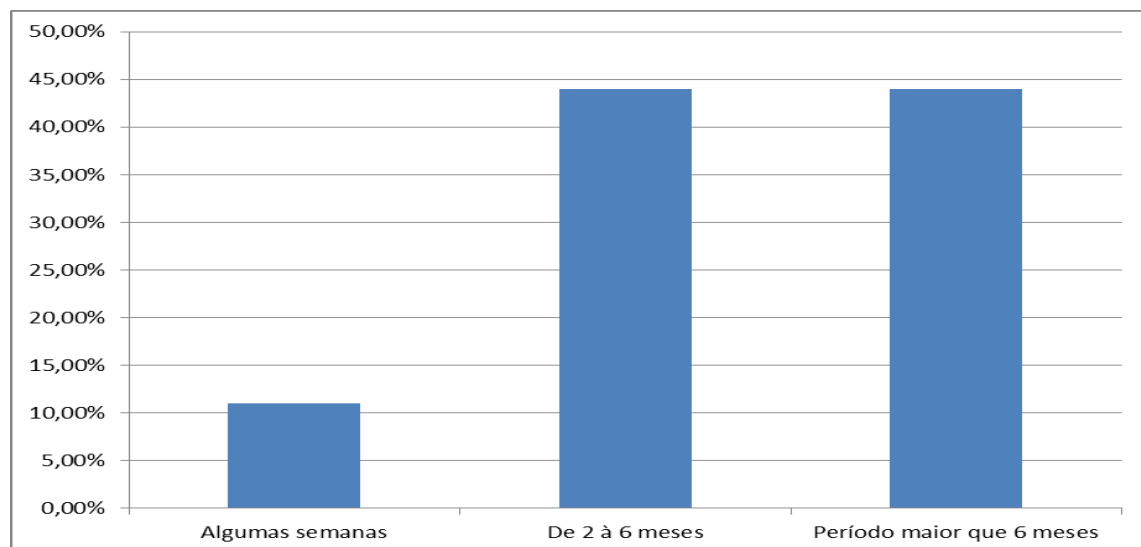
### 3.6.2 - Apresentação dos dados referentes aos sintomas

Figura 01 – Sintomas de Ansiedade dos pesquisados



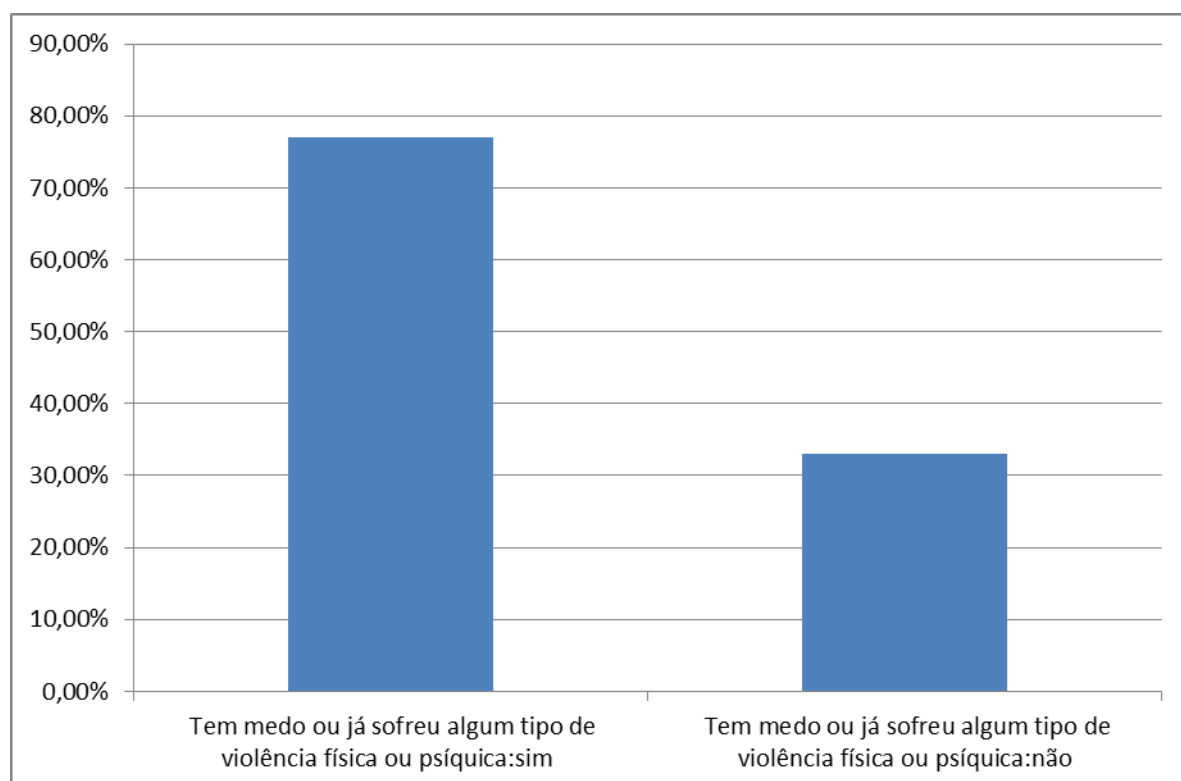
Estes sintomas descritos no gráfico acima são classificados pelo DSM IV como sintomas de ansiedade.

