

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS JURÍDICAS E SOCIAIS
CURSO BACHARELADO EM CIÊNCIAS CONTÁBEIS**

IANNE LINDINAY GOMES DE ASSIS

**ESTRESSE OCUPACIONAL: UM ESTUDO SOBRE O PROCESSO DE
ESTRESSE VIVENCIADO PELAS PROFESSORAS QUE LECIONAM
NO CURSO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DE CAMPINA GRANDE, CAMPUS SOUSA-PB.**

**Sousa - PB
2013**

IANNE LINDINAY GOMES DE ASSIS

**ESTRESSE OCUPACIONAL: UM ESTUDO SOBRE O PROCESSO DE
ESTRESSE VIVENCIADO PELAS PROFESSORAS QUE LECIONAM
NO CURSO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DE CAMPINA GRANDE, CAMPUS SOUSA-PB.**

Monografia apresentada ao curso de graduação de Ciências Contábeis do Centro de Ciências Jurídicas e Sociais da Universidade Federal de Campina Grande, como pré-requisito para a obtenção do título de Bacharel em Ciências Contábeis.

Orientador: Prof. Msc. Vorster Queiroga Alves

**Sousa - PB
2013**

Dedico este trabalho a meus pais, Shedinalva Gomes e Isaque Gomes, como agradecimento e reconhecimento pela abdicção de muito de suas vidas à mim e a meus estimados irmãos; Rogério Gomes, Ilan Robson e Rayane Laine, pela amizade dispensada a mim; ao meu amado esposo Wesceley Santos, pelo apoio incondicional, pela compreensão, estruturação e força que concede ao meu caminhar; e a meu amado filho, Nicolás Gomes Santos, pelo valor e significado que deu à minha existência.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus por haver me guiado nesta oportunidade de desenvolvimento. Sem Seu apoio, nenhum dos abaixo citados teria passado pelo meu caminho.

Ao Professor Orientador Vorster Queiroga, pela orientação e dedicação dispensada a mim durante todo meu curso de graduação, pelos ensinamentos e tempo disponível como também o envio e cobrança dos questionários às pesquisadas. E pelo apoio em trabalhar este tema instigando-me a trilhar na realização deste trabalho de conclusão de curso.

A Professora Lúcia Albuquerque e ao Professor Coordenador do Curso de Contabilidade Fabiano Batista pelas orientações e sugestões dispensadas a mim.

A todas as professoras que lecionam no curso de ciências contábeis do Campus Sousa-Pb, Ana Flávia Albuquerque, Adriana Sidralle, Gianinni Martins, Islania Andrade, Janaina Ferreira, Lúcia Silva, Maria de Fátima, Maria Mônica, Rozilene Lopes e Raquel Andrade por aceitarem ser investigadas mesmo que de forma sigilosa e confidencial, agradeço a confiança e o tempo oferecido a este estudo e pelo entendimento, apoio e importantes contribuições na estruturação e qualificação deste trabalho.

As funcionárias da Coordenação do curso de Ciências Contábeis as Sr.(as) Maria dos Remédios e Eliane, pelo apoio e tempo dispensado na minha pesquisa.

E, em especial, a todas as Mulheres que independente de uma jornada tripla de trabalho, se dedicam com amor ao que fazem.

ESTRESSE OCUPACIONAL: UM ESTUDO SOBRE O PROCESSO DE ESTRESSE VIVENCIADO PELAS PROFESSORAS QUE LECIONAM NO CURSO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE, CAMPUS SOUSA-PB

RESUMO

O tema estresse ocupacional foi escolhido para este estudo devido esse mal ser considerado como “o mal do século”, e por atingir cada vez mais as mulheres pela sua jornada dupla ou tripla de trabalho, tendo este sido tema de pesquisas junto a classe profissional docente focando as que lecionam no curso de ciências contábeis. O presente estudo estudou as características pessoais e profissionais das profissionais que lecionam no contabilidade nesta instituição, seus sentimentos, sua compreensão e as possíveis estratégias para o enfrentamento deste mal. A pesquisa foi realizada entre os meses de Julho e Agosto de 2013, com o instrumento de pesquisa o questionário composto por três sessões divididas em duas sessões, chamadas Escalas de Likert, e uma sessão com perguntas pessoais, tendo sido enviados a todas as docentes que lecionam no curso de ciências contábeis num total de 14, obtendo retorno de resposta de 10, o que equivale a 71,43% devidamente respondidos. Tendo como base as mulheres, pode-se constatar através desse estudo que as profissionais docentes superam o estresse vivenciado em sua profissão e sua vida pessoal, embora estejam cientes que o acúmulo exaustivo de atividades, seus problemas tanto pessoais como profissionais e sua jornada de trabalho, pode desencadear fatores ligados ao estresse ocupacional. E que algumas estratégias já são utilizadas pela maioria delas para que seja enfrentado alguns, mesmo que sejam em uma pequena proporção, os sintomas do estresse ocupacional.

Palavras-Chave: Estresse. Mulher. Docentes.

OCCUPATIONAL STRESS: A STUDY ON THE PROCESS OF STRESS EXPERIENCED BY TEACHERS WHO TEACH COURSE OF ACCOUNTING SCIENCES UNIVERSITY FEDERAL CAMPINA GRANDE, CAMPUS SOUSA PB

ABSTRACT

The theme occupational stress was chosen for this study because this evil be considered as "the disease of the century", and achieve more and more women for their journey to work double or triple, the latter has been the subject of research with the class teacher professional focusing on those who teach science course in accounting. The present study studied the personal and professional characteristics of the professionals who teach accounting in this institution, their feelings, their understanding and possible strategies for combating this evil. The survey was conducted between July and August 2013, with the questionnaire survey instrument consists of three sessions divided into two sessions, called Likert Scales, and a session with personal questions were sent to all teachers who teach science course in accounting for a total of 14, getting feedback answer of 10, which equates to 71.43% duly answered. Based on women, it can be seen through this study that the professionals outweigh the stress experienced teachers in their profession and personal life, while being aware that the accumulation exhausting activities, their problems both personal and professional, and their workday can trigger factors related to occupational stress. And that some strategies are already used by most of them to be faced some, even if they are in a small proportion, the symptoms of occupational stress.

Key-words: Stress. Woman. Teachers.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1	Método de LÍkert	18
Figura 2	Sentir nervoso por razões que nem sempre têm uma explicação óbvia	46
Figura 3	Reservas de energia para enfrentar a pressão que se acumula no trabalho	47
Figura 4	Momento no trabalho em que você sente que a vida é dura demais para você	48
Figura 5	Redução da sua autoconfiança	48
Figura 6	Identificar e resolver eficientemente os seus problemas pessoais e de trabalho	49
Figura 7	Pessoa preocupada com seus problemas	50

LISTA DE GRÁFICO

Gráfico 1	Informação Transmitida dentro da Universidade	40
Gráfico 2	Satisfação com o Trabalho	41
Gráfico 3	Motivado em suas Atividades	42
Gráfico 4	Exigências pelas Atividades	43
Gráfico 5	Desenvolver e Crescer nas Atividades	43
Gráfico 6	Existência de Conflitos no Ambiente de Trabalho	44
Gráfico 7	Atividades que permitem a utilização de habilidades.....	45
Gráfico 8	Satisfação em Relação ao Clima e Ambiente de Trabalho.....	45
Gráfico 9	Intervalo de Idade	51
Gráfico 10	Estado Civil	51
Gráfico 11	Número de Filhos.....	52
Gráfico 12	Nível Acadêmico alcançado	52
Gráfico 13	Categoria Funcional.....	53
Gráfico 14	Tempo de Docência.....	54
Gráfico 15	Regime de Trabalho	54
Gráfico 16	Tempo de UFCG-SOUSA.....	54
Gráfico 17	Atividades Profissionais da Docência	55
Gráfico 18	Querer seu um Professor.....	56
Gráfico 19	Dificuldades enfrentadas na sala de aula	57
Gráfico 20	Alternativas de Compreensão de estresse	58
Gráfico 21	Fatores Contribuintes para o estresse no docente	59
Gráfico 22	Estratégias usadas para enfrentar o estresse	60

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
1.1 Problema da Pesquisa	10
1.2 Objetivos	12
1.2.1 Objetivo Geral	12
1.2.2 Objetivos Específicos	12
1.3 Justificativa	12
1.4 Metodologia de Pesquisa	15
1.4.1 Tipos de Pesquisa	16
1.4.2 Universo e Amostra	16
1.4.3 Coleta de Dados	17
1.4.4 Tratamento de Dados	19
2. O ESTRESSE	21
2.1 As Fontes de Estresse	21
2.2 As Fases do Estresse	23
3. ESTRESSE OCUPACIONAL	25
4. O ESTRESSE E A PROFISSÃO CONTÁBIL	27
5. A MULHER E O MERCADO DE TRABALHO	29
6. O TRABALHO DOCENTE E A FEMINIZAÇÃO DO MAGISTÉRIO	30
7. PROFISSÃO DOCENTE E AS DOENÇAS OCUPACIONAIS	32
8. A RESILIÊNCIA E OUTRAS, COMO POSSÍVEIS ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL	36
9. ANÁLISE DOS DADOS	39
9.1 Articulações dos Dados	39
9.1.1 Características de Motivação com o Trabalho.....	40
9.1.2 Sentimentos e Pressão no Trabalho.....	46
9.1.3 Perfil do Entrevistado.....	50
10. CONSIDERAÇÕES FINAIS	61
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	63
ANEXO	68

1 INTRODUÇÃO

O ambiente de trabalho e a vida do trabalhador sempre foram alvos de grandes transformações, influenciando diretamente as pessoas, tanto homens quanto mulheres. Com isso, o ambiente de trabalho passou a ser um campo de estudo, como também a influência do mesmo na vida dos trabalhadores, pois em muitos momentos a vida passou a gerar estresse em seu cotidiano.

Logo, com a busca da igualdade no trabalho entre o homem e a mulher, as influências ligadas ao mesmo passaram a atingir ambos os sexos com a mesma intensidade, pois em um mundo que anda apostando a cada dia em valores femininos, em seu ingresso e perfeito desempenho, além da capacitação cada vez mais elevada e da competitividade por altos cargos, a mulher está sendo atingida pelos males do trabalho moderno. Ao mesmo tempo, a mulher está lutando continuamente contra o antigo marxismo, a persuasão e em oposição ao autoritarismo, o mercado de trabalho acaba exigindo das profissionais melhores condições de vida, independência, altos cargos executivos antes tidos como cargos masculinos, proporcionando cada vez mais ocupações, enfatizando seu crescimento e gerando estresse para as mesmas.

Desde 1992, segundo a Organização das Nações Unidas (ONU), o estresse tem sido considerado o mal do século, onde muitos profissionais, independente de sexo, têm sido vítimas, sendo uma agressiva epidemia causadora e desencadeadora de outros tantos males, tida atualmente como uma epidemia pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e que atinge 90% da população, mais ainda sem muita credibilidade por quem a adquire, cientes de que quanto mais tarde se procura o controle ou até a cura, maiores os danos a saúde do ser humano. SILLAS (2011)

Os manuais médicos dos Estados Unidos ainda informam que: mulheres em altos cargos executivos estão sofrendo como nunca de distúrbios provocados pelo estresse, queda de cabelo, nervosismo, alcoolismo e até enfartes. (FALUDI, 2001)

Tal ênfase merece toda atenção, pois tem afetado a vida como um todo, visando as possíveis causas, o problema motivador, suas consequências e quais

possíveis soluções podem ser desenvolvidos no auxílio aos profissionais modernos e entre os quais, os profissionais da área contábil, o que se deve absorver e o que devem descartar sem perder a qualidade, o foco, e o tempo durante suas atividades.

Logo, o referido estudo aborda as causas que podem causar estresse ocupacional nos profissionais do sexo feminino na área de ensino superior do setor contábil, durante sua jornada de trabalho, além de enfatizar um conjunto de atividades desenvolvidas pelas profissionais no mercado de trabalho atual, sem ser prejudicado seu desempenho profissional, suas funções, seu comportamento, produtividade e avanço profissional.

Através deste estudo, juntamente com as profissionais que lecionam no curso de ciências contábeis descreve-se o estudo da seguinte forma: breve relato do que é estresse, o ingresso e a participação da mulher no mercado de trabalho, a questão da ocupação da mulher cada vez mais em cargos ditos como masculinos, os benefícios que foram proporcionados, suas consequências como o acúmulo de atividades, vários dados estatísticos em relação a esse mal proporcionado pela competitividade do mercado e suas exigências. Buscando alcançar uma visão do problema encontrado às atividades cumulativas, como também incentivar a busca por novas pesquisas sobre o estudo, para um bom desenvolver profissional, possibilitando aos interessados o alcance de novos cargos ou cargos mais elevados, melhor qualidade de vida, sem que haja diferenciação salarial ou de qualquer outra ordem.

1.1 PROBLEMA DE PESQUISA

Para se formular um problema de pesquisa geralmente se necessita de um longo processo de reflexão e de imersão em fontes bibliográficas adequadas. Sua utilização maior e mais adequada é em estudos exploratórios e descritivos, mas também pode ser importante para fornecer respostas relativas a causas de determinados fenômenos (GIL, 2007, p.137).

Com a entrada da mulher no mercado de trabalho houve uma ruptura no conceito masculino, onde a mulher deveria exercer somente trabalhos designados

ao lar, sendo um pensamento ainda marxista, sofrendo discriminação no trabalho e tratamento salarial diferenciado. Mas ao longo dos séculos e em várias pesquisas pode-se constatar que as mulheres têm lutado para atuar como profissional, mãe, esposa e administradora do lar e pelos direitos de serem independentes financeiramente e para ter uma carreira fora do ambiente caseiro, acarretando assim acúmulos de atividades, cobranças, cansaço, chegando à exaustão, acarretando no que é denominado mal do século, o estresse.

O estresse pode atingir toda e qualquer pessoa que se disponha a uma caminhada incessante pela melhoria de vida e um ritmo de trabalho longo, sendo uma doença que é silenciosamente introduzida na rotina de qualquer pessoa, independente de sexo, raça, cor, religião, condições financeiras, mas que em sua grande maioria as vítimas são aquelas que se predispõem a uma atividade desgastante, muitas vezes rotineira, burocrática e com altos níveis de dificuldades de solução.

Com o surgimento de novas profissões e a necessidade de várias habilidades a incidência do estresse nas mulheres tem sido algo notório pelo fato de se expor a uma maior quantidade de agentes estressores que nos homens (SHAEVITZ 1986; ALMEIDA e KESSLER, 1998).

Entende-se que o estresse acaba sendo nada mais do que a soma de respostas físicas e mentais causadas por determinados estímulos externos, que permitem ao indivíduo superar determinadas exigências do meio ambiente e o desgaste físico e mental causado por esse processo.

De acordo com o conteúdo exposto sobre o ingresso e maior envolvimento profissional da mulher no mercado de trabalho, desempenhando várias funções como também uma jornada dupla ou tripla de trabalho, acredita-se que ela possa ser acometida com uma maior probabilidade de adquirir o estresse ocupacional. Logo, se estabelece a realização de pesquisa do estudo atual, buscando responder o seguinte problema: **Como o estresse ocupacional atinge os Profissionais do Sexo Feminino que lecionam no Curso de Ciências Contábeis da Universidade Federal de Campina Grande, Campus Sousa (PB)?**

1.2 OBJETIVOS

Com um intuito de verificar se esse fenômeno atinge as diversas áreas vitais, o estudo em questão teve como principais objetivos elencados:

1.2.1 Objetivo Geral

Analisar as possíveis ocorrências do estresse ocupacional vivenciada pelas profissionais que lecionam no curso de graduação de ciências contábeis, campus Sousa da UFCG.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Descrever os aspectos ligados ao estresse ocupacional na profissão de professor.
- Identificar os fatores de estresse que atingem os profissionais no desempenho do trabalho
- Levantar os principais sintomas e as causas de estresse manifestado.

1.3 JUSTIFICATIVA

Estudos mostram que nas últimas décadas o sexo feminino tem crescido e avançado nas mais diversas áreas, integrando, compondo e representando o mercado de trabalho, ocupando um significativo e numeroso volume no papel

trabalhista. Mesmo tendo muitas vezes jornadas de trabalho maiores que as do homem, a mulher a cada dia procura aperfeiçoar-se e desempenhar bem seu papel de forma competente, competitiva e sustentável. E com a diversificação das profissões e a necessidade de diferentes habilidades, o trabalho feminino ganhou espaço, fazendo com que o trabalho deixasse de ser algo desnecessário e fosse entendido como cada vez mais importante.

Os líderes trabalhistas afirmam que agora as mulheres têm tantas oportunidades que não é necessária uma política que lhes garanta igualdade de condições. Os legisladores proclamam que atualmente as mulheres são tão iguais que já não é preciso haver emendas constitucionais para a Igualdade de Direitos. Até os anúncios de cartões de crédito estão saudando a liberdade da mulher a fim de cobrá-la. Enfim, as mulheres receberam os seus papéis de cidadania plena (BACKLASH, 2001).

