

## STRESS OCUPACIONAL DO PROFESSOR I

(Resumo da dissertação apresentada ao Departamento de Pós-Graduação do Instituto de Psicologia da PUCCamp-1984.)

Helga Hinkenickel Reinhold

Stress ocupacional pode ser definido como um estado emocional desagradável decorrente de aspectos do trabalho, os quais são avaliados pelo indivíduo como ameaçadores a sua auto-estima e bem-estar. O stress ocupacional de professores foi investigado principalmente nos Estados Unidos, Inglaterra e países escandinavos, mas constitui área ainda inexplorada no Brasil.

O objetivo do presente estudo exploratório foi levantar as principais fontes e sintomas de stress ocupacional do Professor I, bem como as estratégias que o mesmo usa para lidar com o stress. A amostra foi composta de setenta e duas Professoras I, efetivas, das nove escolas estaduais urbanas de uma cidade do interior paulista, que responderam a um questionário especialmente elaborado para esse fim.

Mais da metade das professoras consideraram sua profissão muito ou muito estressante. Os estressores ocupacionais mais freqüentemente mencionados foram: "ter classes com muitos alunos", "trabalhar com alunos desinteressados pelas atividades da classe" e "achar que alguns alunos indisciplinados ocupam demais meu tempo em prejuízo dos outros". Os sintomas relacionados como os mais freqüentes e mais intensamente sentidos se referem a tensão e exaustão. As estratégias mais comumente empregadas estão ligadas ao apoio social no local de trabalho.

Pode-se concluir que as professoras do presente estudo se beneficiariam de um treinamento para controle de stress excessivo; além disso, recomendar-se-ia para os cursos de formação de professoras uma ênfase maior no ensino de habilidades para lidar com as situações práticas de sala-de-aula.

Outros fatores não relacionados diretamente ao stress ocupacional, tais como traços de personalidade e estressores não-ocupacionais, podem também, de um modo ou de outro, terem contribuído, pelo menos em parte, para os resultados obtidos e, portanto, deveriam ser isolados em futuras pesquisas.