

# **SÍNDROME DE BURNOUT, SOBRECARGA DE PAPÉIS E SUPORTE SOCIAL EM PROFESSORES EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS**

## **BURNOUT SYNDROME, ROLE OVERLOAD AND SOCIAL SUPPORT IN UNIVERSITY TEACHERS**

Liciane Diehl<sup>1</sup>

Mary Sandra Carlotto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Liciane Diehl - Universidade do Vale do Taquari – Univates/Brasil. Doutora em Psicologia Clínica (Universidade do Vale do Rio dos Sinos/UNISINOS). Docente do curso de psicologia da Universidade do Vale do Taquari – Univates/Brasil

<sup>2</sup>Mary Sandra Carlotto -Doutora em Psicologia Social (Universidade de Santiago de Compostela-USC/ES). Universidade de Brasília – UnB. Professora visitante no Programa de Psicologia Social, Organizacional e do Trabalho – PSTO - UnB

**Resumo:** O objetivo do presente estudo foi avaliar se o Suporte social funciona como variável mediadora na relação entre a Sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout. Participaram da pesquisa uma amostra não aleatória de 362 professores universitários. Como instrumentos de pesquisa foram utilizados o Questionário para Avaliação da Síndrome

de Burnout, as Subescalas de Sobrecarga de papéis e Suporte social. Os resultados confirmaram a hipótese de que o suporte social desempenha um papel mediador entre a Sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout. O resultado indica a necessidade de intervenções voltadas para a melhoria das relações interpessoais no trabalho.

**Palavras-chave:** Síndrome de Burnout; suporte social; sobrecarga de papéis, professores universitários.

**Abstract:** The objective of the present study was to evaluate whether Social Support works as a mediating variable in the relationship between Role Overload and the dimensions of Burnout Syndrome. A non-random sample of 362 university professors participated in the research. As research instruments, the Burnout Syndrome Assessment Questionnaire, the Role Overload, and the Social Support Subscales were used. The results confirmed the hypothesis that Social support plays a mediating role between Role overload and the dimensions of the Burnout Syndrome. The result indicates the need for interventions aimed at improving interpersonal relationships at work.

**Keywords:** Burnout Syndrome; social support; role overload; university professors.

**Resumen:** El objetivo del presente estudio fue evaluar si el Apoyo social funciona como variable mediadora en la relación entre la Sobrecarga de rol y las dimensiones del Síndrome de Burnout. En la investigación participó una muestra no aleatoria de 362 profesores universitarios. Se utilizaron como instrumentos de investigación el Cuestionario de Evaluación del Síndrome de Burnout, las Subescalas de Sobrecarga de Rol y Apoyo Social. Los resultados confirman la hipótesis de que el apoyo social juega un papel mediador entre la sobrecarga de roles y las dimensiones del Síndrome de Burnout. El resultado indica la necesidad de intervenciones dirigidas a mejorar las relaciones interpersonales en el trabajo.

**Palabras clave:** Síndrome de Burnout; apoyo social; sobrecarga de roles; profesores universitarios.

## Introdução

O estresse em trabalhadores e a tensão psicológica relacionada não são prejudiciais apenas para aqueles que o vivenciam, mas também ocasionam custos para os empregadores e a sociedade em geral (GRANDEY et al., 2022). Os estressores ou riscos psicossociais são aspectos da configuração do trabalho, da organização, da gestão do trabalho e seus contextos sociais e ambientais que possuem potencial de causar danos psicológicos, sociais ou físicos ao trabalhador (COX et al., 2000).

Transformações no contexto universitário implicaram em mudanças na atividade docente exigindo um desempenho de múltiplos de papéis, marcado por cargas de trabalho e horas de envolvimento crescentes, cortes sucessivos no financiamento de pesquisas, recompensas inadequadas, insegurança no emprego, demanda por ensino de alta qualidade em turmas com grande número de alunos (CONVERSO et al., 2018). Professores universitários de nível de graduação estão expostos a estressores ocupacionais como a sobrecarga de trabalho, conflito trabalho-lazer, relacionamentos interpessoais deficientes e necessidade de atualização constante (FERREIRA-OLIVEIRA; CARLOTTO, 2020). Também são reconhecidos, como fatores de risco, novas exigências relacionadas ao engajamento em práticas interdisciplinares, domínio de novas estratégias de ensino e aprendizagem, competências vinculadas às novas tecnologias de informação e preocupação com a formação continuada (CASSUNDÉ et al., 2014).

As tarefas do trabalho do professor universitário, atualmente, já não possuem uma elevada autonomia, há um maior controle nas suas atividades e trabalha sob forte pressão (FERREIRA-OLIVEIRA; CARLOTTO, 2020). Em instituições privadas, o docente é submetido às pressões conformadoras do mercado, o risco permanente de desligamento diante do produtivismo econômico e, no âmbito público, a pressão ocorre pelo discurso eficientista de racionalização de custos e exaurimento das condições executoras de políticas (PEREIRA et al., 2021).