O ingresso da mulher no cenário de trabalho tem crescido, e da mesma forma o intuito é mostrar que além de uma boa profissional, também podem ser uma, esposa, mãe e administradora do lar, retirando a estigma descrito por Gilbert e Susan Gubar (1984, p. 47) que destacaram que quanto mais às mulheres eram pagas para usar o cérebro, mais os homens as descreviam em romances, peças e poemas como sendo apenas corpos.

Apesar destes clichês culturais, a proporção de mulheres trabalhadoras dobrou entre 1940 e 1950, e pela primeira vez a maioria delas era casada forçando o homem médio a encarar a imagem da mulher trabalhadora na sua própria casa (BACKLASH, 2001, p. 72).

Onde cada vez mais as mulheres ingressavam definitivamente no mundo externo do trabalho, mesmo sem gozar de igualdade nem em suas próprias casas, tendo que se encarregar das diversas atividades do lar. Ainda assim, procuram sua independência financeira ou auxílio com sua renda extra, mesmo sabendo que muitos homens só têm a responsabilidade de trabalhar fora. Gerando nas mulheres ainda mais, o forte intuito de ingressar em uma faculdade, em cursos profissionalizantes que lhe conduza a liberdade financeira, buscando altos cargos e maiores salários.

Mas, na busca de iguais condições e oportunidades de trabalho, em contra proposta gerou-se alguns malefícios para a saúde pelas grandes intervenções e

mais trabalho, responsabilidades e obrigações. Sendo as trabalhadoras do sexo feminino acometidas de adquirir o mal do século o estresse, e o que se tem observado, é que estas intervenções atuam nos sintomas de estresse já instalados, sendo poucos os profissionais que desenvolvem práticas preventivas.

Tamayo (2004) afirma que o estresse é visto atualmente como um problema de saúde pública, econômica e social que traz como consequência, gastos para o indivíduo, para as empresas e os governos.

Segundo pesquisas realizadas no estado de São Paulo em janeiro de 2004 pelo Centro Psicológico de Controle de Estresse, que avaliou 915 adultos (601 homens e 314 mulheres), pessoas estas funcionárias de escritórios de várias empresas, os quais não ocupavam cargos de chefia e concordaram em participar da avaliação do estresse, constatando que 40% do total dos entrevistados tinham sintomas de estresse, sendo 228 homens (38%) e 145 mulheres (46%) (ARAÚJO, 2004, *apud* SILLAS 2011).

Atualmente, devido as profissionais mulheres desempenharem jornadas duplas de trabalho, tanto em atividades em seu local de atuação profissional como em casa, diversos estudos confirmam que os afazeres da casa ainda são desenvolvidos, em sua grande maioria, pelas mulheres (BRUSCHINI, 2006) e revelam que a aceitação da mulher no ambiente de trabalho profissional não foi seguida por uma divisão mais igualitária no desenvolvimento das atividades domésticas.

Justifica-se a pesquisa sobre este mal chamado estresse ocupacional, tomando como base as profissionais que lecionam no curso de ciências contábeis da UFCG Campus Sousa, analisando as possíveis ocorrências de estresse ocupacional vivenciada pelas profissionais, como também descrever os aspectos ligados ao estresse ocupacional na profissão de professor, identificar a fase de estresse que as profissionais se encontram e levantar os principais sintomas e as causas de estresse manifestado. Ou seja, propondo a profissional uma visão geral do que esse mal pode acarretar ou até mesmo destruir, caso não seja combatido ou tido como algo fenomenal crescente.

1.4 METODOLOGIA DE PESQUISA

A metodologia segundo Strauss e Corbin (1998), caracteriza-se como sendo um conjunto de procedimentos e técnicas utilizados para coletar e analisar dados, pois o método fornece os meios para se alcançar o objetivo proposto.

A metodologia utilizada nesta pesquisa esta baseada no problema formulado, pois segundo Mattar (1999), a inter-relação com o problema de pesquisa, ao afirmar que a utilização desse tipo de pesquisa deverá ocorrer quando o propósito de estudo for descrever as características de grupos, estimarem a proporção de elementos que tenham determinadas características ou comportamentos, dentro de uma população específica, descobrir ou verificar a existência de relação entre variáveis. Tratando-se de uma pesquisa com trabalho de campo, com documentação indireta, método estatístico pelo motivo de não ser um fim em si mesmo, mas um instrumental para a análise e interpretação de variáveis e derivados oriundos dos dados utilizados.

1.4.1 Tipos de Pesquisa

O presente estudo caracteriza-se como sendo descritiva, por buscar descrever as características das profissionais que lecionam no curso de ciências contábeis na UFCG do Campus de Sousa, mediante estudos e aplicação de questionários.

A pesquisa descritiva observa, registra, ordena e analisa os dados, sem manipulá-los, isto é, sem interferências, ou relações com outros fatos. Utilizando técnicas para a coleta de dados, dentre as quais se destacam as entrevistas, o questionário, o formulário, o teste e observação (ALMEIDA, 1996, p.104).

O estudo também é baseado na pesquisa de campo, sendo uma fase de realização após estudo bibliográfico, para que o pesquisador tenha conhecimento do assunto, pois é nesta etapa que são definidos os objetivos da pesquisa, as hipóteses, e qual é o meio da coleta dos dados, tamanho da amostra e como os dados serão analisados (MARCONI & LAKATOS, 1996).

A pesquisa explicativa preocupa-se em identificar os fatores que determinam ou que contribuem para a ocorrência dos fenômenos. A mesma aprofunda-se no conhecimento da realidade e o porquê das coisas, é um tipo mais complexo e delicado, pois os riscos de cometer erros aumentam consideravelmente, as pesquisas explicativas podem ser as continuções de outra descritiva, posto que a identificação dos fatores que determinam um fenômeno exige que este esteja suficientemente descrito e detalhado. Essa pesquisa baseia exclusivamente em métodos quase que experimentais (GIL, 2007, p.42).

A pesquisa exploratória segundo Gil (1999, p. 43) tem essa natureza quando envolver levantamento bibliográfico, abordagem com pessoas que tiveram ou tem experiências práticas com o problema pesquisado e análise de exemplos que estimulem a compreensão, e que possui a função de básica de desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias para a formulação de abordagens posteriores. Visando proporcionar um maior auxílio ao pesquisador sobre o assunto em pauta, com o objetivo de criar nossas abordagens do assunto afim de que se possa obter futuras pesquisas sobre o tema.

1.4.2 Universo e Amostra

O universo da pesquisa é representado pelos profissionais que Constituem a Unidade Acadêmica de Ciências Contábeis, que congregam os Cursos de graduação de Administração e Ciências Contábeis, perfazendo um total de 32 docentes, destes foram retirados 6 professores que estão afastados para capacitação. Do restante foram 25 selecionados, que lecionam continuamente ou esporádicos no curso de Ciências Contábeis.

Desse total, a amostra é enfatizada através da delimitação por sexo, focando nas profissionais do sexo feminino que lecionam no curso de ciências contábeis da Universidade Federal de Campina Grande, campus Sousa/PB, que de acordo com a instituição totaliza 14 professoras.

Os questionários foram respondidos por 10 professoras que corresponde ao total de 71,43% do total de professoras que lecionam no curso de ciências contábeis

da UFCG, Campus de Sousa. Os questionários foram entregues com antecedência a cada uma individualmente para que fosse respondido em absoluto sigilo, respeitando a disponibilidade de cada uma das docentes, e sem a necessidade da presença do pesquisador ou aplicador junto ao participante da pesquisa. Posteriormente foi mantido mais um contato com as docentes visando agradecer a colaboração.

A amostra caracteriza-se como sendo não probabilística (não casual) escolhendo os elementos de uma forma não aleatória, que não se podem aplicar inferências estatísticas, mas pode-se utilizar a estatística descritiva, sendo esta por intenção ou julgamento, onde selecionado um grupo específico de pessoas, representando a população para se fazer várias perguntas (MARCONI; LAKATOS, 1996).

1.4.3 Coleta de Dados

O presente estudo foi desenvolvido mediante a utilização de instrumentos de coleta de dados, através da aplicação de um questionário estruturado, que pretende medir aspectos como atitudes ou opiniões do público alvo. Segundo os autores Macedo; Póvoa e Amaro (2005) um questionário é um instrumento de investigação que visa recolher informações baseando-se, geralmente, na inquirição de um grupo representativo da população em estudo. Para tal, coloca-se uma série de questões que abrangem um tema de interesse para os investigadores, não havendo interação direta entre estes e os inquiridos.

Dessa forma, o questionário tem a necessidade da aplicação de escalas estruturadas divididas em duas seções de perguntas, onde a primeira seção visa mensurar os sentimentos de satisfação ou insatisfação do trabalho, vivenciada pelas professoras. A segunda seção centra nos sentimentos e como os mesmos são afetados pela pressão sentida no. Questões estas relacionadas ao trabalho feminino, focando nas profissionais que estão ligadas a área de ensino, e suas múltiplas responsabilidades e as possíveis consequências traumáticas devido ao

acúmulo de compromissos. Por fim, um questionamento de perguntas sobre seus dados pessoais.

O método de escalas utilizado neste estudo foi baseado no Método de Lickert definido como Escala Lickert onde a escolha afirmará quanto a intensidade de concordância ou discordância para cada resposta dada individualmente, acompanhada por uma escala visual analógica, como por exemplo.



Figura 1 Método de Lickert

Fonte: LOPES, Jorge. O fazer do trabalho científico em ciências sociais aplicadas. Recife: Editora Universitária, 2006, p. 249.

Como este método de medida de atitudes utilizado na satisfação ou insatisfação do indivíduo onde são propostos uma série de enunciados ou “Item Lickert”, indicadores de atitude favorável ou desfavorável em relação ao objeto em pauta, o sujeito responde através de um critério que pode ser objetivo ou subjetivo, e que normalmente se usa a escala contendo cinco níveis de respostas, como por exemplo, a escala padrão, desde Discordo Muito, Discordo, Nem concordo e nem Discordo, Concordo e Concordo Muito.

Essa escala denomina-se assim em homenagem ao seu criador Rensis Lickert que a criou em 1932, sendo ela uma escala não comparativa, de um modo itemizada, onde o entrevistado pode escolher um único ítem de acordo com seu

grau de satisfação, de uma simples construção e que dá liberdade para que seus respondentes afirmem seu verdadeiro sentimento (MALHOTRA, 2006, p. 266-267). E para complementar o questionário foi necessário uma quarta seção, onde buscou levantar os dados pessoais dos entrevistados, contendo 20 perguntas objetivas e de múltipla escolha, segundo o método descrito anteriormente.

Os dados foram coletados no período de Junho à Agosto de 2013, junto aos docentes do sexo feminino que lecionam no curso de graduação em Ciências Contábeis, com auxílios da aplicação do questionário informado no Apêndice.

1.4.4 Tratamento de Dados

Segundo Vergara (2009), tratamento de dados refere-se a seção na qual se explica para o leitor como se pretende tratar os dados coletados, justificando porque tal tratamento é adequado aos propósitos do projeto. O autor ainda relata que é possível tratar os dados de forma qualitativa e quantitativas, ou em outras palavras, de forma estatística ou não estatística, que serão analisados quantitativamente, por meio de gráficos e tabelas, possibilitando melhor visualização e interpretação dos dados, e qualitativamente através de relatórios que apresentarão os resultados e conclusões obtidas.

Foi utilizado nesta etapa um auxílio do Software Excel para tabular o questionário de pesquisa, utilizando a análise exploratória dos dados com um intuito de obter um maior conhecimento acerca das informações obtidas.

De acordo com o autor Sillas (2011, apud, Dancey e Reidy, 2006) a análise exploratória de dados coletados na pesquisa por meios de técnicas gráficas fazem parte de um conjunto de técnicas com métodos de apresentação visual. Tal análise foi desenvolvida no presente trabalho para verificar as características pessoais das profissionais das docentes que lecionam no curso de ciências contábeis, como também identificar os aspectos profissionais que as caracterizam. Logo empregamos a análise de dados exploratória para observar a classificação das participantes da pesquisa nas diferentes fases do estresse.

Após a coleta dos dados, os resultados obtidos através dos questionários aplicados as professoras foram analisados, e com base nos resultados de respostas, foram tratados de forma quantitativa, quantificados e transformados em tabelas e gráficos, que são apresentados na análise dos resultados, com o intuito de congrega informações necessárias sobre o tema.

2 O ESTRESSE

O conceito de estresse vem de uma palavra derivada do latim, que foi popularmente usada durante o século XVII para representar adversidade ou aflição e ao fim do século XVIII, seu uso evoluiu para denotar “força”, “pressão” ou “esforço”, exercido primariamente pela própria pessoa, seu organismo e mente. (ROSSI, 1994, p. 13).

O estresse segundo França e Rodrigues (2002) é compreendido como o estado do organismo que pode produzir deformações na capacidade de resposta atingindo o comportamento mental e afetivo, o estado físico e o relacionamento com as pessoas, após determinado esforço de adaptação.

Da mesma forma Robbins (2005) afirma que o estresse é uma condição dinâmica do indivíduo, onde ele é confrontado com uma demanda, limitação ou oportunidade em relação a algo desejado e cujo resultado é percebido como importante e incerto. Podendo ser entendido de forma positiva ou negativa a depender da percepção da pessoa e o nível de estresse que ela atinge.

O autor ainda afirma que o estresse apresenta sintomas físicos devido a ativação hormonal que gera mudanças no metabolismo, sintomas psicológicos geralmente ligados a insatisfação, que quando relacionado ao trabalho a insatisfação no trabalho que é o efeito psicológico mais simples e obvio do estresse, e o sintoma comportamental quando ligado ao trabalho influenciam na produtividade, absenteísmo e rotatividade, como também nos atos alimentares, fala mais rápida, inquietação, distúrbios do sono, podendo colaborar com o consumo de bebidas alcoólicas e tabaco.

Já Nahas (2003), descreve que o estresse é decorrente do estilo de vida do indivíduo, suas rotinas seu ritmo e da forma como cada um enfrenta as adversidades que surgem. O autor ainda acredita que não seja possível mudar as situações que o indivíduo venha a sofrer acometidas do estresse, mas pode mudar a forma de resposta a estes estímulos.

Estes estímulos em geral, segundo (MALAGRIS e FIORITO, 2006), não são em sua essência, estressores, sendo o fator determinante a essa condição é a

maneira como eles serão interpretados pelo organismo de cada um (STRAUB, 2005).

2.1 As fontes de estresse

Para Lipp (2003b), as principais fontes de estresse estão divididas em duas fontes, as externas e internas. As de origem externa caracterizam-se pelos estímulos ou eventos que estão além do controle do indivíduo, como a perda ou morte de um ente querido, desemprego ou outros fatores que independem de sua vontade e controle. No que se refere as fontes internas, a autora afirma que estes fatores estão relacionadas com características individuais das pessoas, suas crenças e valores, como ansiedade, medo, perfeccionismo e outros intrínsecos à pessoa. A persistência de exposição do indivíduo a esses agentes estressores é que condiciona a fase do estresse vivenciada pelo indivíduo.

Segundo Bernik (1997), os estressores ocupacionais estão divididos também em dois grupos distintos que são: estressores do ambiente físico e demandas estressantes do trabalho e de seu conteúdo (execução da tarefa em si), referindo-se em primeiro lugar aos ruídos, vibrações, qualidade de iluminação, temperatura ambiente, higienização, adequação de espaço físico dentre outros fatores. O autor ainda afirma que tais fatores como as preocupações sobre o futuro, num período marcado por instabilidade econômica e política, baixa qualidade de vida e larga margem de desemprego, também contribuem para o aumento de sua incidência.

Mendes (2002) descreve ainda alguns fatores que podem desencadear as fontes de estresse profissional, sendo elas: sobrecarga de trabalho, relações interpessoais no trabalho, estágios de desenvolvimento da carreira profissional, status profissionais e salário, novidade ou variedade das tarefas e controle de atividades.

2.2 As fases do estresse

A partir de estudos, o processo de estresse é constituído por três fases: 1) Fase de Alerta; 2) Fase de Resistência; e, 3) Fase de Exaustão, sendo denominada pela autora de Síndrome Geral de Adaptação (SGA). SELYE (1956, *apud* SILLAS, 2011, p. 24).

O autor Sillas (2011), ainda afirma que ao identificar a primeira fase ou a fase inicial chamada de Fase de Alerta ao estímulo estressor o organismo do indivíduo tem uma resposta inicial de luta, dando assim um pontapé inicial no comportamento de adaptação a essa nova situação.

Peres (2008, *apud* Sillas, 2011, p. 24) afirma que se trata de uma síndrome geral por afetar grandes porções do corpo, promovendo assim uma defesa generalizada e sistêmica com objetivo de restabelecer o estado de equilíbrio do organismo.