Figura 02 - Período do surgimento estes sintomas:



Pode ser visto também que uma duração de mais de 6 meses destes sintomas, pode ser classificado como um Transtorno de Ansiedade, de acordo com o DSM IV.

Figura 03 – Medo e experiência de violência



Conforme foi citado Galvão (2008), “Os professores que trabalham em escolas violentas apresentam sofrimentos psíquicos, e o principal sintoma é uma ansiedade crônica.”

### 3.6.3 Apresentação dos dados desencadeadores do sintoma de ansiedade

Figura 04 – Sobrecarga de trabalho nos pesquisados

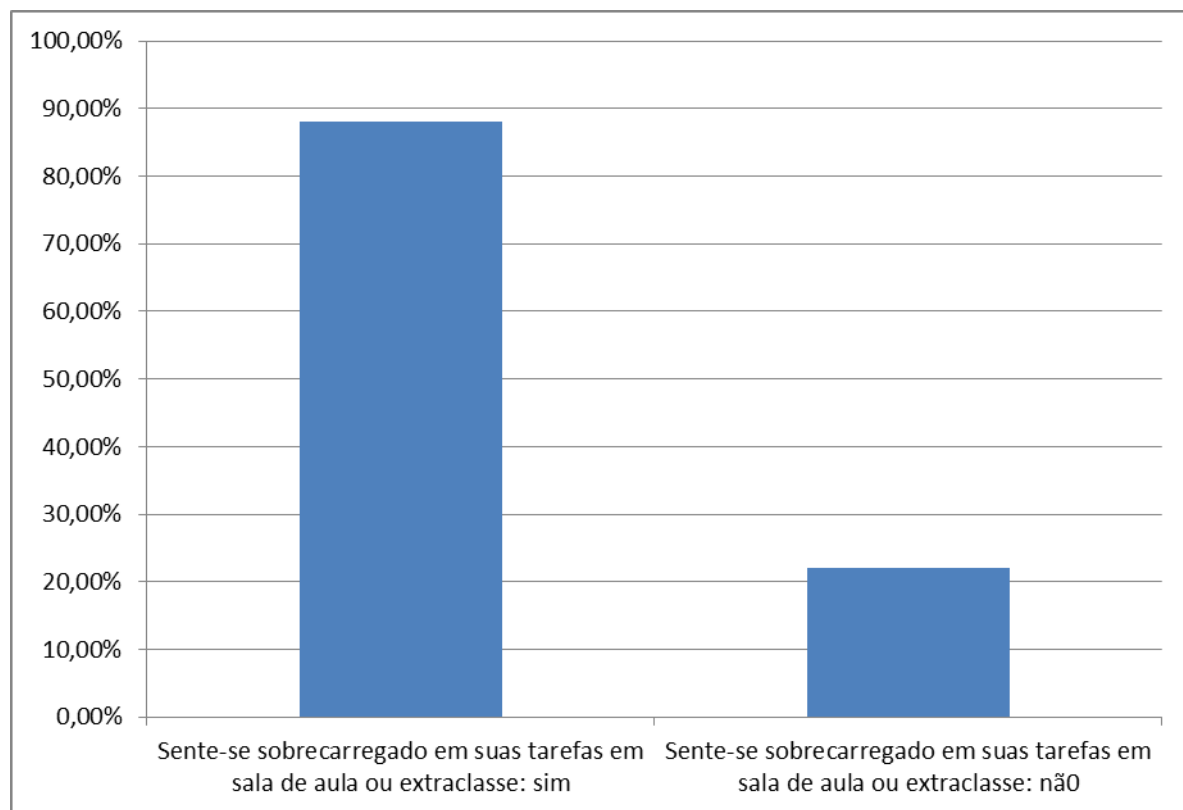
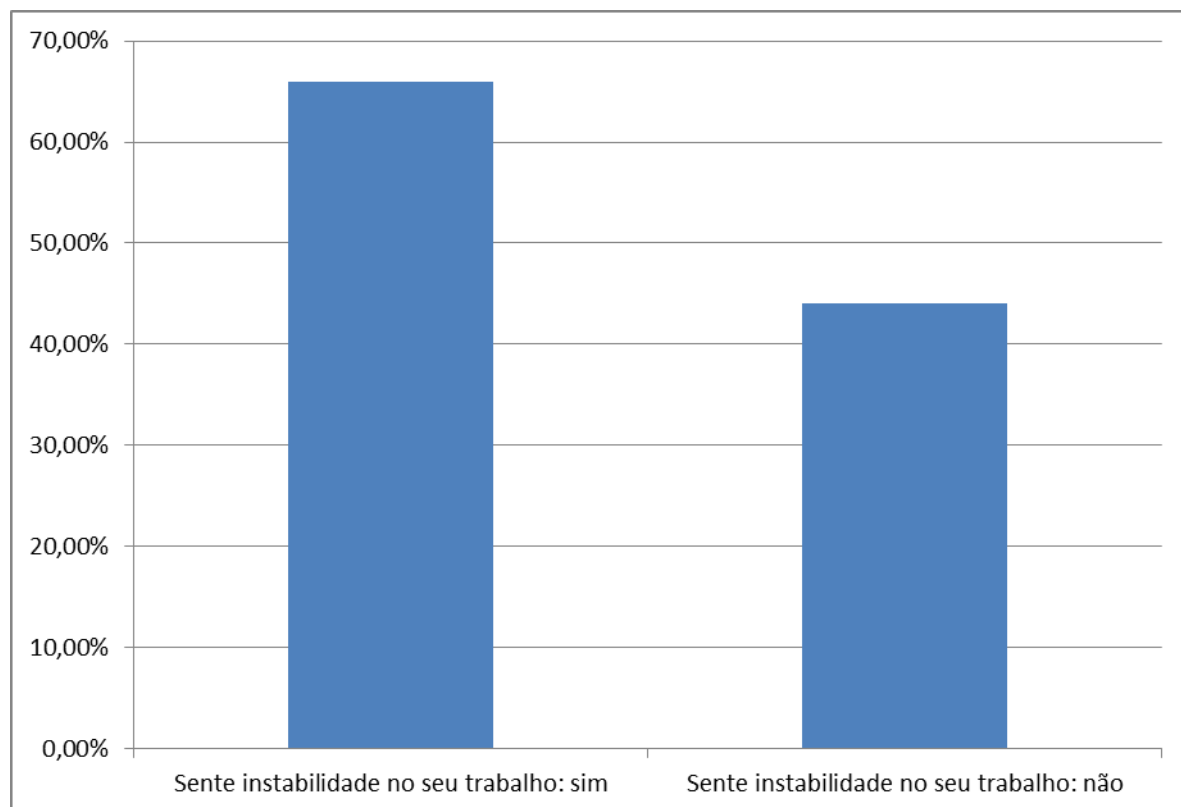


Figura 05 – Instabilidade no ambiente de trabalho



França (2007) descreveu que “Os professores enfrentam vários desafios que geram grande desgaste emocional entre eles: desestruturação da família, desmotivação, agressividade dos alunos, instabilidade no trabalho e acúmulos de tarefas.”

Entre as preocupações descritas pelos professores está, a incerteza de continuar no trabalho, a falta de motivação e indisciplina dos alunos e o salário baixo.

*“Por ser ACT e não saber se terei emprego no próximo ano”*

*“Como ACT, preocupo-me se vou conseguir trabalho, onde vou trabalhar, quantas escolas”*

*“Cotidiano da escolar, alunos que não respeitam, indisciplina, falta de expectativa e motivação.”*

*“Salário baixo”*

Citando Codo (1999, p. 99) “Salários baixos, condições precárias; falta de flexibilidade na administração de recursos; pouca perspectiva de progressão na carreira, e falta de reconhecimento, coloca a escola como umas das piores

organizações para se trabalhar.”