O professor realiza, na maioria das vezes, um trabalho solitário, em meio a condições inadequadas para o desenvolvimento de sua atividade, criando situações favoráveis ao estresse em que compromete sua saúde (PINTO et al., 2021). O modo de educar vem mudando de forma

significativa na última década ocorrendo um aumento das demandas psicológicas a que os professores universitários estão submetidos. O professor universitário já não se caracteriza como uma profissão de reconhecido prestígio e de elevada realização pessoal, pois seu trabalho tornou-se mais impessoal, com níveis mais baixos de comunicação estando mais orientada para a produção de diplomas do que para a geração de conhecimento científico e para o aperfeiçoamento dos alunos enquanto pessoas e profissionais (FERNÁNDEZ-SUÁREZ et al., 2021).

A categoria profissional vive hoje intensificação das políticas neoliberais no âmbito da educação superior que contribuem para a amplificação das exigências produtivas nos moldes do mercado capitalista, no qual a competitividade e o individualismo são linhas condutoras do processo (CANCIAN et al., 2022; MORAIS, 2023). Essas questões repercutem negativamente na qualidade de vida e na saúde dos professores universitários (CANCIAN et al., 2022).

Estudo realizado por Santos, Silva e Angelotti (2019), com professores universitários brasileiros, identificou como estressores a baixa participação na tomada de decisões, a falta de controle, a sobrecarga de trabalho, o turno de trabalho, a ausência de apoio de colegas, a falta de suporte da chefia, a falta de informação quando ocorrem mudanças no ambiente de trabalho, a alta intensidade de trabalho e a ausência de autonomia no desenvolvimento funcional, caracterizado pela preparação de aulas, elaboração de planos de ensino, provas e protocolos em horários extra àqueles da atividade docente com forte impacto negativo na sua vida privada. Ferreira e Pezuk (2021) complementam destacando os estressores: ambiente de alta pressão; cultura e política organizacional; baixos salários; perspectiva duvidosa quanto ao crescimento profissional; excesso de carga horária; instabilidade de disciplinas; e, desinteresse de estudantes. Em outro estudo realizado por Pinto et al. (2021) identificou como estressores administráveis ou controláveis, a gestão do tempo e tarefas, o controle do processo de ensino aprendizagem, o manejo do comportamento, os conflitos profissionais, o relacionamento em grupo e adaptação das mudanças e como fatores de estresse impostos e/ou inegociáveis, o salário, o ambiente físico e social da instituição, o tipo de gestão, os comportamentos de indisciplina dos alunos, o baixo apoio social e a avaliação da direção institucional e/ou do Ministério da Educação.

Estressores ocupacionais, quando persistentes, podem ocasionar a Síndrome de Burnout (GUGLIELMI; TATROW, 1998). No modelo teórico de Gil-Monte (2005), a Síndrome de Burnout é uma resposta ao estresse laboral crônico, comum em profissionais que atuam diretamente atendendo pessoas e constitui-se de quatro dimensões que são assim caracterizadas: 1) Ilusão pelo trabalho, avaliada de forma inversa para caracterizar a Síndrome de Burnout é definida como a avaliação de que o trabalho proporciona desafios e o quando atinge as metas profissionais é uma fonte de realização pessoal; 2) Desgaste psíquico é definido pelo sentimento de cansaço físico e emocional em precisar de lidar, diariamente, em seu trabalho, com pessoas que possuem algum tipo de problema; 3) Indolência, conceituada como a presença de atitudes negativas de indiferença, insensibilidade e distanciamento frente aos clientes, colegas e organização; 4) Culpa, caracterizada pelo surgimento de sentimentos de culpabilização por atitudes e comportamentos não condizentes com as normas internas e cobrança social acerca do seu papel profissional.

A docência tem sido, nos últimos anos, uma das categorias profissionais mais investigadas nos estudos sobre a Síndrome de Burnout (BROUWERS et al., 2011). O crescente aumento deve-se às importantes repercussões negativas na saúde física e mental do professor, no prejuízo da qualidade do processo de ensino-aprendizagem (MADIGAN; KIM, 2021; TURNER; GARVIS, 2023), no aumento de afastamentos do trabalho e pela intenção em abandonar a profissão (MAHESAR et al., 2020; SKAALVIK; SKAALVIK, 2011).

Verifica-se um aumento, no Brasil, do número de produções sobre a Síndrome de Burnout em professores universitários (OLIVEIRA et al., 2020). Revisão sistemática da literatura realizada por Fernández-Suárez et al. (2021) sobre a prevalência da Síndrome de Burnout em professores universitários no período 2005-2020, identificou níveis elevados da síndrome em uma amostra de 2.841 docentes universitários.