Tais autores destacam que as principais características dessa fase são no mínimo sete sintomas: aumento da frequência cardíaca, tensão muscular, insônia, cefaleia, e sensação de esgotamento. Sillas (2011), ainda relata que é nessa fase que surgem as sudorese excessivas, picos de hipertensão e respiração ofegante.

A segunda fase denominada Fase de Resistência ao agente estressor segundo Malagris e Fiorito (2006, *apud* Sillas, 2011, p. 24) com no mínimo quatro sintomas passando pela etapa onde ocorre uma tentativa de recuperação do organismo após o desequilíbrio observado na fase anterior, o sujeito é acometido de um gasto de energia excessivo, podendo provocar cansaços e problemas de memória. O autor afirma que é nessa fase que ocorrem sintomas psicossociais, sendo aqueles de natureza não física, relacionada a efeitos sobre a saúde e/ou ao desempenho, como: o medo, a ansiedade, oscilação de apetite e o isolamento social.

A terceira fase denominada de Fase da Exaustão com no mínimo nove sintomas, a situação estressora surgirá com a quebra da resistência do organismo, devido ao desgaste vivido na segunda etapa, daí começam a surgir as doenças orgânicas, aquelas que geram distúrbios mentais e desajustes psíquicos, tais como: Pelagra, Doença de Parkinson, Fenilcetonúria e Paralisia Geral Progressiva

(PERES, 2008). Nesta fase a autora Lipp (2000, *apud* Sillas, 2011, p. 25), afirma que o organismo se apresenta exaurido de forças físicas e psicológicas, ficando assim mais propenso a diferentes tipos de doenças, e para Malagris e Fiorito (2006) o indivíduo apresenta uma série de dificuldades de trabalhar e de se concentrar.

A partir do desenvolvimento do Inventário de sintomas de Stress de Lipp (ISSL), por Lipp, identificou clínica e estatisticamente, uma quarta fase de estresse a qual se denomina de Fase de Quase-Exaustão. Essa fase está relacionada a fase de Resistência e a de Exaustão, com características de oscilação de humor no indivíduo (COSTA, 2007). Ainda nesta fase Milagris e Fiorito (2006, *apud*, Sillas, 2011, p.25) relatam que a produtividade do indivíduo fica bastante enfraquecida e que este comprometimento ainda não é tão grande como na terceira fase.

3 ESTRESSE OCUPACIONAL

Estudos sobre o bem estar começaram a ser abordada na segunda metade do século XIX, pelo fisiologista francês Claude Bernard, o qual defendeu que um dos aspectos fundamentais para a manutenção do bem estar é a habilidade do organismo para manter a constância do seu ambiente interno, mesmo com as mudanças que ocorrem externamente. DUTRA (2001, *apud* Canova e Porto, 2010, p. 07).

Grande parte da literatura descreve o estresse ocupacional seja o resultado de um complexo conjunto de fenômenos e não consequências de apenas um único fator externo que age sobre o trabalhador, sendo entendido como reação tensional experimentada pelo trabalhador diante de estímulos estressores que surgem no contexto de trabalho e são percebidos como ameaças à sua integridade (KAHN; BYOSIERE, 1992; COHEN; KESSLER; GORON, 1995; JONES; KINMAN, 2001).

Para Sardá Jr, Legal e Jablonski Jr, (2004, *apud* Marques e Abreu, 2009, p. 07) esclarecem que:

[...] as doenças ocupacionais geram custos e danos para as organizações e aos trabalhadores, quando não se desenvolve um ambiente de trabalho adequado, que propicie o bem estar. Reinhold (1985) define estresse ocupacional como um estado desagradável decorrente de aspectos do trabalho, que o indivíduo considera ameaçadores a sua autoestima e ao seu bem-estar. Ambientes que favorecem o contato com fatores estressantes _ como, por exemplo, excesso de atividades, longa jornada de trabalho, pressões, medo de perder o emprego _ , podem acarretar adoecimento e absenteísmo. Conforme apontado por Figueroa (2001), os elementos percebidos na situação de trabalho podem agir como estressores e podem conduzir a reações de tensão e estresse. Se os estressores (por exemplo: ambiguidade de funções, conflito de funções, incerteza com respeito ao futuro no trabalho) persistirem, e se os indivíduos perceberem sua potencialidade de confrontação como insuficiente, então poderão produzir-se reações de estresse psicológicas, físicas e de conduta, e desta maneira, levar eventualmente à doença e ao absenteísmo. (SARDÁ Jr; LEGAL; JABLONSKI Jr, 2004, p.38).

Canova e Porto (2010, p. 09), ainda acrescentam que essas reações podem prejudicar a interação das pessoas com o trabalho e com o ambiente de trabalho, à

medida que este ambiente contém demandas excessivas a ela, ou que ela não contém recursos adequados para enfrentar tais situações.

As autoras afirmam que de modo geral há uma tendência para considerar o estresse ocupacional como um processo de estressores-respostas, já que este consiste no enfoque mais completo e engloba aquele baseado nos estressores e o baseado nas respostas. Portanto, a autora enfatiza que esta tendência não significa que haja consenso sobre a definição do construto e a melhor forma de avaliá-lo. Sendo assim o estresse ocupacional fundamentado como um processo que o indivíduo percebe demandas de trabalho como estressores, os quais ao exercer sua habilidade de enfrentamento, provocam no sujeito reações negativas.

Sendo o estresse ocupacional definido pelo autor Pashoal, (2003, p.18, *apud* Canova, 2010, p. 09) como um processo em que o indivíduo percebe demandas do trabalho como estressores, ao qual ao enfrentar suas diversas atividades, o sujeito fica acometido de reações negativas.

4 O ESTRESSE E A PROFISSIONAL CONTÁBIL

Por serem muitos os motivos de estresse, a rotina da profissional contábil está entre as mais estressantes da atualidade. A alta complexidade das atividades desenvolvidas, grande fluxo de informações, prazos apertados para cumprimento de diversas obrigações, necessidade de atualização contínua e pressão de clientes (HERNANDES, 2011).

Ainda existindo o fisco, que altera a legislação a cada dia e aumenta significativamente o número de suas atribuições e obrigações, acessórias das empresas, do outro lado as empresas com os empreendedores e clientes, que cobram por respostas e qualidades dos serviços prestados pelos profissionais da área, estando no meio dessa tripla relação (CARVALHO, 2011).

Segundo Carvalho (2011), assumir todos os serviços oferecidos pode ser um atenuante para que se desenvolva o estresse do profissional contábil, podendo ele usar de forma sutil a habilidade de dizer não quando assim for necessário, pois sendo um trabalho mentalmente desgastante, poderá ele estabelecer intervalos na jornada de trabalho e estabelecer limites sobre a quantidade de horas, incluindo atividades que lhe dão prazer ajudando a minimizar o desgaste físico e mental. Dessa forma, a valorização por qualidade de vida, inclusão de atividades pessoais que auxiliem na compreensão do estresse do dia a dia, podendo ele desfrutar com familiares suas atividades pessoais, controlando cada vez mais o estresse de sua profissão.

A profissão contábil será uma das mais estressantes profissões dos próximos anos colocando em risco a qualidade de vida das profissionais e sua saúde, e que as profissionais enfrentam uma carga excessiva de trabalho o que tem levado muitos a se afastarem de suas atividades por problemas relacionados com o estresse, transtorno de ansiedade, autoconfiança e outros problemas emocionais relacionados a sua própria capacidade. E que o modo com o que a profissional lida com os problemas que enfrenta é determinante sobre seu nível de estresse, se ela entender que ela está envolvida com o problema, mas não é responsável direto do problema, isso pode amenizar o nível de estresse ou de desgaste pessoal (HERNANDES, 2011)

Segundo Sillas (2011) por exercerem essa carga excessiva de trabalho, diversos pesquisadores investigam as consequências dessa multiplicidade de papéis que o profissional contábil exerce, e essas consequências apresentam para a saúde física e mental da mulher, um índice de depressão e de estresse mais elevado, denominada de síndrome da super mulher tendo sintomas de estresses de natureza física, psicológica e interpessoal. O autor ainda afirma, que na medida em que as mulheres buscam desempenhar diversos ou diferentes papéis buscando o máximo de perfeição, elas se expõem a um número bem maior desses agentes estressores.

5 A MULHER E O MERCADO DE TRABALHO

A partir das correlações aplicadas em uma pesquisa feita de um artigo pelo autor Francisco (2007), verificou-se que as mulheres apresentaram uma ineficiência maior na administração e regulação das situações potencialmente estressoras em relação aos homens. De certa forma, as mulheres, além da jornada de trabalho na empresa, assumem outras atividades no plano familiar, tais como: orientar na educação dos filhos, dedicar atenção especial à família, bem como outras atividades domésticas. Essas peculiaridades em relação ao trabalho da mulher pode, como consequência, gerar um maior nível de tensão.

No início dos anos 70 quando as mulheres foram conquistando um espaço maior no mercado de trabalho, o mundo andou apostando em valores femininos, com a capacidade de trabalho em equipe, contra o antigo individualismo em oposição ao autoritarismo, a cooperação ao invés da competição, ocupando postos nos tribunais superiores, nos ministérios, no topo de grandes empresas, em organizações de alta tecnologia, entre tantos outros afazeres tidos como guetos masculinos que ainda não tenha sido invadido pelas mulheres (PROBST, 2005).

Sendo importante ressaltar que o ingresso da mulher no campo do trabalho não derrubou a barreira do preconceito da discriminação, não só no que diz respeito à qualidade das ocupações que têm sido criadas tanto no setor formal quanto no setor informal no mercado trabalhista, mas principalmente no que se refere à desigualdade salarial entre homens e mulheres.

E no que se refere a saúde da mulher devido ao ingresso cada vez mais rápido no mercado de trabalho observa-se que as mulheres sofrem mais do que os homens com o estresse de uma carreira, pois as pressões do trabalho fora de casa se duplicaram. As mulheres dedicam-se tanto ao trabalho quanto o homem e, quando voltam para casa, instintivamente dedicam-se com a mesma intensidade ao trabalho doméstico. Embora alguns homens ajudem em casa, não se chega a comparar com a intensidade e o desgaste de energia que a mulher tende a dar (PROBST, 2005).

6 O TRABALHO DOCENTE E A FEMINIZAÇÃO DO MAGISTÉRIO

Em um breve histórico analisado sobre o processo de constituição de carreira docente vivido pela chegada dos Jesuítas no Brasil e da sua expulsão nos séculos XVI ao XIX, pela consolidação do Estado Nacional/Burguês no século XX, período de industrialização e urbanização do Brasil, conseqüentemente firmou-se, a expansão da escolaridade e a entrada das mulheres no mercado de trabalho e no magistério (PEREIRA; CALDAS; CRUZ, 2010).

Afirma as autoras que a partir da década de 1930 devido a expansão da escolaridade primária ampliada e consolidada a Escola Normal, frequentada cada vez mais pela mulher da classe média.

[...] sua finalidade real era preparar para o desempenho do papel social de esposas e mães de famílias. Secundariamente a escola preparava para o exercício do magistério, porque, afinal, esse papel poderia substituir o de mães, para aquelas mulheres que não se casassem. Ou, como ocorreu sobretudo nos anos 50 e 60, quando a mulher começou a ter necessidade de completar a renda familiar, uma vez que o trabalho dos maridos foi sendo deteriorado no cerne do capitalismo brasileiro. O exercício do magistério então se coadunava com o trabalho doméstico. (PIMENTA, 1994, p. 33)

Tido como marco a presença masculina durante três séculos, quase única e seleta como profissionais do magistério, as mulheres penetraram nesse novo ambiente público como forma de acesso ao conhecimento e a um trabalho honroso. Com isso as mulheres solteiras viram novas possibilidades na área como forma de sobrevivência pelo trabalho, e para as casadas, o magistério era aceitável como um prolongamento das funções maternas, visto como único emprego digno, de acordo como ideal feminino, como profissão apta à mulher (PEREIRA; CALDAS; CRUZ, 2010).

Apesar de todas essas aceitações o ingresso da mulher como profissional, não fora visto com bons olhos, sem conflitos, resistências e críticas. Visto como o processo com elementos próprios de uma cedência ao surgimento do novo, afirma

as autoras. Logo se afirmou que o processo de feminização do magistério não pode ser compreendido como uma grande aceitação ou simplesmente uma ocupação de um espaço abandonado pelo homem, mas sim, adquirido honrosamente pelas mulheres.

Outros autores também afirmam que a presença masculina era de exclusividade e predomínio na constituição do magistério brasileiro, situação modificada ao longo dos anos com o crescimento da participação das mulheres, denominado como processo de feminização do magistério. Sendo considerado um fenômeno mundial e a compreensão dessa realidade ainda tem sido objeto de estudo de vários pesquisadores. (ROCHA, 2011)

7 A PROFISSÃO DOCENTE E AS DOENÇAS OCUPACIONAIS

Em virtude ao fascínio pela vida do ser humano, vários estudos científicos, em diversas áreas, procurou-se entender sua organização, sua evolução, sua trajetória de vida, sua importância como agente transformador, sua ocupação, dentre tantos outros. Para as autoras Contin e Maria (2006, *apud* Barbosa Filho, 1978, p.54) “o objeto geral das ciências sociais é o homem, considerado como o elemento responsável pela formação, organização e transformação da sociedade”.

É preciso focar a grandeza das ciências sociais, para entender cada segmento da sociedade, com isso perceber características inerentes a cada profissão e suas dificuldades próprias, sendo muitas delas destacadas: as definições e atribuições de determinada profissão, o interesse desses profissionais, as preocupações, as doenças relativas a profissão, o tempo livre dos profissionais e como o mesmo é utilizado, a estrutura da carreira, etc (CONTIN; MARIA, 2006).

Destacando a carreira do professor por Silva (s.d.) e citada por Júnior, Ramos e Couto (2003, p. 30).

[...] o professor não se trata de alguém que já trilhou uma trajetória linear da “vida” e, portanto acumulou experiência e tem função de induzir seus alunos a trajetória semelhante, pois não somos mera sucessão de fatos cronológicos: “o ser professor” vive seu tempo e este se intersecciona com o tempo de cada um de seus alunos que não são iguais entre si e, sobre os quais, qualquer tentativa de homogeneização tende ao fracasso.

De acordo com Corrêa e Saraiva (2000, *apud* PAIVA E SARAIVA, 2004, p. 145), embora haja tentativas de produções alternativas ao modelo mecanicista de organização do processo de trabalho, são evidentes suas características no desenvolvimento da organização moderna, sendo boa parte da própria concepção associada e ênfase nas tarefas. Ao pressuposto desgaste tanto físico como mental para o alcance de padrões aceitáveis de desempenho, esse modelo precisa incorporar o adoecimento como uma das variáveis envolvidas na análise do trabalho. Entre as possíveis doenças ligadas ao trabalho em geral está o estresse.

Nas instituições de Ensino superior, solicita-se do docente que trabalha em tempo integral o exercício de três funções que caracterizam a universidade: ensino, pesquisa e extensão, como também terem que atuar algumas vezes na parte administrativa da instituição. Em termos de condição de trabalho considera-se este profissional um grupo apenado, tendo que cumprir suas obrigações com o ensino exercendo o ofício em horários de aulas determinados, ficando muitas vezes sem nenhuma cobertura para correção de atividades, preparação de aulas, atividades de extensão ou pesquisa. Tendo remuneração obtida por este trabalho, insuficientes para cobrir as necessidades, obrigando o professor trabalhar em várias instituições e em turnos diversificados, sem uma garantia de trabalho e segurança financeira. Como também comprometendo sua formação continuada, pois é bem provável que não se disponha de tempo e recursos para o aprimoramento do seu ofício (BARRETO, 2007).

Para o autor Mello (2008) o processo de mudanças no comportamento da sociedade rente ao docente, é chamado de proletarização do docente. E que devido às novas fontes de informação e mudanças da imagem do profissional docente conforme expectativas da sociedade trazem as organizações de ensino incertezas sobre o objetivo do sistema educacional, onde o mercado de trabalho do profissional concorrente com outros bens.

E que essas fontes do estresse no trabalho se definem como resposta específica ou generalizada de ajustamento que visam recuperar o equilíbrio entre o indivíduo e sua ocupação específica. Onde o papel do profissional docente na instituição torna-se fundamental para que o mesmo tenha uma vida profissional saudável.

As fontes do estresse encontram-se na organização e como o individuo pode encontrar nesta uma auto realização ou frustração podendo se desenvolver sintomas físicos do estresse tais como: aumento da pressão arterial, dores nos ombros e coluna, consumo de álcool, irritabilidade, dentre outros. As consequências do estresse na organização se manifestam por meio do absenteísmo, rotatividade, dificuldade (MELO, 2008).