Os professores também descreveram ter muito pouco tempo para atividades voltadas ao lazer. Quando questionados sobre o tempo para lazer, temos como respostas:

*“Mínimo, pois quando trabalho no final de semana (corrigindo prova, trabalhos, preparar aulas, exercícios, tudo fica atrasado, então tem que trabalhar de madrugada para dar conta dos compromissos educacionais). Sem contar ainda que devo dispor um tempo para a educação dos filhos, que muitas vezes ficam “abandonados”, isto é, se viram por conta própria.”*

*“Muito pouco”*

Para França (2007), a conciliação entre trabalho e família, hábitos, e cuidados físicos, estilo de vida, impacto tecnológico, tudo desperta para o bem estar no trabalho.

## 4 CONCLUSÃO

A necessidade de estudar a saúde dos professores se dá devido ao fato de que estes profissionais geralmente estão submetidos a más condições de trabalho e a uma grande responsabilidade social que é o processo educativo. Ao mesmo tempo em que a profissão de professor é valorizada pela sociedade ela também é uma das mais negligenciadas. O seu bem estar e a saúde mental está diretamente relacionado com sua produtividade em sala de aula e de seus alunos.

Na pesquisa realizada, pode-se observar que a maioria dos professores apresentou um nível de ansiedade, sendo que em 44% deles, os sintomas persistem a mais de seis meses, sendo que um diagnóstico mais amplo poderia identificar algum tipo de Transtorno de Ansiedade. As queixas que mais surgiram foram: dificuldade em se concentrar, distúrbios do sono e medo de sofrer algum tipo de violência física ou psíquica, indicado por com 77% dos pesquisados e 88% acham que se preocupam demais com tarefas rotineiras, além de se sentirem sobrecarregados. A incerteza de continuar no emprego também foi apontada como umas das preocupações por parte dos educandos. O pouco tempo destinado a atividades voltadas ao lazer, também foram destacadas.

Pode-se constatar pelo aporte teórico e os dados, que os professores têm um estilo de vida que pode tornar-se um desencadeador de sintomas de ansiedade, além de outros problemas físicos e psicológicos. A qualidade de vida é um fator indispensável para um bom funcionamento orgânico.

Finalizando, é importante e necessário enfatizar que a proposta do presente estudo teve seus objetivos alcançados, pois os sintomas de ansiedade descritos no decorrer do trabalho foram verificados na pesquisa realizada com os professores.

A partir do estudo realizado, pode-se propor um estudo que verifique como estes sintomas de ansiedade podem interferir no bem-estar e na aprendizagem dos alunos em sala de aula.

## REFERÊNCIAS

- AQUILINO, J. G. **Erro e Fracasso na Escola**. 4 Ed. São Paulo: Summus editorial, 1997.
- BECK, A. **Terapia Cognitiva dos Transtornos de Personalidade**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1993.
- BECKER, F. **Epistemologia do Professor: o cotidiano escolar**. 4ª Ed. Petrópolis: Vozes, 1993.
- BERTUCCI, J. L. O. **Metodologia básica para elaboração de trabalhos de conclusão de cursos: (TCC): ênfase na elaboração de TCC de pós-graduação lato-sensu**. São Paulo: Atlas, 2009.
- BOCK, A. M. B; FURTADO, O; TEIXEIRA, M.L.T. **Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia**. São Paulo: Saraiva, 2002.
- CARLOS, S.A. O processo grupal. *In*: JACQUES, M. G. C. *et al.* **Psicologia social contemporânea**. Petrópolis: Vozes, 1998.
- CASTANHA, A. P. **História da Educação: pesquisa, levantamento de fontes e instituições escolares**. Cascavel: Edunioeste Cascavel, 2010.
- CHIZZOTTI, A. **Pesquisa em ciências humanas e sociais**. São Paulo: Cortez, 2001.
- CODO, W. **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 1999.
- CUNHA, J. A. **Psicodiagnóstico-V**. São Paulo: Artmed, 2003.
- DSM-IV. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Tradução. Dayse Batista. 4. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.
- FONSECA, A. F. **Psiquiatria e Psicopatologia**. 2. ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1997.
- FRANÇA-LIMONGI, A. C. **Qualidade de Vida no Trabalho-QVT**. 2. Ed. São Paulo: Atlas, 2007.
- FREIRE, P. **Educação e Mudança**. 27. Ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.
- GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 1999.
- GOLDENBERG, M. **A arte de Pesquisar: como fazer pesquisa qualitativa em Ciências Sociais**. Rio de Janeiro: Editora Record, 1997.
- HETEM, L. A. **Transtornos de Ansiedade**. São Paulo: Atheneu, 2004.