Estudo realizado por Carlotto e Câmara (2017) com professores universitários identificou como preditores da Síndrome de Burnout a baixa autonomia, falta de apoio social, conflito de papel e conflitos interpessoais. Em outra investigação desenvolvida por Leite et al. (2019) encontrou além de alta prevalência associação da síndrome com o maior

número de disciplinas, ter uma outra ocupação, perceber como estressor a necessidade de atualização profissional constante e ter algum tipo de doença prévia.

A atividade docente é contemplada por multitarefas, cujo objetivo é a transmissão e construção do conhecimento, através da formação e profissionalização. As diversas demandas dos docentes fazem com que tenham que desenvolver muitos papéis que pode ocasionar um sentimento de sobrecarga (CANCIAN et al., 2022).

A sobrecarga de papéis é caracterizada como um estado de conflito que ocorre quando o grau de exigência vai além dos recursos que estão disponíveis para o indivíduo que se sente confrontado com a realização de muitas tarefas que exigem atenção (REILLY, 1982). A sobrecarga do papel está relacionada às demandas de trabalho (JOMUAD et al., 2021; VULLINGHS, et al., 2020), variável que têm sido associadas à Síndrome de Burnout (JOMUAD et al., 2021; SCHAUFELI; BAKKER, 2004; VULLINGHS et al., 2020).

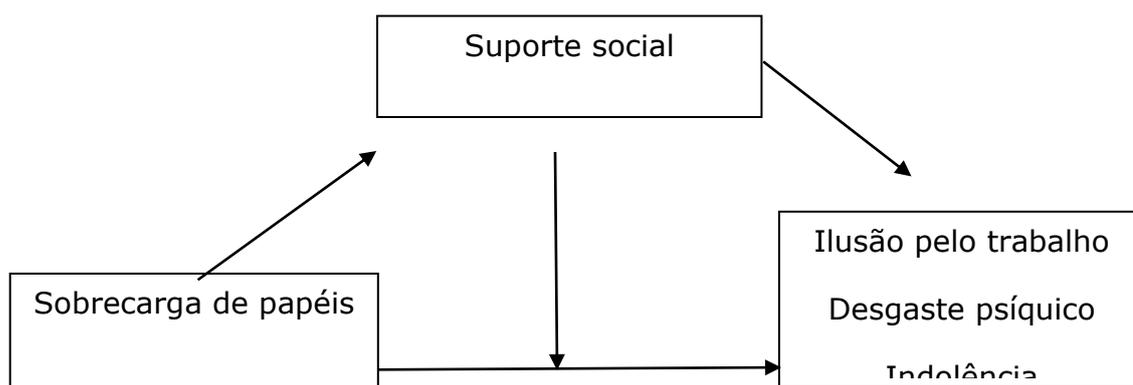
Suporte social é definido como a percepção do apoio dos outros, sendo um recurso social para auxiliar a gerenciar as demandas no trabalho (DEVEREUX et al., 2009). O apoio social é considerado um importante recurso que atua positivamente no comportamento, no afeto e pode funcionar na diminuição do impacto das demandas estressantes do trabalho (JOLLY et al., 2020; FIRDAUS et al., 2023). Esse desempenha um papel fundamental no trabalho uma vez que aumenta o sentimento de aceitação, acolhimento e afeto por uma rede mútua de troca e ajuda (CANCIAN et al., 2023).

Em um contexto ocupacional, o apoio de colegas e supervisores é particularmente importante para a saúde ocupacional, pois tem uma relação direta com as demandas do trabalho (HALBESLEBEN, 2006) sendo esta variável associada à Síndrome de Burnout (BAPTISTA et al., 2019). O apoio social pode atenuar os efeitos negativos das demandas de trabalho tendo um papel moderador entre estressores e adoecimentos no trabalho (JOLLY et al., 2020). Pesquisas têm demonstrado seu papel mediador entre estressores ocupacionais e a Síndrome de Burnout (JU et al., 2015; WU et al., 2021).

No Brasil, uma busca realizada nas bases Scielo e Pepsic identificou poucos estudos sobre o papel mediador de variáveis entre estressores ocupacionais e a Síndrome de Burnout e nenhum estudo especificamente com professores universitários e com a variável sobrecarga de papéis. Estudos com este delineamento são fundamentais para a construção de intervenções para a prevenção e a reabilitação da síndrome.

Pelo exposto, esta pesquisa baseia-se no modelo teórico hipotetizado apresentado na figura 1, pelo qual o suporte social desempenha papel mediador na relação entre a sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout.

**Figura 1 - Representação gráfica do papel mediador do Suporte social como variável mediadora entre a Sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout.**



Conforme o exposto, o presente estudo pretendeu avaliar se o Suporte social pode funcionar como variável mediadora na relação entre a sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout. Para tanto, trabalhou com as seguintes hipóteses: H1- O Suporte social desempenha um papel mediador na associação entre Sobrecarga de papéis e a Ilusão pelo trabalho; H2 - O Suporte social desempenha um papel mediador na associação entre sobrecarga de papéis e Desgaste psíquico; H3 - O Suporte social desempenha um papel mediador na associação entre Sobrecarga de papéis e Indolência, e; H4 - O Suporte social desempenha um papel mediador na associação entre Sobrecarga de papéis e Culpa.