O autor ainda afirma que o profissional docente com sintomas de estresse ira manifestar diversos comportamentos devido a pressão no trabalho, onde os sentimentos muitas vezes serão afetados definindo sua personalidade. O mesmo

comenta que existem dois tipos de personalidade sujeitas ao estresse sendo classificadas do tipo A, definidas por pessoas impacientes, meio apressadas, competitivas, nervosas, perfeccionistas até se sentindo culpadas por em alguns momentos relaxar em seus afazeres ou momentos de lazer. Os demais são do tipo B classificado como aqueles que não sentem necessidade de impressionar os outros ou os terceiros, não tem senso de urgência, nem preocupações com o cumprimento de horários sendo capazes de trabalhar de forma mais serena, ou seja, de forma pacata. Mesmo estando em num ambiente onde os valores da organização se voltam para aqueles que são Maníacos por trabalho (MELO, 2008).

A Saúde mental do profissional docente foi analisada pela autora Selye (1956, *apud* Melo, 2008, p.01) de uma forma ampla onde se analisa a interferência do estresse em sua vida cotidiana, onde a soma do mal estressor estar e do esgotamento produzido pela acumulação de exigências repercute na personalidade dos docentes.

As atividades do profissional de ensino tornam-se cada vez mais tarefas acumulativas, pois possui funções de tutoria, aconselhamento, investigação, pesquisa administrativo-burocrática, assessoramento, erudição e docência, com tantas tarefas surgem alguns desvios do comportamento pela soma do estresse como o desejo de abandonar a docência, absenteísmo laboral, esgotamento e auto cupabilização (MELO, 2008).

Para Meleiro (2002, *apud*, Barreto, 2007, p.21), tal fenômeno dito como estresse ocupacional, é visto como reação perfeitamente normal do organismo, tido como indispensável para a sobrevivência humana, porque prepara o ser humano para enfrentar situações desafiadoras e as adversidades que possivelmente venham a surgir cotidianamente. Referindo-se especificamente ao docente, a autora assim afirma.

Professor é uma profissão louvável, que merece respeito e consideração pela nobre profissão pela nobre missão, de quem a exerce, de transmitir seus conhecimentos aos alunos. Infelizmente ocorreu uma deterioração das condições da formação e da prática profissional do professorado no Brasil, hoje tão desvalorizado no próprio universo acadêmico, na mídia e na sociedade em geral. Diversos trabalhos na literatura mundial mostram que ser professor é uma das profissões mais estressantes na atualidade. (MELEIRO, 2002, p.15).

Para a autora fica claro que o estresse é alvo de grande interferência das condições de trabalho oferecido ao docente, e que claramente ao professor universitário pela caminhada acadêmica que já fez, se vê afetado quanto ao reconhecimento desproporcional entre o que já investiu para sua formação acadêmica e que recebe pelo seu empenho e dedicação.

A autora Lipp (2002) menciona como fontes de estresse as exigências referentes à alta produtividade científica, necessidade de constante atualização, bancas e defesas, as longas jornadas de trabalho inclusive nos domingos e feriados, falta de equipamentos e condições de trabalho, como também o estresse tecnológico, que exige constantemente novas informações tecnológicas com programas e aparelhos de última geração, entre outros. E que segundo os autores, esses fatores contribuem significativamente a culpa e sentimento de impotência por não conseguir dar conta de tanta informação.

Tecnostress é a complexa reação que ocorre quando o ser humano tenta e não consegue absorver toda a estrutura ocupacional de uma máquina em uma tentativa de entendê-la e como ela se comunica. Ocorre quando as exigências da interação homem-máquina ultrapassam a capacidade de entender as mensagens tecnológicas para fazer uso do potencial técnico prometido. Tecnostress envolve falha na interação máquina-gente, em geral atribuída à dificuldade do homem de entender a máquina. (LIPP, 2002, p. 59-60).

Entende-se que a exigência pelo alto nível do saber do professor independe de sua realidade, o que se quer cada vez mais é a melhoria no que diz respeito ao repasse da informação, sem muitas vezes sequer oferecer o mínimo de preparação didática, muito menos uma preparação adequada para utilizar as novas tecnologias.

8 A RESILIÊNCIA E OUTRAS, COMO POSSÍVEIS ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL

O professor universitário recebe seu alunado que na sua maioria acabou de sair da adolescência, e que muitas vezes chega a universidade ainda com desejos variados em relação a sua vida profissional, sendo ele o professor exigido a desenvolver meios de ensino adaptável, como também contribuir para um bom desempenho de aprendizado e desenvolvimento integral do aluno.

Segundo o autor Tavares (2001, *apud* Barreto, 2007, p. 23) existem estratégias que nos encoraja a prosseguir com o estudo, uma vez relacionado ao professor universitário podendo auxiliá-lo em seu desempenho como também enfrentamento ao estresse ocupacional, apontando seus conhecimentos acerca da resiliência como ferramenta de grande motivação.

O conceito de resiliência segundo o autor teve origem na Física, e está associada à resistência de um material ou choque, à tensão ou pressão acerca de alguma situação.

Para Anaut (2005, *apud* Barreto, 2007, p. 23) o significado da expressão resiliência encontrado em um dicionário da língua francesa a compreensão da palavra, tendo por base sua etimologia, afirma que a resiliência é muito mais que uma resistência que enrijece, é flexibilidade e adaptação saudável.

Para melhor definir o termo ser uma pessoa resiliente, a autora Ursini (2012), através do autor Paulo Sabbag idealizador de uma escala nacional para avaliar o nível de resiliência nos profissionais, elaborou uma pesquisa no Brasil realizada com 1.500 pessoas, e definiu que:

A antiga escala de estresse ficou sem embasamento, pois se observou que pessoas diferentes tinham reações adversas ao mesmo tipo de estresse. Hoje sabemos que é mais estressado quem é menos resiliente. E mais feliz quem tem mais resiliência. (SABBAG, 2012)

Ao analisar tal afirmação entende-se que a sociedade acaba valorizando o excesso, focando muitas vezes na mesmice sem querer o diferencial, por medo da mudança, adquirindo assim uma baixa resiliência, vivendo o insucesso.

A resiliência para Sabbag (2012) é definida como competência de indivíduo ou organizações que fortalece, permite enfrentar e até aprender com dificuldades e desafios. Sendo uma competência por poder ser aprimorada, reunindo consciência, atitudes e habilidades ativadas nos processos de enfrentamento de situações em todas as áreas da vida. E da mesma forma as organizações também apresentam tal competência.

Para Barreto (2007, pag. 130, apud, Carvalho 1997), se tratando do lazer na vida do trabalhador, existe uma grande necessidade de substituir em alguns momentos uma atividade que requer algum consumo de energia por outra que lhe traga relaxamento, descontração e reposição desta, tais como atividades físicas, como a ioga, meditação, além de tantas outras atividades, buscando assim repor energia para o enfrentamento de desgastes sofridos mentalmente e fisicamente.

As relações com seu próprio corpo e a atividade física regular liberam substâncias ante estressantes. Sabe-se que esta técnica já era usada pelos chineses há mais ou menos dois mil anos. Este procedimento ajuda a manter o equilíbrio das energias das pessoas com as do universo. (CARVALHO, 1997, p. 151).

Na visão do autor, se tais estratégias forem adotadas, fica claro que se pode amenizar o estresse deixando de ser uma doença ou exaustão, passando a ser um fator motivacional para que o profissional busque novas mudanças e mecanismos por meios saudáveis ao estresse ocupacional, como também situações imprevisíveis que possam surgir no cotidiano.

Para o ofício docente sentimentos de realização pessoal ou o que lhe faz querer ser professor, mesmo com seu regime de trabalho muitas vezes dedicação exclusiva, ou exercendo outras atividades além da docência, nada mais justo que se sintam orgulho de sua maestria, e que na sua arte descubram o prazer e se sintam animados, fortalecidos como também realizados. (BARRETO, 2007, pag.132).

É preciso reconhecer que, se tratando do exercício da docência como um ofício, também estamos falando de um “fazer” qualificado, de mestres de um ofício muito específico no qual seu artífice conhece seus segredos e sua arte. (ARROYO, 2000).

De acordo com o autor nada melhor que ser reconhecido no trabalho e que isso certamente produz autoestima como também autoconfiança e cada vez mais motivação para enfrentar os desafios da vida.

9 ANÁLISE DOS DADOS

Neste capítulo é empreendida uma análise explorando o material discursivo com base nas entrevistas feitas com as docentes que lecionam na instituição, priorizando e enfatizando as questões relacionadas ao estresse ocupacional, onde procurou dar uma ênfase maior aos elementos-chaves com os discursos das entrevistas, onde os docentes, através de suas percepções relativas aos diferentes itens abordados, constroem uma análise discursiva capaz de expressar a natureza e o nível de compreensão que cada uma delas tem a respeito do problema analisado como também sobre a docência, o estresse, seus fatores e fases, e a resiliência.

No estudo em questão os dados coletados por intermédio de um questionário de pesquisa, foram tabuladas questões relacionadas ao estresse, onde foi mantido um contato preliminar com os docentes tendo sido explicado a proposta da pesquisa e solicitado a colaboração delas, feitos no período entre junho à agosto de 2013.

9.1 Articulações dos Dados

Nesta etapa buscou organizar as informações a fim de articular com nossos objetivos, e conseqüentemente ampliar o conhecimento sobre o estresse ocupacional associado ao exercício do ofício do professor que leciona no curso contábil, e as estratégias utilizadas capazes de auxiliar e desenvolver a resiliência.

Com a análise das alternativas através de perguntas objetivas e também através de escalas onde se julgava a concordância e a discordância em relação ao seu comportamento diante do seu trabalho, foi possível descrever os conhecimentos em relação ao que é estresse e suas conseqüências, como também identificar possível auxílio e enfrentamento ao estresse.

9.1.1 Características de motivação com o trabalho

Inicialmente para alcançar esta finalidade foi investigado através de escalas de julgamento perguntas visando mensurar os sentimentos de satisfação ou insatisfação com o trabalho, utilizando níveis de concordância ou discordância em relação ao trabalho dentro da universidade.

Para o autor Mello (2008) o trabalho do professor vem sendo cada vez mais explorado não somente em sala de aula como também em atividades extras dentro da universidade.

A autora Lipp (2002) aborda a forma como a informação e a transmissão dessa informação é repassada, como também a necessidade de constante atualização, exigências pela boa comunicação tecnológica com meios de última geração cada vez mais moderno têm afetado a forma de comunicação dentro da instituição.

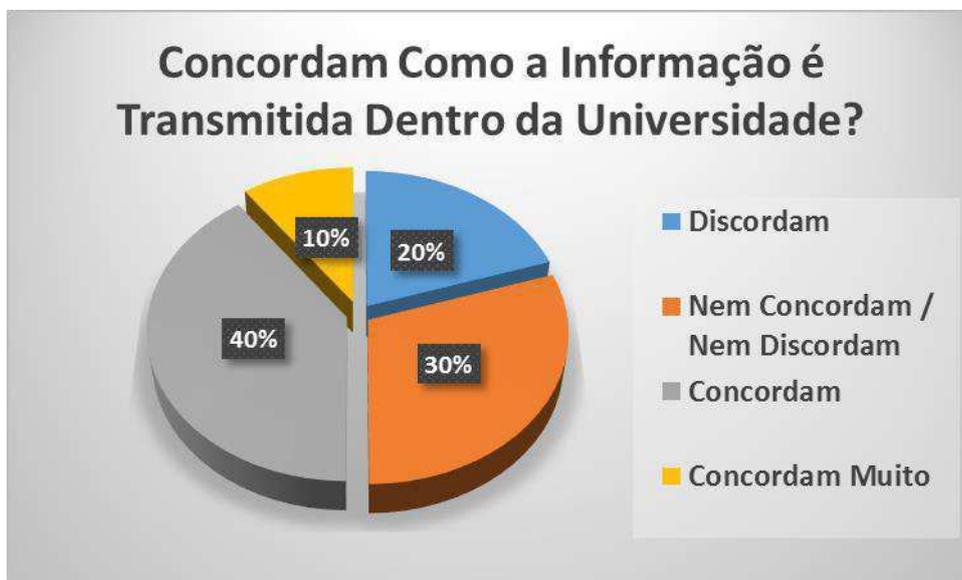


Gráfico 1 – Informação transmitida dentro da universidade
Fonte: Pesquisa de campo, 2013

As entrevistadas afirmaram que 20% discordam da forma como a informação é transmitida dentro da universidade, 30% nem concordam e nem discordam, 40%

concordam e 10% concordam muito com a forma de tal transmissão e comunicação dentro do seu ambiente de trabalho, conforme demonstra o gráfico 1.



Gráfico 2 – Satisfação com o trabalho
Fonte: Pesquisa de campo, 2013

Em relação a sua atividade qual a escala de satisfação com seu trabalho, 60% concordam dizendo que são satisfeitas com seu trabalho, 20% concordam muito e 10% discordam e 10% nem discordam nem concordam(Gráfico 2). Tal resultado está de acordo com que Merello (2002) relata sobre esta nobre profissão onde ele afirma que ser professor é merecer louvor, respeito e consideração, mas que infelizmente ocorreu uma deterioração das condições da formação e da prática profissional do professorado no Brasil, hoje tão desvalorizado no próprio universo acadêmico, na mídia e na sociedade em geral.

A análise da terceira questão diz que das professoras entrevistadas, 60% responderam que se sentem motivadas com suas atividades, 20% muito motivadas, 10% discorda dessa motivação como também 10% nem concordam nem discordam que sejam motivadas (Gráfico 3).



Gráfico 3 – Motivado em suas atividades
 Fonte: Pesquisa de campo, 2013

Em relação quanto a motivação, o autor Tavares (2001, apud Barreto, 2007, p. 23) afirma que existem estratégias relacionado ao professor universitário podendo auxiliá-lo em seu desempenho como também meios auxiliares para o enfrentamento do estresse ocupacional, apontando seus conhecimentos acerca da resiliência como ferramenta de grande auxílio e motivação.

O gráfico 4 aborda o quanto a profissional é exigida em suas atividades, e como já foi relatado no referencial teórico pela autora Lipp (2002) as exigências referentes à alta produtividade científica, a necessidade de constante atualização, bancas e defesas, as longas jornadas de trabalho inclusive nos domingos e feriados, falta de equipamentos e condições de trabalho são fatores onde 50% das entrevistadas foram imparcial quanto a existência de exigência em suas atividades, 20% afirmaram que não são exigidas, 20% afirmam que há certa exigência e 10% dizem que são muito exigidas.



Gráfico 4 – Exigências pelas atividades
Fonte: Pesquisa de campo, 2013

No Gráfico 5, as profissionais são indagadas no tocante que se refere ao grau de desenvolvimento e crescimento como pessoa em suas atividades, em resposta 50% responderam que podem crescer muito, 20% foram imparciais em sua resposta, 20% responderam que podem crescer muito além, e 10% responderam que discordam desse crescimento e desenvolvimento.

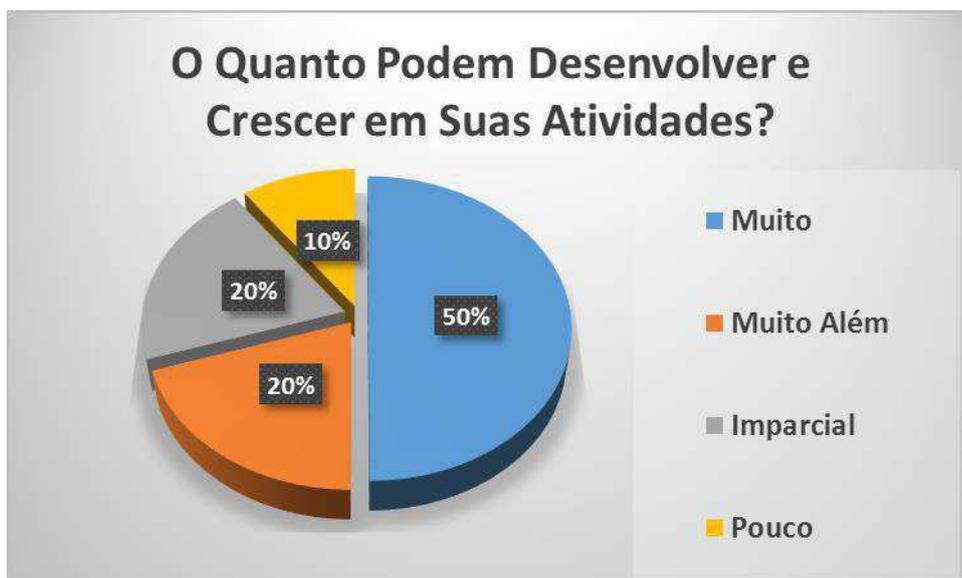


Gráfico 5 – Desenvolver e crescer nas atividades
Fonte: Pesquisa de campo, 2013

No Gráfico 6, as respondentes foram questionadas se existem conflitos que são resolvidos dentro do ambiente de trabalho, em resposta 60% concordam que existam conflitos que são resolvidos dentro da universidade, 20% nem discordam nem concordam, ou seja, se mantiveram imparciais, 10% discorda e 10% discorda muito que existam conflitos que são resolvidos dentro do ambiente de trabalho.



Gráfico 6 – Existência de conflitos no ambiente de trabalho
Fonte: Pesquisa de campo, 2013.

