

## TEMA EM DEBATE

### Relato de Experiência – Treino de Pesquisa: Trabalho com estresse dos professores no ensino público fundamental e médio Entrevista com o Prof<sup>o</sup>. Ricardo Kamizaki\*

\* Departamento de Psicologia – Instituto de Ciências Humanas - UFJF

Quando ingressei na UFJF em março de 2007, tive finalmente a chance de desdobrar o estudo da minha tese de doutorado sobre “Estimação de magnitude de reajustamentos sociais: um enfoque da psicofísica social” que trata sobre a mensuração do estresse dos professores. Os participantes foram de cinco escolas assim distribuídas: duas da cidade de São Paulo, duas de Ribeirão Preto, uma escola de Orlândia e outra de Campinas, num total de 138 participantes, além de 10 professores aposentados. Os dados são de 2001. Os instrumentos utilizados foram a escala de eventos de vida de Holmes e Rahe (1967) e a escala de eventos de vida do professor de Kamizaki e Faleiros Sousa (2001). Os resultados obtidos demonstraram claramente que, em comparação aos professores aposentados, os participantes estavam claramente estressados, pois os eventos “falta de respeito dos alunos” e “enfrentando indisciplina” foram os de maior grau de reajustamento, enquanto o evento “aulas expositivas” foi considerado de menor grau de reajustamento social. Isso aponta que o professor, de forma geral, aprecia o ato de lecionar, porém não se encontra preparado para situações de confronto, porque segundo relatos da maioria dos participantes o professor não foi capacitado para tal na sua formação.

Fiz um levantamento bibliográfico sobre o tema e constatei que existem inúmeros trabalhos sobre o assunto direcionado para o mesmo diagnóstico, ou seja, o professor se

encontra estressado, inclusive, com vários casos de *burn out*, não encontrando, porém, nenhum trabalho em prol da redução desse estresse.

Assim, juntamente com quatro alunas do treino de pesquisa, iniciei este estudo com os quinze professores de uma escola de Juiz de Fora-MG, cuja, direção cedeu tempo durante as aulas de uma hora, duas vezes ao mês. O projeto consistiu nas aplicações de instrumentos como as escalas de eventos de vida, além dos inventários de ansiedade e depressão de Beck para verificar e comparar com os dados do Estado de São Paulo. Os resultados dos instrumentos de eventos de vida mostraram que os professores do ensino médio da escola não eram diferentes estatisticamente dos professores pesquisados em São Paulo. Os professores do ensino fundamental exibiam bem menos estresse que das amostras comparadas. Provavelmente esse dado mostra que é mais fácil lidar com alunos da faixa etária entre 6 a 10 anos. Os resultados dos inventários de ansiedade (BAI) e depressão (BDI) de Beck apontaram para um nível médio de ansiedade e baixa depressão para os dois grupos. Em seguida, eram propostas vivências baseadas em grupos operativos de Pichon-Riviere para trabalhar e elaborar as possíveis causas do estresse. Nesse ponto, destaco as dificuldades encontradas, porque tais vivências ocorreram por quatro meses e foram bruscamente interrompidas, uma vez que a direção, orientada pela secretaria de educação, decidiu não

mais ceder o tempo das aulas. Um efeito semelhante ocorreu com a segunda escola de Juiz de Fora, embora a diferença fosse de que os 17 professores iriam participar das vivências fora do horário de aulas. Os compromissos assumidos anteriormente impediram que essas vivências fossem adiante, pois o número de participantes diminuiu consideravelmente até que a atividade não mais fosse possível de ser concluída.

Os aspectos positivos foram as produções de artigos que foram enviados a congressos como International Society for Psychophysics - Fechner Day 2008 em Toronto, Canadá com o artigo “*Comparison between teacher’s life events rating scale (tlers)*” dos seguintes autores: Natália P. Pimentel, Flávia C. S. Laroca, Sabrina M. Pereira e Ricardo Kamizaki, além de apresentar painel na XXXVIII Reunião Anual da Sociedade Brasileira de Psicologia, realizada em Uberlândia com o tema “ Comparação entre os eventos de vida de Masuda e Holmes e os eventos de vida do professor de Kamizaki e Faleiros Sousa, com os mesmos autores acima descritos. A aluna Sabrina M. Pereira fez a exposição oral do painel.

No início de 2009, fiz contato com outra escola da periferia de Juiz de Fora. Esta contava com um horário, no qual, os professores se reúnem mensalmente para tratar de assuntos pedagógicos. Nesse tempo, consegui duas horas para aplicar as vivências baseadas em grupos operativos e aplicação dos instrumentos Escala de eventos de vida de Holmes e Rahe, Escala de eventos de vida do professor (TLERS), Inventário de sintomas de stress de Lipp (ISSL), BAI e BDI de Beck. Houve dois encontros, cujas vivências delinearam um horizonte promissor, visto que tanto os alunos do treino de pesquisa, quanto os

professores se mostravam altamente motivados.

Espero que, nesta escola, com as condições adequadas, o trabalho possa ser realizado, através das vivências de grupo operativo, o de aliviar a ansiedade e o estresse dos professores e verificar, ao final do ano letivo se, de fato, essas vivências são efetivas para a mudança da representação social que os professores fazem dos alunos e do meio no qual convivem. Essa avaliação consistirá da reaplicação dos instrumentos e a posterior comparação entre os resultados do início e do final das vivências.