## Método

Participaram do estudo uma amostra não probabilística de 362 professores universitários, considerando o seguinte critério de inclusão: estar em atividade há mais de 1 ano em atividade. A maioria dos participantes é constituída por docentes do sexo feminino (59,4%), com companheiro (52,5%) e com filhos (61,6%). A idade dos participantes variou entre 27 a 75 anos ( $M = 44,35$ ;  $DP = 9,80$ ). Com relação à formação, a quase totalidade dos docentes possuía mestrado/doutorado (98,9%). A maioria trabalhava em universidade pública (57,7%) e dedicava-se exclusivamente à docência (81,2%). O tempo médio de atuação dos profissionais foi de 14,70 anos ( $DP=9,95$ ;  $Min = 1$ ,  $Max = 50$ ). A carga horária contratual variou de 2 a 67 horas semanais ( $M=37,48$ ;  $DP= 8,84$ ).

Os dados foram levantados por meio dos seguintes instrumentos:

1. Questionário de dados sociodemográficos (sexo, idade, estado civil, filhos, formação) e laborais (tempo de experiência profissional; carga horária, tipo de instituição, trabalhar em outra instituição);
2. Questionário para avaliação da Síndrome de Burnout, versão para professores - Questionário para a Avaliação da Síndrome de Quemarse por el Trabajo - CESQT (GIL-MONTE, 2005), adaptado para o uso no Brasil por Gil-Monte et al. (2010). Esse consta de vinte itens que se distribuem em quatro subescalas: Ilusão pelo trabalho (5 itens,  $\alpha = 0,83$ ; Ex.item: o meu trabalho é desafiador e estimulante); Desgaste psíquico (4 itens,  $\alpha = 0,80$ ; Ex.item: sinto-me pressionado/a pelo trabalho); Indolência (6 itens,  $\alpha = 0,80$ ; Ex. item: penso que trato com indiferença algumas pessoas no meu trabalho), e Culpa (5 itens,  $\alpha = 0,82$ ; Ex.item: sinto-me culpado/a por alguma das minhas atitudes no trabalho). Os itens são avaliados com uma escala de frequência de cinco pontos (0 "nunca" a 4 "todos os dias").
3. Subescalas de Sobrecarga de papéis e Suporte Social da Escala de Avaliação de Estressores Psicossociais no Contexto Laboral, desenvolvida por Ferreira et al. (2015). A Sobrecarga de papéis (5 itens; alfa = 0,71; Ex. item realizar várias tarefas/funções ao mesmo tempo) e Suporte social, avaliada de forma inversa (6 itens; alfa= 0,77; Ex. item: não receber ajuda de meus colegas quando tenho algum problema no

trabalho). Os itens são respondidos em uma escala de seis pontos (1 “nunca me afeta” a 6 “sempre me afeta”).

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da [nome ocultado para preservar a avaliação às cegas]. A coleta de dados foi realizada de forma *on-line*, por meio de formulário eletrônico via redes sociais e *e-mails* de contato da pesquisadora e dos membros do grupo de pesquisa [nome ocultado para preservar a avaliação às cegas]. O acesso à pesquisa somente era possível após o aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O banco de dados foi digitado e posteriormente analisado através do SPSS 25.0 (*Statistical Package for the Social Sciences*). Primeiramente, realizaram-se análises descritivas de caráter exploratório a fim de avaliar a distribuição dos itens e casos omissos. Posteriormente foram calculadas as médias, desvio-padrão e correlação de Pearson das variáveis em estudo e Análise de Regressão Linear.

As variáveis sexo, idade e tempo de experiência profissional foram controladas em cada análise de regressão. O modelo proposto estabelece a Síndrome de Burnout como Variável Dependente (VD) considerando suas quatro dimensões – Ilusão pelo trabalho, Desgaste psicológico, Indolência, Culpa –, Suporte social como Variável Mediadora (VM) e Sobrecarga de papéis como Variável Independente (VI). Com o objetivo de explorar as relações entre as variáveis, foram realizadas análises de regressão de regressão hierárquica para verificar a relação preditiva da sobrecarga de papéis nas dimensões da Síndrome de Burnout e ainda para identificar se o Suporte Social funciona como mediadora dessa relação.

Os pressupostos de normalidade, multicolinearidade, linearidade e homocedasticidade foram testados, não tendo sido identificadas violações segundo orientações de Tabachnick e Fidell (2001). Para que seja afirmado que uma variável é mediadora, de acordo com Baron e Kenny (1986) deve atender a três condições: o mediador é preditor significativo da variável dependente; a variável independente é um preditor significativo do mediador; e, na presença da variável independente e do mediador, a relação significativa que existia entre a variável independente e a dependente decresce em magnitude. O tratamento dos dados

obedeceu a um nível de confiança de 95%, com um nível de significância de 5% (valor de  $p \leq 0,05$ ).