Na sétima questão foi perguntado se suas atividades permitem que as professoras utilizem plenamente suas habilidades, em resposta 40% concordam, 30% responderam que nem concordam nem discordam mantendo assim imparcialidade, 20% discordam e 10% discorda muito afirmando assim que suas atividades não permitem a utilização plena de suas habilidades em seu ambiente de trabalho (Gráfico 7).

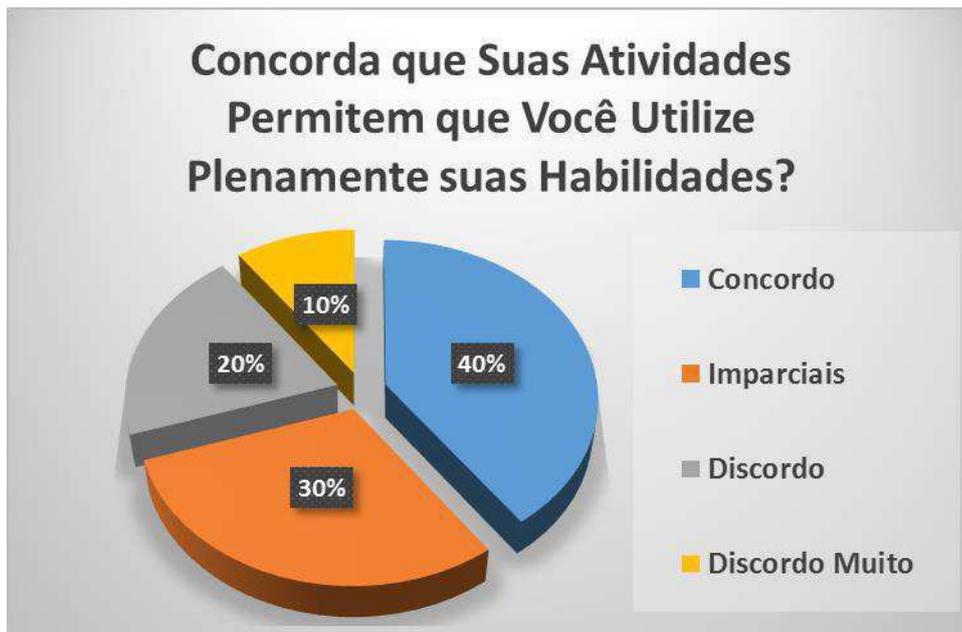


Gráfico 7 – Atividades que permitem a utilização de habilidades
Fonte: Pesquisa de campo, 2013.

O gráfico 8 aborda o questionamento quanto a satisfação em relação ao clima e ao ambiente de trabalho, e resultou que 40% sentem-se satisfeitas, já 30% dizem não estarem satisfeitas nem tampouco insatisfeitas mantendo sua imparcialidade, 20% se sentem muito satisfeitas e apenas 10% sentem-se insatisfeitas quanto ao clima e ao ambiente de trabalho.

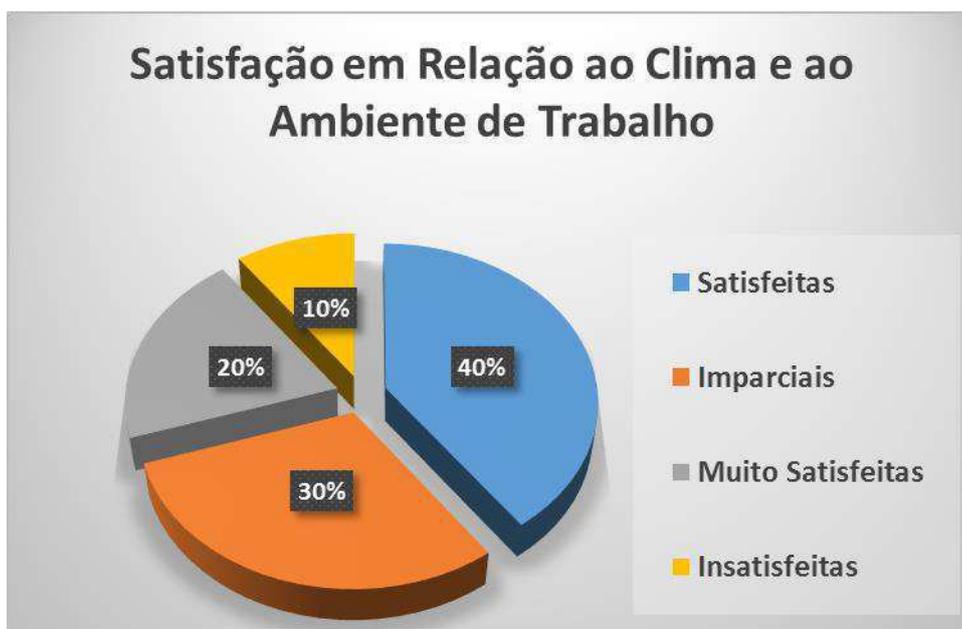


Gráfico 8 – Satisfação em relação ao clima e ambiente de trabalho
Fonte: Pesquisa de campo, 2013.

9.1.2 Sentimentos e Pressão no Trabalho

Na segunda sessão, onde foram abordados os sentimentos e como eles são afetados pela pressão que fora percebido em seu ambiente de trabalho, foram assinaladas as questões que mais se aproximam de sua realidade, considerando o que as pesquisadas tem sentido nos últimos meses.

Para o autor Mello (2008), tais pressões podem ser classificadas em dois grupos, onde o grupo A, foi personalizado como um grupo de pessoas, onde o sujeito devido a pressão no trabalho sua personalidade pôde ser definida como uma pessoa impaciente, competitiva, ansiosa, perfeccionista, nervosa, etc. A seguir demonstra-se a análise da sessão 2.

Na primeira questão, demonstrada pela Figura 1, numa escala de 1 a 5 de frequência, onde foi dividido por proximidade de afirmação o número 1 sendo frequentemente, o número 2 às vezes, o número três, nem frequente nem nunca, o número 4 quase nunca e o número 5 nunca, foi questionado se algumas vezes, durante um dia comum de trabalho, ocorreu da docente se sentir nervosa por razões que nem sempre têm uma explicação óbvia.

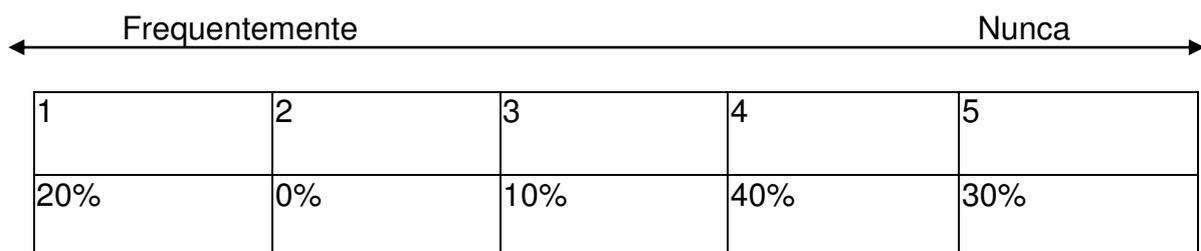


Figura 1 – Sentir nervoso por razões que nem sempre têm uma explicação óbvia
Fonte: Pesquisa de campo, 2013.

Em resposta ao se sentir nervoso por razões que nem sempre têm uma explicação óbvia, a maioria com 40% afirmaram que quase nunca ocorrem de se sentirem nervosas por tais razões, 30% delas disseram que nunca ocorreu tal ocasião, 20% afirmaram que frequentemente são acometidas de tal situação onde se sentem nervosas por razões que nem sempre têm explicações e 10% nem com frequência nem nunca ocorreu tal situação.

Na segunda questão (Figura 2) foi abordada como as professoras avaliam as reservas de energia para enfrentar a pressão que se acumula no trabalho. De acordo com Barreto (2007), existe uma grande necessidade de substituir em alguns momentos uma atividade que requer algum consumo de energia por outra que lhe traga relaxamento, buscando assim repor energia para o enfrentamento de desgastes sofridos mentalmente e fisicamente. E que as relações com seu próprio corpo e a atividade física regular liberam substâncias ante estressantes (CARVALHO, 1997, p. 151).

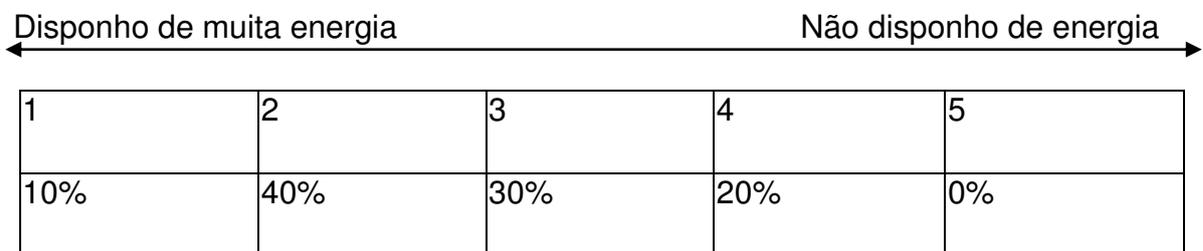


Figura 2 – Reservas de energia para enfrentar a pressão que se acumula no trabalho.
Fonte: Pesquisa de campo, 2013.

De acordo com a figura 2 a escala mais utilizada pelas entrevistadas correspondendo 40% afirma que elas dispõem de energia para enfrentar essa pressão, com 30% das respostas as entrevistadas afirmaram que nem dispõem de tanta energia, mas também não se sentem indispostas, 20% afirmaram que quase não se dispõem de reservas de energia, e apenas 10% afirmou que dispõe de muita energia para enfrentar tal pressão cumulativa de trabalho.

Já na figura 3, foi questionado acerca dos momentos no trabalho em que sente que a vida é dura demais, utilizando o mesmo modelo de escala da pergunta um, em relação à frequência, 50% utilizando a escala 5, disseram que nunca houve momentos de tal sensação; 30% afirmaram através da escala 3 que nem com frequência nem nunca sentiram tal sensação, 10% disseram através do número 2 que quase sente com frequência essa sensação, e 10% disseram utilizando o número 1 que frequentemente sentem essa sensação que a vida é dura demais para ela.

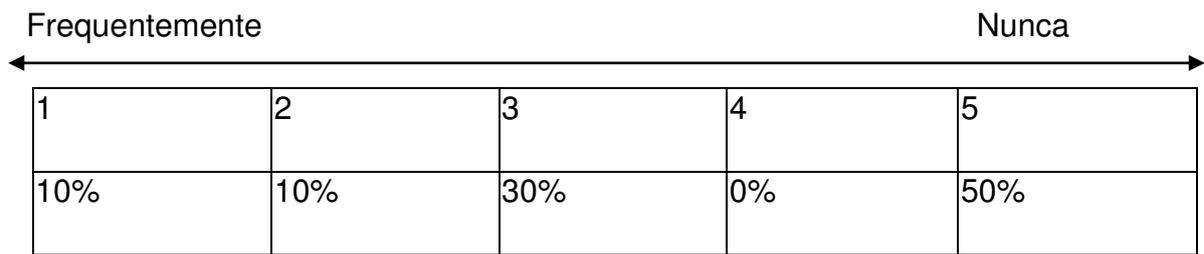


Figura 3 – Momentos no trabalho em que você sente que a vida é dura demais para você.
Fonte: Pesquisa de campo, 2013.

O questionamento seguinte, representado a seguir através da figura 4, foi abordada se na realização do seu trabalho as docentes têm percebido uma redução da sua autoconfiança e se questionada quanto à sua própria capacidade. Baseado nos questionários chegamos as seguintes respostas.

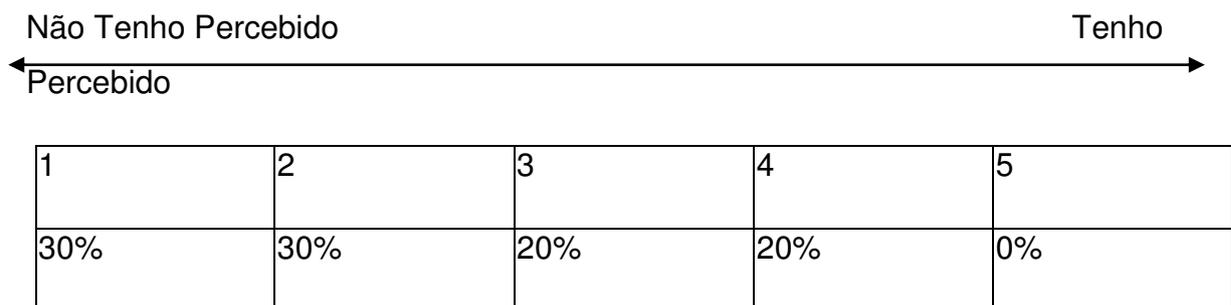


Figura 4 – Redução da sua autoconfiança
Fonte: Pesquisa de campo, 2013

A análise mostra que 30% das entrevistadas não perceberam redução de sua autoconfiança como também em relação à sua capacidade, com 30% de afirmação quase não foi perceptível tal redução, 20% das entrevistadas afirmaram que nem perceberam, nem tem percebido se sua autoconfiança foi reduzida, e finalmente 20% responderam que quase há uma percepção em relação a redução de sua autoestima e se questionada quanto à sua capacidade.

Na quinta questão dessa etapa, se pergunta se as entrevistadas se consideram capaz de identificar e resolver eficientemente seus problemas pessoais e do trabalho, conforme demonstrada na figura 5:

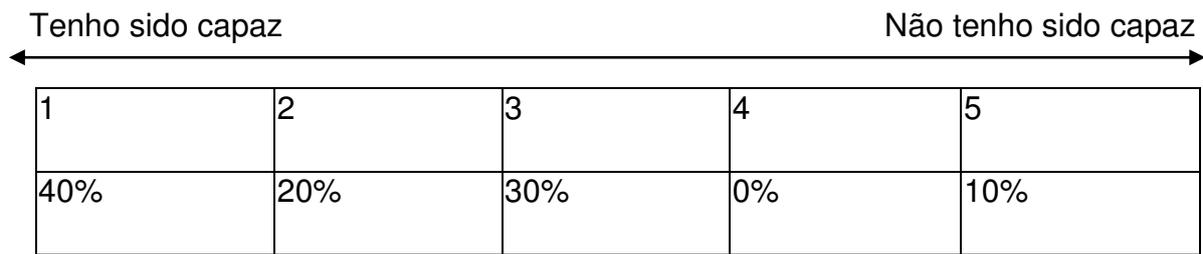


Figura 5 – Identificar e resolver eficientemente os seus problemas pessoais e de trabalho
 Fonte: Pesquisa de campo, 2013

Com a auto avaliação de capacidade em identificar e resolver eficientemente seus problemas pessoais e de trabalho, as respostas foram as seguintes, 40% das entrevistadas afirmaram que têm sido capazes de identificar e resolver seus problemas com eficiência, 30% que nem tem sido capaz, mas também não são incapazes de resolver tais problemas, 20% delas afirmaram que quase identificam e resolvem seus problemas, e 10% afirmou não têm sido capaz de identificar e resolver seus problemas pessoais e no trabalho.

Após os dados analisados das figuras 4 e 5, o autor Hernandez, (2011) descreve que a profissão contábil será uma das mais estressantes profissões dos próximos anos, e que os problemas relacionados a sua autoconfiança a identificação e resolução dos problemas pessoais e de trabalho podem ser amenizados pelo modo em que os indivíduos os enfrentam, ou seja, se ele entender que está envolvido com o problema, mas não é responsável direto do problema, isso pode diminuir o nível de estresse ou desgaste pessoal.

A questão seguinte, demonstrada através da figura 6, foi analisado a respeito do trabalho e da vida pessoal, se elas se descreveriam, de uma forma geral, sendo uma pessoa sempre preocupada com seus problemas.

A respeito dos problemas com trabalho e com a vida, as profissionais femininas segundo Probst (2005), sofrem muito mais que os homens pois tanto no trabalho profissional como na vida pessoal dedicam-se com a mesma intensidade. Embora alguns homens ajudem em casa, não se chega a comparar com a intensidade, a preocupação e o desgaste de energia que a mulher tende a dar.