HORNEY, K. **A Personalidade Neurótica do Nosso Tempo**. 9ª Ed. São Paulo: Difel, 1982.

KUENZER, A. **Ensino Médio**: construindo uma proposta para os que vivem do trabalho. São Paulo: Cortez Editora, 2000.

MACIEL, S. C. Prevenção ao abuso de drogas na escola: educação preventiva e qualidade de vida. *In*: CORREIA, M. (Org.) **Psicologia e escola**: uma parceria necessária. Campinas: Alínea, 2004.

MARTINS, L. M.. **A Formação Social da Personalidade do Professor**: um enfoque Vigotskiano. Campinas: Autores Associados, 2007.

MAY, R (1980). **O significado da ansiedade**. Rio de Janeiro. Zahar.

MINAYO, M. C. S. (org.). **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. Petrópolis: Vozes, 2004b.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec, 2004.

MOURA, M. L. S.; FERREIRA, M. C. **Projetos de pesquisa**: elaboração, redação e apresentação. Rio de Janeiro: Eduerj, 2005.

NOVAIS, M. H. **Psicologia escolar**. Petrópolis: Vozes, 1984.

RIBERO, S.L, Maria. **História da Educação Brasileira**: a organização escolar. 20ª Ed. Campinas. Autores Associados, 2007.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1995.



**APÊNDICE A – Questionário aplicado aos professores da Escola Básica  
Barão do Rio Branco**

**UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL DE SANTA CATARINA-UNESC  
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL**

Estimados (as) Professores (as):

Solicito a colaboração com a pesquisa que estou realizando, para o trabalho de conclusão do curso de pós-graduação da Universidade do Extremo Sul de Santa Catarina-UNESC, para obtenção do título de Especialista em Saúde Mental, sobre **SINTOMAS DE ANSIEDADE EM PROFESSORES DO ENSINO MÉDIO DA ESCOLA BÁSICA BARÃO DO RIO BRANCO DA CIDADE DE URUSSANGA**, respondendo o questionário em anexo.

Reafirmo que, de acordo com os princípios éticos da pesquisa, os participantes não serão identificados no relatório final da pesquisa.

Sinceros agradecimentos a todos (as) pela colaboração

Urussanga, \_\_\_\_\_ de 2010

---

Fernanda Lapolli

**UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL DE SANTA CATARINA-UNESC  
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL**

**QUESTIONÁRIO**

Sexo:

Idade:

Estado Civil:

1) Tem a sensação de que algo ruim está para acontecer, e isso lhe causa tensão?

Sim

Não

2) Assinale os sintomas que tem sentido recentemente:

Fadiga

Tensão muscular

Irritabilidade

Inquietação

Nenhuma das alternativas

Outros \_\_\_\_\_

3) Sente dificuldades em conciliar e manter o sono, ou tem sono insatisfatório e inquieto?

Sim

Não

4) Tem dificuldade em se concentrar ou sensação de "branco" na mente?

Sim

Não

5) Preocupa-se demais com tarefas que ainda vão ser realizadas ou com circunstâncias do cotidiano que são rotineiras?

Sim

Não

6) Caso tenha marcado alguns dos sintomas dos itens acima, qual o período em que eles surgiram?

Alguns dias

- Algumas semanas
- Menos de 2 meses
- Mais de 2 meses e menos de 6 meses
- Mais de 6 meses

7) Sente-se sobrecarregado em suas tarefas em sala de aula ou extraclasse?

- Sim                       Não

8) Sente instabilidade no seu trabalho?

- Sim                       Não

9) O que lhe causa mais preocupação atualmente:

Resposta:

---

---

---

10) Tem medo ou já sofreu algum tipo de violência verbal ou física:

- Sim                       Não

11) Em média, quanto tempo tem para atividades voltadas ao lazer cotidiano:

Resposta:

---

---

12) O que sente mais falta de fazer, que a rotina de trabalho não permite:

Resposta:

---

---