## Resultados

Na tabela 1 são apresentadas as médias, o desvio padrão, valores de alfa e matriz de correlação entre as variáveis em estudo. Resultados evidenciam maior média na variável Suporte social e a menor média em Indolência. Os instrumentos revelam índices adequados de consistência interna avaliados pelo  $\alpha$  de Cronbach (BLAND; ALTMAN, 1997), variando de 0,80 a 0,91. A variáveis apresentam correlações que se alteram de fracas ( $r = 0,14$ ) a moderadas ( $r = 0,57$ ).

**Tabela 1 - Alfa, Média, Desvio-Padrão das variáveis de estudo**

	<b>M(DP)</b>	<b><math>\alpha</math></b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
1.IL	3,07(0,75)	0,91	1					
2.DP	2,08(1,04)	0,90	-0,39**	1				
3.IN	0,77(0,58)	0,84	-0,34**	0,50**	1			
4.CL	1,05(0,79)	0,85	-0,14**	0,39**	0,45**	1		
5.SP	3,65(1,19)	0,81	-0,25**	0,57**	0,35**	0,26**	1	
6.SS	2,97(1,21)	0,80	0,15**	-0,39**	-0,29**	-0,28**	-0,55**	1

IL=Ilusão pelo Trabalho; DP=Desgaste Psicológico; IN=Indolência; CL=Culpa; SP=Sobrecarga de papéis; SS=Suporte Social; \* $p < 0.05$ ; \*\* $p < 0.01$

Fonte: resultados da pesquisa

Os resultados apresentados referem-se às análises de regressão múltipla entre a sobrecarga de papéis (variável independente) e as dimensões da Síndrome de Burnout (variável dependente). Em seguida, são apresentadas as análises referentes às três condições de Baron e Kenny (1986) para identificar a relação de mediação do Suporte social nas dimensões da Síndrome de Burnout.

Na tabela 2, expõe-se o resultado da regressão linear entre a sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout. Os resultados evidenciam que a sobrecarga de papéis prediz significativamente de forma positiva as dimensões Desgaste psicológico, Indolência e Culpa; e de forma negativa, a dimensão Ilusão pelo trabalho.

**Tabela 2 - Regressão linear entre a Sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout**

Variáveis	R	R <sup>2</sup>	Beta	t	p
<i>Ilusão</i>					
Sobrecarga de papéis	0,22	0,05	-0,22	-4,33	0,00**
<i>Desgaste psicológico</i>					
Sobrecarga de papéis	0,62	0,38	0,62	14,97	0,00**
<i>Indolência</i>					
Sobrecarga de papéis	0,30	0,09	0,30	5,97	0,00**
<i>Culpa</i>					
Sobrecarga de papéis	0,29	0,06	0,25	4,86	0,00**

\*\*p ≤ 0,01

Fonte: resultados da pesquisa

Quanto ao teste de mediação, foram testadas as três condições citadas por Baron e Kenny (1986). A primeira delas afirma que a variável mediadora (Suporte Social) deve ser preditora da variável dependente (dimensões da Síndrome de Burnout), condição essa que foi confirmada pelos resultados obtidos (Ilusão:  $R^2 = 0,02$ , Beta = 0,15,  $p = 0,00$ ; Desgaste psicológico:  $R^2 = 0,15$ , Beta = -0,39,  $p = 0,00$ ); Indolência:  $R^2 = 0,08$ , Beta = -0,29,  $p = 0,00$ ; Culpa:  $R^2 = 0,08$ , Beta = -0,28,  $p = 0,00$ ).

Para a segunda condição é necessário que a variável independente (sobrecarga de papéis) prediga a variável mediadora (Suporte social). O teste de regressão indica que esta condição é cumprida, em que a sobrecarga de papéis prediz de forma negativa o Suporte social ( $R^2 = 0,30$ , Beta = -0,55,  $p = 0,00$ ).

Por fim, a terceira condição afirma que, na presença da variável independente e do mediador, a relação significativa que existia entre a variável independente e a dependente decresce em magnitude. A Tabela 3 apresenta o teste de mediação para a variável independente sobrecarga de papéis. Os resultados indicam que, na presença da variável Suporte Social, a relação entre a sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout decrescem em magnitude (Beta diminui) e o poder explicativo das dimensões da Síndrome de Burnout aumenta ( $R^2$  aumenta), ou seja, há relação de mediação.