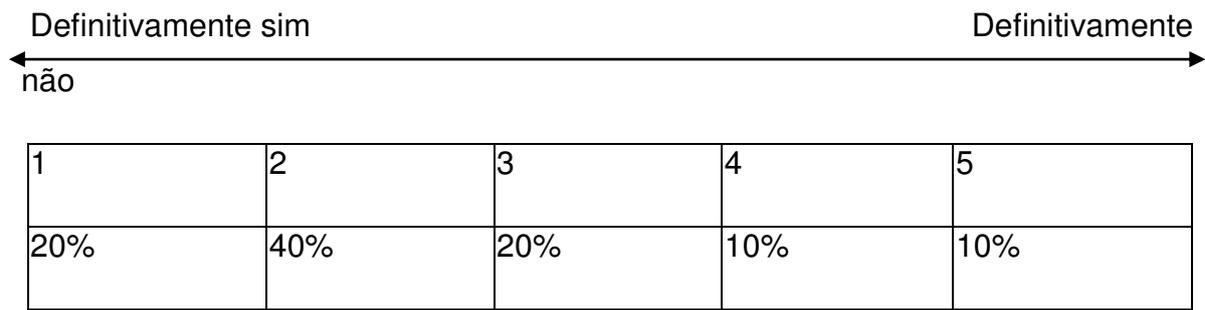


Figura 6 – Pessoa preocupada com seus problemas
 Fonte: Pesquisa de campo, 2013

De acordo com as respostas, 40% afirmaram que são quase que definitivamente pessoas preocupadas de uma forma geral com seus problemas, 20% afirmaram que definitivamente sim, são sempre preocupadas, 20% disseram que nem são preocupadas nem despreocupadas com tais problemas, 10% afirmando que quase não são preocupadas, e 10% responderam que definitivamente não se descrevem preocupadas com seus problemas.

9.1.3 Perfil do Entrevistado

A terceira sessão de perguntas tem como base o questionário distribuído as docentes que lecionam no curso de ciências contábeis desta instituição buscando os aspectos pessoais tais como idade, onde 70% delas tem entre 30 a 39 anos de idade, e 30% tem a média de idade entre 40 a 49 anos (Gráfico 9).



Gráfico 9 – Intervalo de idade
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

O Gráfico 10 demonstra o segundo questionamento, que foi abordada acerca do estado civil das respondentes, e através do questionário se chegou a seguinte resposta demonstrada no gráfico 2, que demonstra que o estado civil das entrevistadas 90% são casadas e apenas 10% são solteiras.



Gráfico 10 – Estado Civil
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

Em relação a vida pessoal das entrevistadas, perguntamos se possuem filhos e quantos, pois devido a sua ocupação profissional, as mesmas provavelmente

exercem outras ocupações em seu lar. Onde 40% delas disseram não ter filhos, 40% das entrevistadas têm de 1 a 2 filhos, e 20% delas tem de 3 a 4 filhos, conforme demonstra o gráfico 11, a seguir.



Gráfico 11 – Número de filhos
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

Quando questionadas em relação ao nível acadêmico alcançado, as entrevistadas, com 70% das respostas foi a de profissional com o mestrado, 20% das entrevistadas tem especialização na área e 10% tem doutorado em nível acadêmico (Gráfico 12).

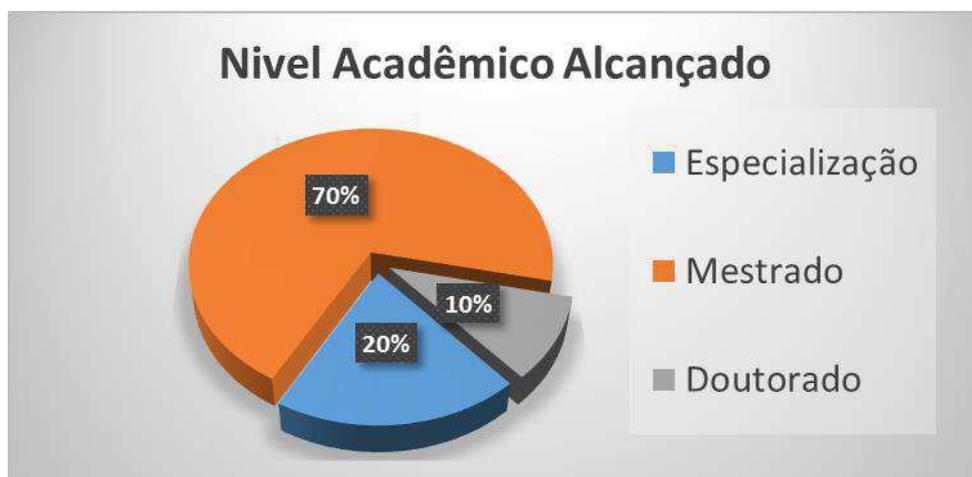


Gráfico 12 – Nível acadêmico alcançado
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

Quando abordadas sobre a que categoria funcional elas exercem sua profissão, a resposta que obteve maior porcentagem com 60% foi a de professor assistente, 30% são professoras auxiliar e 10% são professoras adjunto, conforme demonstra o Gráfico 13 seguinte.

O gráficos 12 e 13 tem uma correlação, apresentando similaridades por terem o nível acadêmico correlação com a categoria funcional a qual as docentes alcançaram na instituição.

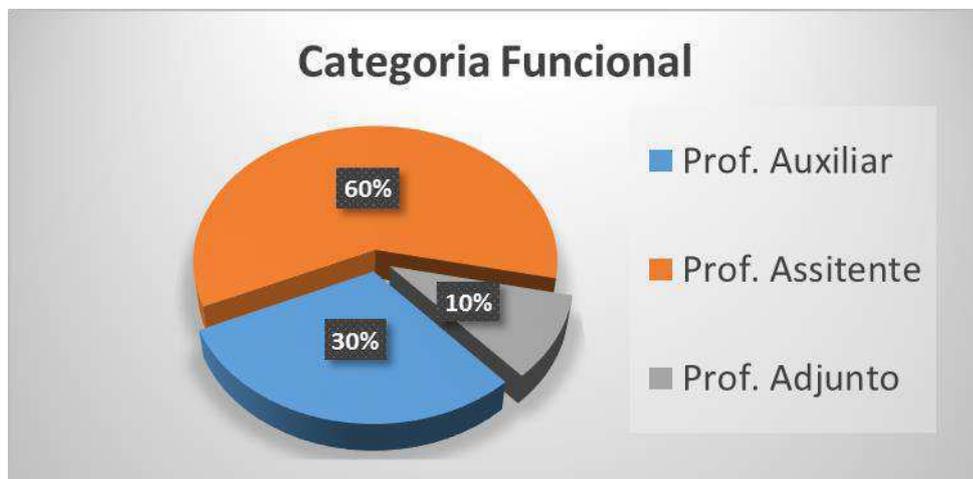


Gráfico 13 – Categoria Funcional
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

Em relação ao tempo de docência, demonstrado pelo Gráfico 14, as docentes responderam que 70% trabalham de 7 a 15 anos, 10% trabalham de 4 a 6 anos como professoras, 10% responderam que trabalham entre 6 a 25 anos e 10% responderam que trabalham como docente de 1 a 3 anos.

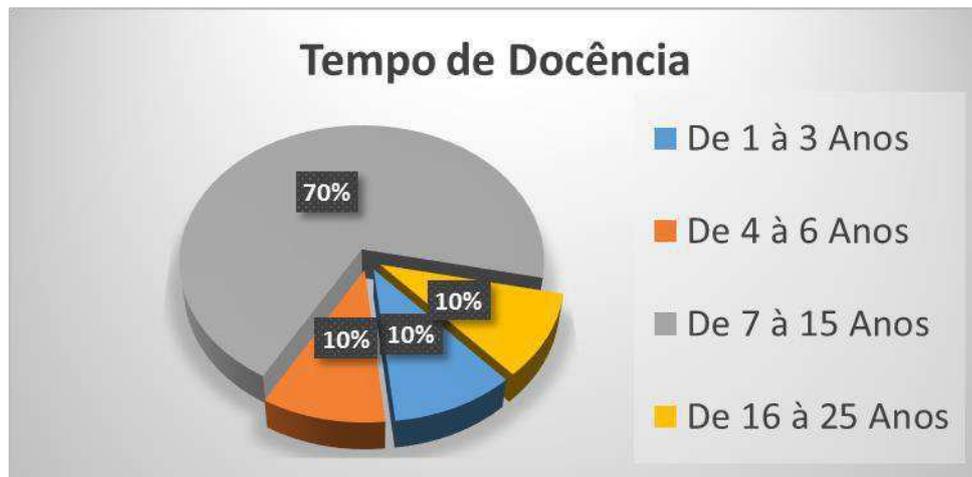


Gráfico 14 – Tempo de docência
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

Quanto ao regime e horas de trabalho (Gráficos 15 e 16), e há quanto tempo leciona na instituição, foi possível vislumbrar que 50% trabalham 20 horas semanais e 50% trabalham com dedicação exclusiva e dentre as entrevistadas 5 delas lecionam na instituição entre 2 a 3 anos, 4 lecionam entre 4 e 5 anos, e 1 leciona nesta instituição a mais de 9 anos.

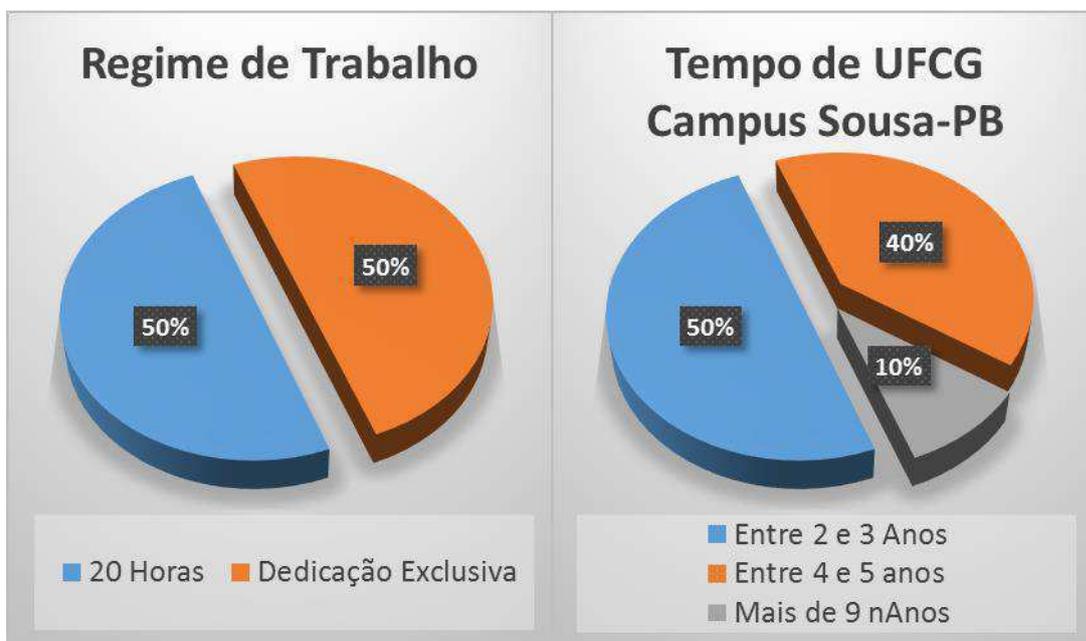


Gráfico 15 – Regime de trabalho
Fonte: Dados da Pesquisa, 2013

Gráfico 16 – Tempo de UFCG - Sousa
Fonte: Dados da Pesquisa, 2013

Quando questionadas se exercem outra atividade profissional além da docência 60% responderam que “não”, e 40% responderam que “sim”, exercem outras atividades profissionais e que esta escolha em trabalhar em mais de uma atividade profissional foi escolha pessoal equivalendo a 70% das respostas positivas (Gráfico 17). Questionadas ainda se já pensaram em mudar de profissão ou deixar de ser professor, pois para Meleiro (2002, *apud* Barreto, 2007, p. 21) o estresse é alvo de grande interferência das condições de trabalho oferecido ao docente, e que claramente ao professor universitário pela caminhada acadêmica que já fez, se vê afetado quanto ao reconhecimento desproporcional entre o que já investiu para sua formação acadêmica e que recebe pelo seu empenho e dedicação. As entrevistadas 30% responderam que sim, já pensaram em mudar de profissão e 70% disseram que não. Perguntamos ainda se elas têm orientandos de graduação, Mestrado e/ou doutorado além de suas ocupações, 70% responderam que sim, e 30% responderam que não, veja gráfico 17 a seguir.

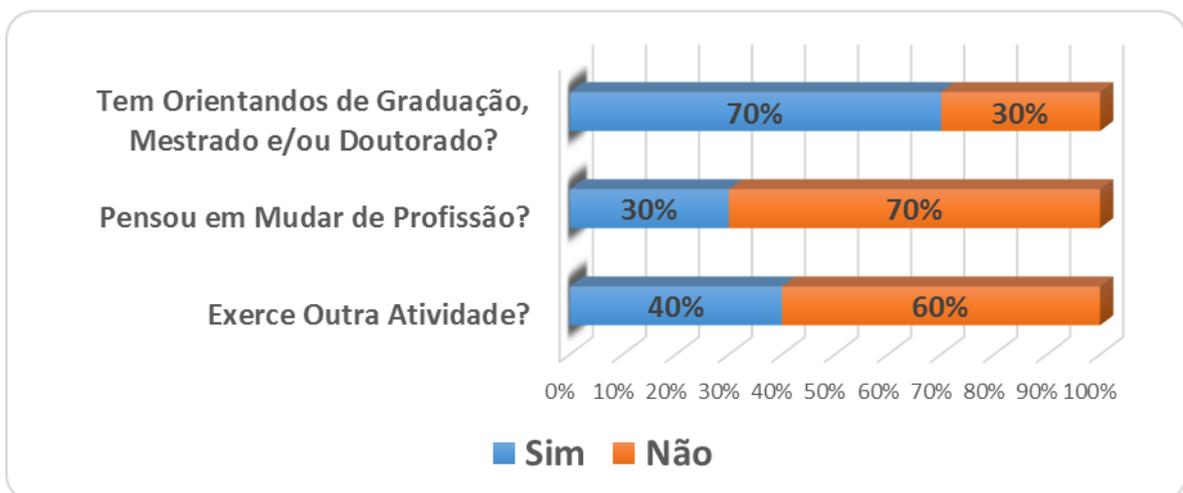


Gráfico 17 – Atividades profissionais da docência
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

No gráfico 18 há a demonstração da pergunta em que se refere o que o faz querer ser um professor, a maioria optou pela opção pessoal com 70%. O gráfico 18 a seguir auxilia no entendimento do que motiva em querer ser um profissional

docente, sendo abordada através dos resultados e a porcentagem referente as respostas das entrevistadas para cada item.



Gráfico 18 – Querer ser um professor
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

Quando questionadas acerca de quais as maiores dificuldades enfrentadas em sala de aula, observou que a maioria das entrevistadas responderam ser a desatenção dos alunos, obtendo 5 respostas, o número elevado de alunos foi votado 4 vezes, o barulho foi escolhido por 2 das entrevistadas e gerenciamento das condições de ensino-aprendizagem e outros motivos foram votados cada um deles uma vez, conforme pode ser visualizado no gráfico 19 a seguir:

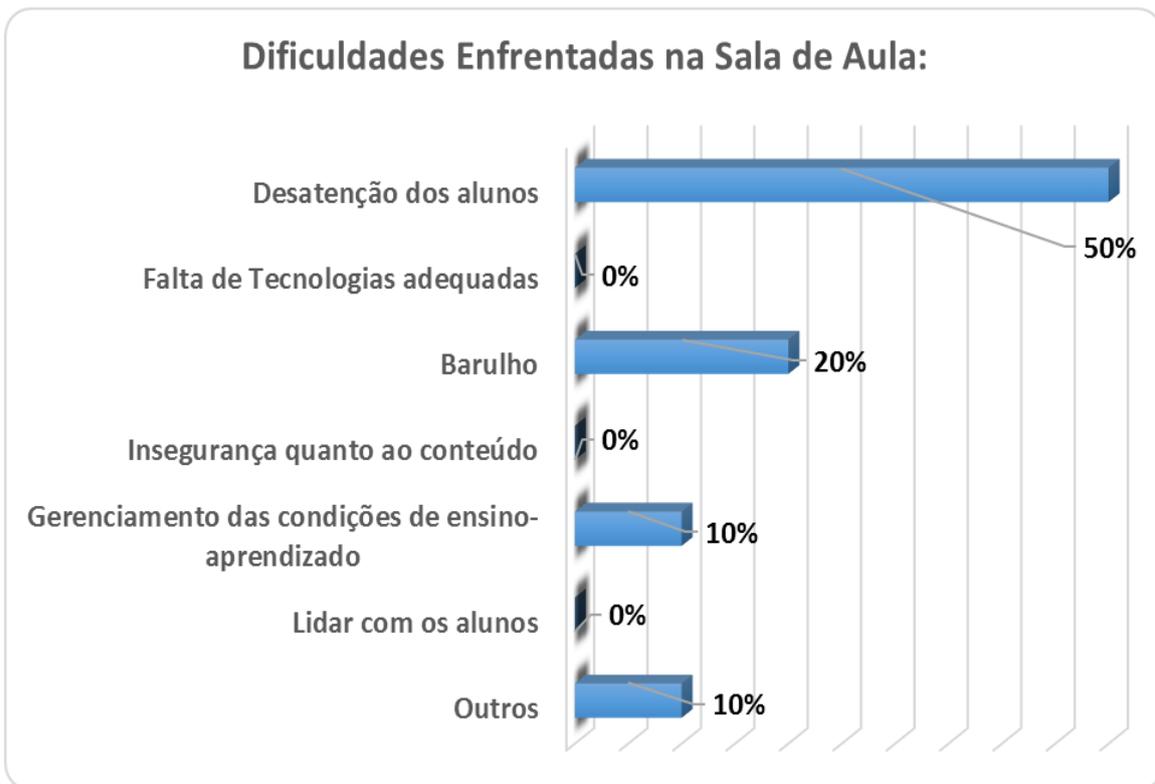


Gráfico 19– Dificuldades enfrentadas na sala de aula
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

E mesmo com tais dificuldades enfrentadas em sala de aula, como mostra o gráfico acima, 80% das docentes avaliaram seu ambiente de trabalho como satisfatório, restando apenas 20% dos entrevistados com avaliações negativas, como pode ser visto mais à frente na 15ª pergunta do questionário, chegando a uma conclusão bastante positiva, mas com algo a melhorar, em relação ao ambiente de trabalho.