**Tabela 3 - Relações entre a variável independente (sobrecarga de papéis), a mediadora (Suporte social) e a dependente (dimensões da Síndrome de Burnout)**

Variáveis Independentes e Medidora	Variável Dependente	$R^2$	Beta	F	p
Sobrecarga de Papéis <sup>a</sup>	Ilusão pelo	0,05	-0,22	18,72	0,00**
Sobrecarga de Papéis	trabalho	0,05	-0,14	28,40	0,00**

Suporte Social <sup>b</sup>		0,07	0,12		0,00**
<hr/>					
Sobrecarga de Papéis		0,38	0,57	224,05	0,00**
<hr/>					
Sobrecarga de Papéis	Desgaste	0,32	0,51		0,00**
Suporte Social <sup>b</sup>	psicológico	0,36	-0,11	322,11	0,00**
<hr/>					
Sobrecarga de Papéis		0,12	0,35	183,71	0,00**
<hr/>					
Sobrecarga de Papéis		0,12	0,28		0,00**
<hr/>					
Suporte Social <sup>b</sup>	Indolência	0,14	-0,13	102,01	0,00**
<hr/>					
Sobrecarga de Papéis		0,07	0,26	94,26	0,00**
<hr/>					
Sobrecarga de Papéis		0,07	0,15		0,00**
<hr/>					
Suporte Social <sup>b</sup>	Culpa	0,09	-0,20	68,43	0,00**

Nota: <sup>a</sup> Variável independente; <sup>b</sup> Variável mediadora; \*\* $p \leq 0,01$

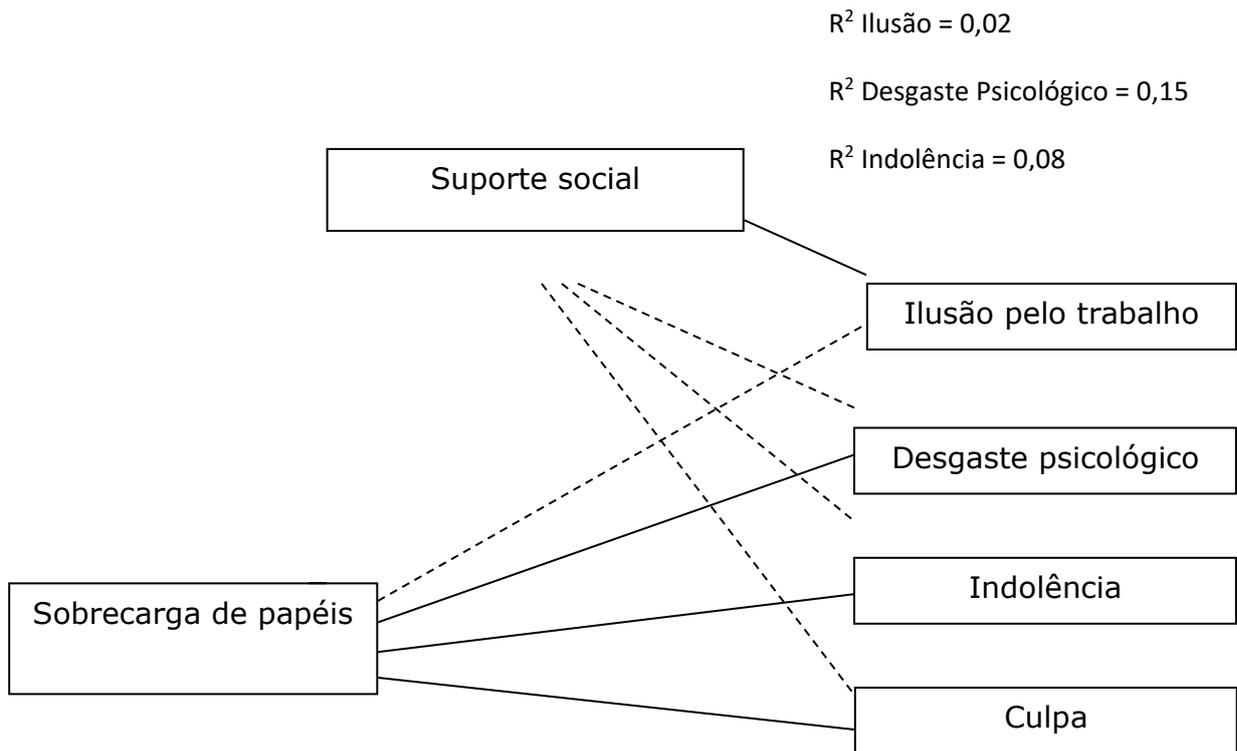
Fonte: resultados da pesquisa

### **Análises de regressão avaliando o papel mediador do Suporte social**

Os resultados apresentados referem-se às análises de regressão múltipla entre a sobrecarga de papéis (variável independente) e as dimensões da Síndrome de Burnout (variável dependente). Em seguida, são apresentadas as análises referentes às três condições de Baron e Kenny (1986) para identificar a relação de mediação do Suporte social entre a Sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout.

Uma síntese dos resultados é apresentada na figura 2, cujas linhas contínuas representam relações positivas; e as linhas interrompidas, as relações negativas. Todas as relações descritas são significativas ( $p \leq 0,05$ ).