Em relação ao entendimento a compreensão do que é o estresse, as entrevistadas tiveram alternativas que poderiam ser escolhidas com mais de uma opção. As alternativas eram o cansaço e dentre as 10 entrevistadas, 09 delas responderam que o cansaço pode ser um agregado no desenvolver do estresse, 06 delas disseram que o nervosismo também pode compreender a cerca do estresse, a fadiga crônica foi escolhida por 04 das entrevistadas, a falta de ânimo também foi escolhida por 04 delas, a irritabilidade foi umas das alternativas mais votadas com 07 votos, a ansiedade foi a opção de 06 das entrevistadas e o esgotamento foi uma das opções escolhidas por 05 delas (Gráfico 20).

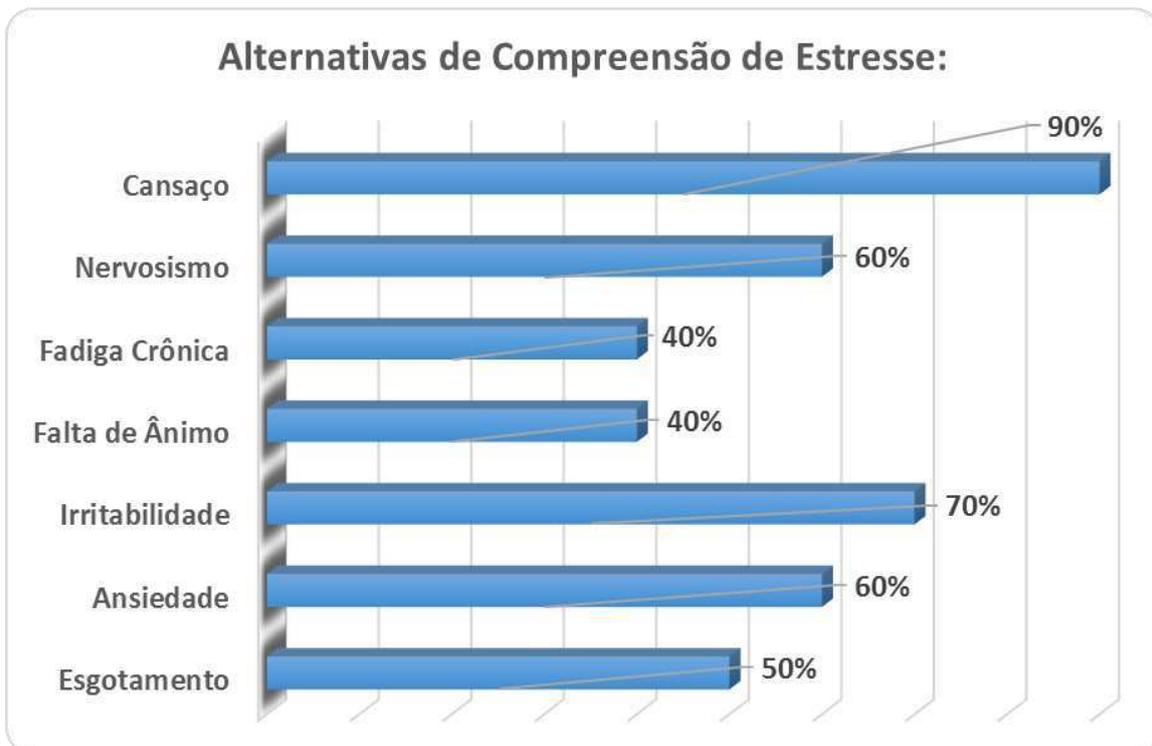


Gráfico 20 – Alternativas de compreensão de estresse
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

E que segundo o autor Melo (2008) as fontes do estresse no profissional muitas vezes são encontradas na organização e como o indivíduo pode encontrar nesta uma auto realização ou frustração podendo desenvolver sintomas físicos do estresse tais como: aumento da pressão arterial, dores nos ombros e coluna, consumo de álcool, irritabilidade, ansiedade, cansaço, dentre outros. E que as consequências do estresse na organização se manifestam por meio do absenteísmo, rotatividade, e dificuldade.

A pergunta seguinte foi referente aos principais fatores que na compreensão das profissionais quais destes fatores mais contribuíam para desencadear o estresse no docente. O autor Paschoal, (2003, *apud* CANOVA, 2010) define o estresse ocupacional como um processo em que o indivíduo percebe demandas do trabalho como estressores, ao qual ao enfrentar suas diversas atividades, o sujeito fica acometido de reações negativas.

As alternativas poderiam ser mais de uma as escolhidas, sendo a jornada de trabalho a opção mais votada por 06 das 10 entrevistadas, a indisciplina dos alunos foi escolhida por 5 das entrevistadas, os problemas pessoais do professor foi a escolha de 04 delas a baixa remuneração e a cobrança dos alunos foi a escolha de

03 delas, e a ausência da família na educação dos filhos, a cobrança da instituição, e a falta de incentivos ou elogios, foi a opção escolhida por 02 das entrevistadas (Gráfico 21).

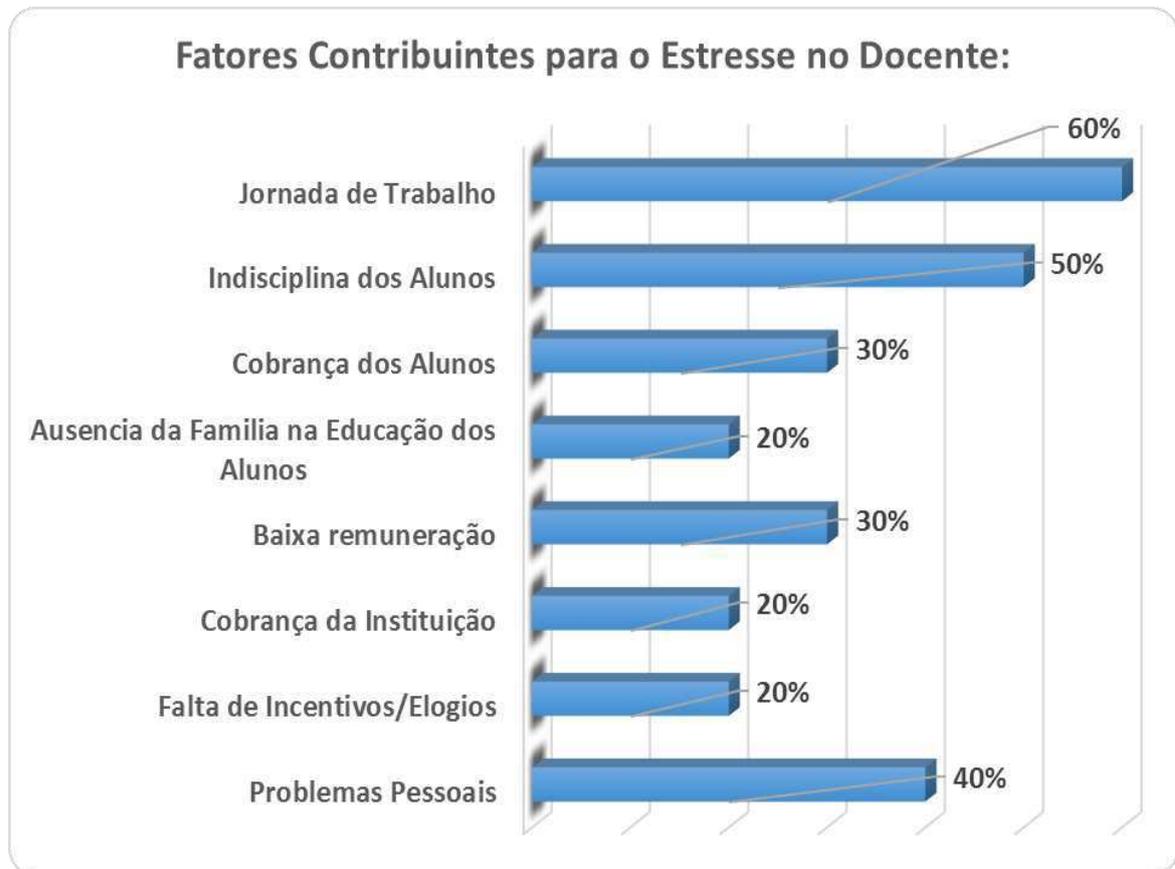


Gráfico 21 – Fatores Contribuintes para o estresse no docente
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

A última pergunta, representada pelo Gráfico 22, também de múltiplas escolhas, relacionada a estratégia que possivelmente poderia ser usada para enfrentar o estresse, as entrevistadas responderam que o exercício físico foi a alternativa mais votada com 07 votos pelas 10 entrevistadas, o desabafo com colegas de profissão foi a opção de 06 das entrevistadas, o desabafo em casa com a família foi a opção de 05 delas, a oração como meio religioso para enfrentar o estresse foi a alternativa de 05 entrevistadas, a busca por opções de lazer obteve 04 votos, o uso de medicação para relaxar, foi a escolha de 02 delas e o uso de

bebidas alcóolicas foi a escolha de 01 das 10 entrevistadas como meio para enfrentar o estresse.

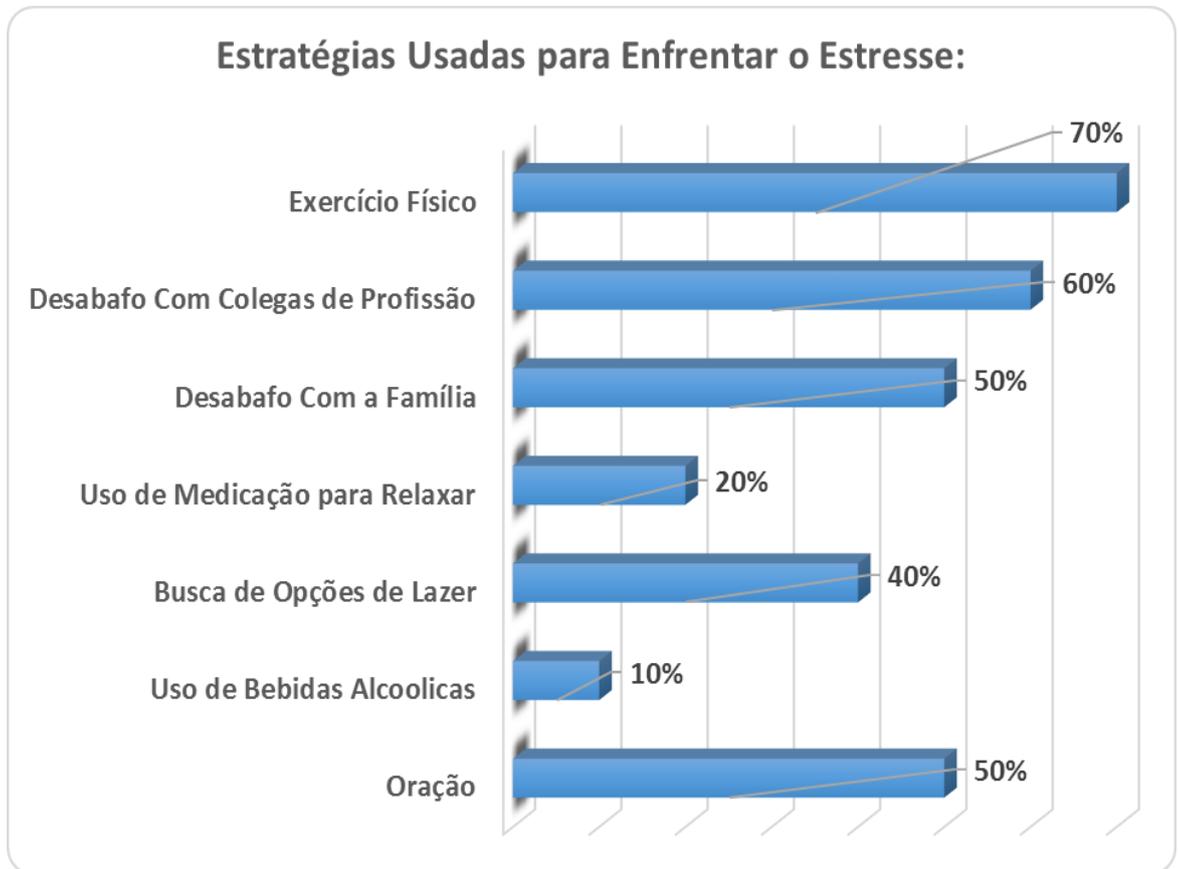


Gráfico 22 – Estratégias usadas para enfrentar o estresse
Fontes: Dados da Pesquisa, 2013

Segundo o autor as relações com seu próprio corpo e a atividade física regular liberam substancias ante estressantes, e que esta técnica já era usada pelos chineses há mais ou menos dois mil anos. Afirmando que este procedimento ajuda a manter o equilíbrio das energias das pessoas com as do universo (CARVALHO, 1997, p. 151).

10 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pelo fato da mulher ter ingressado no mercado de trabalho, e cada vez mais esse ingresso ter lhe proporcionado ocupar diversos e diferentes atividades, onde o papel profissional, acadêmico, de esposa, de mãe, de administradora do lar e, muitas vezes, em serviços voluntários ligados ao bem-estar social, diante disso os agentes estressores começaram a fazer parte de sua vida, ficando assim mais expostas ao estresse ocupacional.

Diante disso, o presente estudo buscou identificar o perfil das Professoras que lecionam no Curso de Ciências Contábeis desta instituição, na cidade de Sousa-Pb e analisar o processo de estresse ocupacional vivenciado pelas profissionais que lecionam no curso de contabilidade da UFCG, Campus Sousa-Pb.

Em primeiro ponto, referindo-se as perguntas de origem pessoal, foi possível observar que tanto as profissionais novas na docência como as de mais experiência desta instituição, casadas ou solteiras, com ou sem filhos, com um nível acadêmico elevado ou tendo como categoria funcional a assistência, apresentaram equilíbrio tanto positivo quanto negativo entre as afirmativas relacionadas ao tema estudado como também apresentaram alta exposição a problemática abordada devido ao acúmulo de atividades, e conseqüentemente alta jornada de trabalho, a falta de reconhecimento por parte dos discentes como também da instituição.

Observou em relação aos sentimentos de satisfação e insatisfação com seu trabalho que uma parcela das docentes concorda com a informação que é transmitida dentro da Universidade, dizendo que seu trabalho em si é motivante, como também satisfatório e que não se sentem exigidas demais pelas atividades e que podem crescer cada vez mais como pessoal dentro de suas atividades, e que os conflitos que possivelmente venham a surgir dentro da Universidade certamente podem ser resolvidos ali mesmo, dentro do seu trabalho, pois o clima em relação ao ambiente de trabalho que predomina é de acordo pela maioria delas.

A segunda fase desta conclusão veio através de questionamentos feitos em relação a pressão e se por este motivo essa pressão tem atingido seus sentimentos em relação ao seu trabalho. As respostas encontradas pelas entrevistas demonstram que quase nunca ocorre de se sentirem nervosas, mas que se sentem

pessoas preocupadas com seus problemas, e que dispõem de muita energia para enfrentar tais pressões e os problemas que surgem em sua vida e seu trabalho.

Diante de tais afirmações, destacaram que as maiores dificuldades enfrentadas em sala de aula correspondem ao número elevado de alunos, a desatenção deles, como também o barulho podem sim serem fatores importantes ligados a fase de resistência e de quase exaustão de estresse. E que no entendimento delas em relação ao que é estresse o cansaço, o nervosismo, a fadiga crônica, a falta de ânimo, a irritabilidades, ansiedade e o esgotamento podem gerar sintomas de estresse em fase de exaustão.

Estando as professoras cientes que tais fatores causam o estresse ocupacional, mesmo que em leve proporção, algumas estratégias foram citadas como possíveis meio de enfrentamento do estresse. O exercício físico veio em primeiro lugar, sendo um dos fatores que contribuem no controle ao desgaste mental, o desabafo com outros colegas de profissão, ou em casa com a família veio em segundo plano, a oração como auxílio religioso, a busca de opções de lazer, uso de medicamentos e até mesmo o consumo de bebidas alcoólicas foram citadas como meios de enfrentamento do estresse.

Portanto, de acordo com o que foi mostrado em todo o estudo, conclui-se que as docentes mostraram um equilíbrio entre as respostas de forma tanto positiva quanto negativa em relação ao tema estudado. Como considerações finais, em função da importância deste tema e para a qualidade de vida pessoal e profissional dessas mulheres, como também a amplitude e diversidade de variáveis como contribuintes agentes estressores, recomenda-se outros estudos junto a essa classe de profissionais, com o intuito de conhecimento e orientação, como também preventivo ao controle do estresse em profissionais docentes das instituições de ensino superior.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU, Juliana Andrade; MARQUES, Valéria. **Estresse ocupacional, conceitos fundamentais para o seu gerenciamento**, 2009.

Disponível em:

http://www.aedb.br/seget/artigos09/288_Estresse%20ocupacional,%20conceitos%20fundamentais%20para%20o%20seu%20gerenciamento.pdf. Acesso em 24 jul. 2013.

ARAÚJO, Thays. Estresse ocupacional: a saúde e o estresse no trabalho. In: **Projeto em Qualidade de Vida e Grupos de Crescimento e Desenvolvimento Pessoal**. 2010.

ALMEIDA, Maria Lúcia Pacheco. Tipos de pesquisa. In: **Como elaborar monografias**, 4. ed. rev. e atual. Belém, cap. 4, p. 101-110, 1996

AMARO, Ana; LÚCIA, Macedo; PÓVOA, Andreia. **A Arte de Fazer Questionário**. Departamento de Química, Metodologias de Investigação em Educação: Faculdade de Ciências da Universidade do Porto, 2004/2005.

Disponível

em:

http://www.unisc.br/portal/upload/com_arquivo/a_arte_de_fazer_questionario.pdf

Acesso em 16 jun.2013.

BACKLASH, S.Faludi. **O contra ataque na guerra não declarada contra as mulheres**. Editora Rocco Ltda, 2001.

BERNIK, Vladimir. **Estresse**: O assassino silencioso. In: **Cérebro & Mente**: Revista Eletrônica de Divulgação Científica em Neurociência. n. 3, set-nov, 1997.

Disponível em: <[http:// www.cerebromente.org.br/n03/doencas/stress.htm](http://www.cerebromente.org.br/n03/doencas/stress.htm).>

Acesso em 11 jul. 2013.

BARRETO, Maria da Apresentação. **Ofício, Estresse e Resiliência**: Os Desafios do Professor Universitário. Tese Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Norte Centro de Ciências Sociais Aplicadas Programa de Pós-Graduação em Educação, Natal-RN, 2007.

Disponível em:< <ftp://ftp.ufrn.br/pub/biblioteca/ext/bdtd/MariaAB.pdf>>.

Acesso em 17 jul. 2013.

CARVALHO, Dailton Rodrigues. **Contabilidades e Habilidades, O estresse e o Profissional de Contabilidade**, 2011.

Disponível em: <<http://conthabeis.blogspot.com.br/2011/08/o-estresse-e-o-profissional-de.html>> Acesso em 24 jul. 2013.

COHEN, S.; KESSLER, R. C.; GORDON, L. U. apud CANOA, Karla Rejane; PORTO, Juliana Barreiros. **O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional**: um estudo com professores de ensino médio. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/ram/v11n5/a02v11n5.pdf>> Acesso em: 17 jun.2013.

CONTIN, Luanda; SANTA, Maria Adriana. **O estresse na carreira docente**, Junho 2006.

Disponível: <http://www.eefe.ufscar.br/pdf/luanda.pdf>. Acesso em: 25 Jul.2013.

CORRÊA, M.L.; SARAIVA, L.A.S. Organização do processo de trabalho. In: FIDALGO, F.; MACHADO, L. (Org.). **Dicionário da educação profissional**. Belo Horizonte: NETE/FAE/UFMG, 2000.

COSTA, Denize Dalla. **O Estresse do Administrador de Empresas Privadas**: um Estudo em Cascavel-PR, 2007. 88 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Universidade Católica Dom Bosco – UCDB, Campo Grande/MS.

DUTRA, L. H. A; apud CANOA, Karla Rejane; PORTO, Juliana Barreiros. **O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional**: um estudo com professores de ensino médio. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ram/v11n5/a02v11n5.pdf>. Acesso em 17 jun. 2013.

FRANÇA, Ana Cristina Limongi; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Stress e trabalho**: uma abordagem psicossomática. 2ª Ed. São Paulo: Atlas, 2002.

FRANCISCO, Geraldo. **O Estresse do Contador**, 2007.

Disponível em: <http://www.taniazambelli.com.br/conhecimento-profissionais/o-estresse-do-contador>. Acesso em 17. Jun. 2013.

HERNANDES, Anderson. **O Estresse e o Profissional Contábil**, 2011.

Disponível em:< <http://www.administradores.com.br/informe-se/artigos/o-estresse-e-o-profissional-da-contabilidade/56345/>> acesso em: 17 jun.2013.

JONES, F.; KINMAN, apud CANOA, Karla Rejane; PORTO, Juliana Barreiros. **O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional**: um estudo com professores de ensino médio.

Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ram/v11n5/a02v11n5.pdf>.

Acesso em 16 jun.2013.

LIPP, Marilda Emmanoel Novaes; MALAGRIS, Lúcia Emmanoel Novaes. Manejo do estresse. In RANGE, Bernard (Org.), et al. **Psicoterapia Comportamental e Cognitiva**: Pesquisa, Prática, Aplicações e Problemas, p.279-292. Campinas: Editora Livro Pleno, 2001.

KAHN, R. L.; BYOSIERE, P apud CANOA, Karla Rejane; PORTO, Juliana Barreiros. **O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional**: um estudo com professores de ensino médio, 2010.

Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ram/v11n5/a02v11n5.pdf>. Acesso em 17 jun. 2013.

LIPP, Marilda Emmanoel Novaes. Inventário de Sintomas de Stress de Lipp. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000. In: **O Stress Está Dentro de Você**. 5 ed. São Paulo: Contexto, 2003b. Dissertação de Mestrado em Contabilidade e Finança ; Mulheres Contabilistas: Um Estudo do Nível de Estresse das Profissionais Atuantes no Estado do Paraná, 2011.

Disponível

em:

<http://www.ppgcontabilidade.ufpr.br/system/files/documentos/Dissertacoes/D053.pdf>

Acesso em: 18. Jun. 2013.

MALAGRIS, Lúcia Emmanoel Novaes; FIORITO, Aurineide Canuto Cabraíba. Avaliação do Nível de Estresse de Técnicos da Área de Saúde. In: **Estudos de Psicologia**, v. 23, n. 4, p. 391-398, out./dez. 2006.

MALHOTRA, N. **Pesquisa de Marketing**: Uma orientação aplicada. Tradução Laura Bocco. 4. Ed. Porto Alegre: Bookman, 2006.

MELO, Douglas Fabiano. **Estresse Ocupacional de Docentes do Ensino Superior- Comercio Exterior Centro Universitário Salesiano de São Paulo - Campinas/SP**, 2008. Disponível em: <http://meuartigo.brasilecola.com/administracao/estresse-ocupacional-docentes-ensino-superior.htm>. Acesso em : 11 jul. 2013.

MENDES, A. M.; BORGES, L. O.; FERREIRA, M. C. (Org.). Trabalho em Transição, Saúde em Risco. Brasília. Ed. Universidade de Brasília, 2002. 234 p. Fonte: Universidade Católica de Goiás Pro-reitoria de Pós-graduação e Pesquisa Mestrado em Ciências Ambientais e Saúde, Dissertação de Mestrado: Percepção de Fontes

de Estresse Ocupacional, Coping Resiliência no Fisioterapeuta, SILVA, Patricia Leite Alvares, Goiania, 2006.

Disponível em: <http://tede.biblioteca.ucg.br/tde_arquivos/10/TDE-2007-01-16T093108Z-280/Publico/Patricia%20Leite%20Alvares%20Silva%20.pdf>

Acesso em 11 jul. 2013.

NAHAS, Markus Vinícius. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo**. 3ªEd. Londrina: Midiograf, 2003.

PROBST, Elisiana Renata; Artigo: A Evolução da Mulher no Mercado de Trabalho. Instituto Catarinense de Pós-Graduação-ICPG, 2005.

Disponível em: <http://www.posuniasselvi.com.br/artigos/rev02-05.pdf>. Acesso em 18 jun. 2013

PASCHOAL, T. **Impacto dos valores laborais e da interferência família-trabalho no estresse ocupacional**. 2003. Dissertação (Mestrado em Psicologia)–Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília, Brasília, 2003.

PERES, Cláudia Maria. **Avaliação da Qualidade de Vida e dos Sintomas de Estresse em Mulheres Menopausadas com Disfunção da Articulação Temporomandibular**, Dissertação (Mestrado em Educação Física). Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP, Campinas/SP, 2008.

PRIORE, Mary Del e BASSANEZI, Carla. **História das mulheres no Brasil**. 2. ed. São Paulo : Contexto, 1997.

ROCHA, M. da Consolação. **Uma reflexão sobre o valor do trabalho feminino no setor público: o caso do trabalho docente na educação básica**, 2011.

Disponível em:

http://www.educacionista.org.br/jornal/index.php?option=com_content&task=view&id=8194&Itemid=43 Acesso em 18 jun. 2013.

ROBBINS, Stephen P. **Comportamento Organizacional**. Tradução técnica Reynaldo Marcondee. – 11. Ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2005.

SELYE, H. **A Syndrome Produced by Diverse Nocuous Agents**. Nature, V. 138, p.32, 1936. SELYE, H. The stress of life. New York: McGraw-Hill, 1956.

_____. Stress without distress. **Philadelphia:** New American Library, 1974.
FALUDI, Suzan – BACKLASH – O contra ataque na guerra não declarada Contra as Mulheres, 2001.

SELYE, Hans apud SILLAS, Edson Paes. **Mulheres Contabilistas:** Um Estudo do Nível de Estresse das Profissionais Atuantes no Estado do Paraná, Dissertação de Mestrado em Contabilidade e Finanças. Universidade Federal do Paraná – Curitiba/PR, 2011.

Disponível em: <http://meuartigo.brasilecola.com/administracao/estresse-ocupacional-docentes-ensino-superior.htm>. Acesso em 18 jun. 2013.

ROSSI, Ana Maria. **Autocontrole:** Nova maneira de controlar o estresse. 5ª Ed. Editora Rosa dos Tempos – Rio de Janeiro, 138p. 1994.

TAMAYO, A.; LIMA, D.; SILVA, A. V. Impacto do clima organizacional sobre o estresse no trabalho. In: **Anais Encontro Anual da Associação Nacional de Pós-graduação e Pesquisa em Administração**, 2002, Salvador.

_____. Clima organizacional e estresse no trabalho. In: **Anais Encontro Anual da Associação Nacional de Pós-graduação e Pesquisa em Administração**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

URSINI, Flávia. **Resiliência Segundo o Olhar do Especialista Paulo Sabbag**. 2012. Disponível em: <http://casadegfilo.blogspot.com.br/2012/05/resiliencia-segundo-o-olhar-do.html>. Acesso em 10 ago. 2013.

VERGARA, Sylvia C. Métodos de pesquisa em administração. São Paulo: Atlas, 2005. In: **Métodos de coleta de dados no campo**. São Paulo: Atlas, 2009.

ANEXO

QUESTIONÁRIO DE PESQUISA

Prezados (as),

O presente questionário faz parte do Trabalho de Conclusão de Curso que está sendo desenvolvido pela discente Ianne Lindinay Gomes de Assis do Curso de Ciências Contábeis da UFCG – Campus Sousa. O estudo tem como título “Estresse Ocupacional”: um estudo na Universidade Federal de Campina Grande, Campus Sousa/PB, cujo objetivo principal é analisar o processo de estresse vivenciado pelas professoras que lecionam no curso de ciências contábeis desta instituição. Gostaríamos de contar com sua colaboração, respondendo a este questionário de forma honesta e precisa. Suas informações são fundamentais para que este trabalho tenha êxito. Vale ressaltar que não há necessidade de identificação do respondente, o que garante o anonimato. Agradecemos sua participação nesse estudo e colaboração para o desenvolvimento da pesquisa na área contábil.

Aluna: Ianne Lindinay Gomes de Assis
Orientador Prof.(o): MS. Vorster Queiroga

Estresse no Trabalho: Sessão 1

Esta parte do questionário visa mensurar seus sentimentos de satisfação ou insatisfação com seu trabalho. Use a escala abaixo para responder cada questão circulando o número correspondente à resposta.

Número	Nível de Concordância
1	Discordo Muito
2	Discordo
3	Nem concordo e nem discordo
4	Concordo
5	Concordo Muito

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 1. A comunicação e a forma como a informação é transmitida dentro da Universidade..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. O seu trabalho em si..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. O quanto você se sente “motivado” com suas atividades..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. O quanto que você é exigido pelas suas atividades..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 5. O grau que sente que pode desenvolver ou crescer como
pessoa em sua atividade..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Existem conflitos que são resolvidos na
Universidade..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. O Grau em que suas atividades permitem que você utilize
plenamente suas habilidades..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. A satisfação em relação ao clima e o ambiente de trabalho que
predominam na
Universidade..... | | | | | |

← Não tenho percebido Tenho →

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

percebido

5. Você considera que tem sido capaz de identificar e resolver eficientemente os seus problemas pessoais e de trabalho?

← Tenho sido capaz Não tenho sido capaz →

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6. A respeito do trabalho e da vida, você se descreveria, de uma forma geral, como sendo uma pessoa sempre preocupada com seus problemas?

← Definitivamente sim Definitivamente não →

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Estresse no Trabalho:

Procure responder o questionário o mais imparcialmente possível, marcando com um "x" as respostas e preenchendo as linhas, quando apropriado. Não deixe questões sem responder, pois o preenchimento completo é de grande importância para a confiabilidade dos resultados da pesquisa.

1. Idade

- Até 29
 30 a 39

- 40 a 49
- 50 a 59
- 60 anos ou mais

2. Estado civil:

- Casada
- Solteira
- Separada/Divorciada
- Viúva

3. Número de filhos que vivem com você:

- Nenhum
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- 7 ou mais

4. Nível acadêmico alcançado:

- Superior completo
- Especialização
- Mestrado
- Doutorado
- Pós-doutorado

5. Categoria funcional

- Professora Auxiliar
- Professora Assistente
- Professora Adjunto
- Professora Titular

6. Tempo de docência:

- 1-3 anos
- 4-6 anos
- 7-15 anos
- 16-25 anos
- 26-35 anos
- 36 anos acima

7. Qual o seu regime de trabalho?

- 20 horas
- 40 horas
- Dedicção Exclusiva

8. Há quanto tempo você trabalha da UFCG, Campus Sousa/PB? _____ anos e _____ meses.

9. Exerce outra atividade profissional além da docência?

- Sim
- Não

10. De modo geral, quantas horas você tem trabalhado por semana?
__44__ horas.

10.1 Você trabalha esse número de horas por:

- Escolha pessoal
- Porque existe uma cobrança mesmo que sutil.

11. O que lhe faz querer ser um professor?

- Influência da família
- Contexto Social
- Necessidade
- Opção Pessoal
- Outros

12. Já pensou em mudar de profissão ou deixar de ser professor?

- Sim
- Não

13. Dá aulas em turmas de: (se for o caso, assinale mais de uma alternativa)

- Graduação
- Especialização
- Mestrado
- Doutorado

14. Quais as maiores dificuldades enfrentadas em sala de aula?

- Número elevado de alunos
- Desatenção dos alunos
- Falta de tecnologias adequadas

- Barulho
- Insegurança quanto ao conteúdo
- Gerenciamento das condições de ensino-aprendizagem
- Lidar com os alunos
- Outros

15. Como avalia seu ambiente de trabalho

- Satisfatório
- Insatisfatório
- Com restrições

16. Assinale a(s) alternativa(s) que corresponde a sua compreensão de estresse.

- Cansaço
- Nervosismo
- Fadiga crônica
- Falta de animo
- Irritabilidade
- Ansiedade
- Esgotamento
- Outros

17. Assinale os principais fatores que na sua compreensão mais contribuem para desencadear o estresse no docente.

- Jornada de trabalho
- Indisciplina dos alunos
- Cobrança dos alunos
- Ausência da família na educação dos filhos
- Baixa remuneração
- Cobrança da Instituição
- Falta de incentivos/elogios
- Problemas pessoais do professor

18. Quantas turmas, em média, você assume por período letivo?
_____ turmas.

19. Você tem orientandos de Graduação, Mestrado e/ou doutorado?

- Sim
- Não

20. Assinale a(s) estratégia(s) que você possivelmente usa para enfrentar o estresse.

- Exercício físico
- Desabafo com outros colegas de profissão
- Desabafo em casa com a família
- Uso de medicação para relaxar
- Busca de opções de lazer
- Uso de bebidas alcoólicas
- Oração
- Outros