**Figura 2 – Relações entre a variável independente (Sobrecarga de papéis), a mediadora (Suporte social) e a dependente (dimensões da Síndrome de Burnout)**



Fonte: resultados da pesquisa

## Discussão

O objetivo do presente estudo foi avaliar se o Suporte social poderia funcionar como variável mediadora na relação entre a sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout. Os resultados obtidos confirmam as quatro hipóteses do estudo, em que a o Suporte social desempenha um papel mediador entre a sobrecarga de papéis e as dimensões da Síndrome de Burnout. Este resultado é consistente com os estudos que identificaram o papel mediador do Suporte social entre estressores psicossociais e a Síndrome de Burnout (HO, 2016; JU et al., 2015; KINMAN et al., 2011; WU et al., 2021).

Quanto à Ilusão pelo trabalho, pode-se pensar que sendo esta dimensão a busca por metas e objetivos profissionais e que a atividade do docente universitário ocorre também por meio de parcerias com colegas e chefias, o docente que se sente apoiado consegue alcançar melhor suas metas profissionais. De acordo com Salami (2011), quando os professores recebem apoio social de seus supervisores e colegas para enfrentar as dificuldades no trabalho, isso ajuda a minimizar o sofrimento emocional e aumentar a sua autoestima, implicando em uma melhora de suas habilidades em lidar de forma eficaz com os problemas cotidianos do trabalho. Essa melhora na forma de resolver os problemas relacionados ao estresse possibilita o alcance das metas e o sentimento de realização profissional. O apoio social é um recurso de trabalho importante, na medida em que é funcional para atingir os objetivos de trabalho (BAKKER et al., 2005; BAKKER; VRIES, 2021).

No que diz respeito ao Desgaste Psicológico, esse resultado confirma o que a literatura aponta, pois identificou a mediação do Suporte social entre demandas de trabalho e à exaustão emocional (HALBESLEBEN, 2006; WU et al., 2021). O apoio social pode auxiliar o trabalhador a realizar seu trabalho no tempo determinado e, portanto, pode aliviar os efeitos da sobrecarga de trabalho na Síndrome de Burnout (BAKKER et al., 2005).

A mediação do Suporte social entre a Sobrecarga de papéis e a dimensão de Indolência, dimensão esta relacionada às relações estabelecidas com a clientela atendida, no caso do professor universitário são os alunos. O aumento da relação profissional-cliente aumenta a demanda profissional (PRADO et al., 2017). O contato diário com um número elevado de alunos por turma que demandam por ensino de alta qualidade (CONVERSO et al., 2018) acabam por dificultar uma relação mais próxima e um atendimento mais individualizado. A rotina de sobrecarga, permeada por estressores interpessoais, pode levar o professor a desenvolver atitudes negativas de indiferença, insensibilidade e distanciamento dos alunos.

A profissão docente tem como importante indicador de eficácia o *feedback* positivo sobre o desempenho do professor que se estabelece principalmente por meio das relações interpessoais estabelecida com seus alunos. Em um contexto de relações conflituosas e de pouco apoio social,

predomina o maior foco negativo nas dificuldades e menor nas conquistas (CARLOTTO; CÂMARA, 2017).

Quanto à mediação do Suporte social entre a Sobrecarga de papéis e a dimensão de Culpa da Síndrome de Burnout, caracterizada pela ocorrência de sentimentos de culpabilização por atitudes e comportamentos não condizentes com as normas internas e cobrança social acerca do seu papel profissional (GIL-MONTE, 2005), pode ser explicado pelas altas às expectativas que os próprios docentes depositam na sua atividade somadas as exigências dos alunos, mercado de trabalho sociedade, empresas, administrações públicas dentre outras sobre as universidades que aumentam significativamente a pressão sobre todo o sistema de ensino superior e principalmente sobre o docente (OLIVEIRA et al., 2020).

A tarefa docente, na atualidade, é considerada uma ação complexa, que se desenvolve em um contexto desafiador, o que faz com que as exigências em torno da prática pedagógica ultrapassem o modelo transmissivo que simplifica o ensino, condensado nos conhecimentos específicos de uma disciplina e em sua memorização. A tarefa docente pressupõe trabalhar os conteúdos numa relação direta e dinâmica com a formação para a vida, para o trabalho e para a cidadania em uma perspectiva que permita transformar em conhecimento as informações recebidas por meio das tecnologias da informação e da comunicação, das aulas, dos encontros, das pesquisas, dando vida e sentido a essas aprendizagens (CANAN; SANTOS, 2019).

Nesse sentido, pode-se pensar que o suporte social, ou seja, a percepção do apoio dos de colegas, chefias, provavelmente pela identificação, entre pares e chefia, da pressão percebida auxilie no gerenciamento das demandas e realizar uma análise mais precisa acerca da cobrança social e limitações de seu papel profissional diminuindo o sentimento de culpa.

## **Conclusão**

Os resultados revelam a importância do Suporte Social para atenuar o impacto da sobrecarga de papéis sobre as dimensões da Síndrome de Burnout com isso, auxiliando na elucidação de um dos possíveis mecanismos que pode proteger os professores deste tipo de adoecimento

ocupacional. Neste sentido, qualificar as relações interpessoais caracteriza-se como um importante recurso para impedir não só o desenvolvimento da síndrome, mas, também, para melhorar seu desempenho e sua qualidade de vida.

O suporte social é constituído de relações sociais particularmente úteis para o manejo dos estressores no trabalho. Assim, receber rotineiramente demonstrações de afeto, trocas de informações, conselhos, dicas práticas ou favores simples, como auxílio em uma tarefa diária, são formas de prevenir o estresse (THOITS, 2011) e, conseqüentemente, a Síndrome de Burnout.

É importante ressaltar muitas outras variáveis individuais podem desempenhar um relevante papel mediador entre a sobrecarga de papéis e a Síndrome de Burnout. Assim, sugere-se novos estudos com a inclusão de estratégias de enfrentamento a estressores, autonomia, autoeficácia e satisfação no trabalho. Deve-se ter cautela com relação aos resultados obtidos, pois são decorrentes de uma amostra não probabilística de instituições localizadas em uma região específica do país.

Como implicações para a prática, sugere-se uma maior atenção às relações interpessoais no trabalho por meio do desenvolvimento de competências socioemocionais para o trabalho em equipe. Também se estimula encontros/reuniões com agendas positivas que possibilitem trocas de experiências e uma maior aproximação entre os pares. Para os órgãos de gestão, indica-se a revisão do desenho do cargo, possibilitando menor sobrecarga de trabalho e, conseqüentemente, menor sobrecarga de papéis como medida para a prevenção da Síndrome de Burnout.

## Referências

BAPTISTA, M. N.; SOARES, T. F.; PEREIRA, RAAD, A. J.; SANTOS, L. M. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 19, n. 1, p. 564-570, 2019. <https://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.1.15417>

BARON, R. M.; KENNY, D. A. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 51, n. 6, p. 1173-1182, 1986. <https://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>

DIEHL, L; CARLOTTO, M.S. *Síndrome de burnout, sobrecarga de papéis e suporte social em professores universitários*. R. Laborativa, v. 12, n. 2 p. 33-55, out./2023. <http://ojs.unesp.br/indexphp/rlaborativa>

BAKKER, A. B.; DEMEROUTI, E.; SCHAUFELI, W. B. The crossover of burnout and work engagement among working couples. **Human Relations**, v. 58, p. 661-689, 2005.

BAKKER, A. B.; VRIES, J. D. de. Job Demands-Resources theory and self-regulation: new explanations and remedies for job burnout. **Anxiety, Stress, & Coping**, v. 34, n. 1, p. 1-21, 2021. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1797695>

BROUWERS, A.; TOMIC, W.; BOLUIJT, H. Job demands, job control, social support, and self-efficacy beliefs as determinants of burnout among physical education teachers. **Europe's Journal of Psychology**, v. 7, n. 1, p. 17-39, 2011. <https://doi.org/10.5964/ejop.v7i1.103>

CANAN, S. R.; SANTOS, C. de F. dos. Educação superior em tempos de crise: há espaço nas políticas de educação para a discussão do professor universitário? **EccoS-Revista Científica**, v. 48, p. 339-361, 2019. <https://doi.org/10.5585/EccoS.n48.8201>

CANCIAN, Q. G.; PASINI, J. F. S.; MALACARNE, V.; SOLIGO, V. Precarização e intensificação do trabalho docente. **Revista Humanidades e Inovação**, v. 9, n. 02, p. 148-164, 2022.

CANCIAN, Q. G.; BENASSI, C. B. P.; DE DEUS, A. F. E.; MALACARNE, V. Qualidade de vida no desenvolvimento do trabalho nas percepções dos professores universitários. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 13, n. 39, p. 371-386, 2023. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7749676>

CASSUNDÉ, F. R. S. A.; MENDONÇA, J. R. C.; DE MUYLDER, C. F. A relação entre avanços e democratização da tecnologia e perfil e competência do professor do ensino superior: uma discussão teórica. XIV **Colóquio Internacional de Gestão Universitária - CIGU**, 2014. <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/131702/2014-140.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Riscos psicossociais associados à Síndrome de Burnout em professores universitários. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v. 35, n. 5, p. 447-457, 2017. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4036>

CONVERSO, D.; LOERA, B.; MOLINENGO, G.; VIOTTI, S.; GUIDETTI, G. Not all academics are alike: First validation of the academics' quality of life at work scale (AQoLW). **Frontiers in Psychology**, v. 9, p. 2408, 2018. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02408>

COX, T.; GRIFFITHS, A.; BARLOWE, C.; RANDALL, R.; THOMSON, L.; RIAL-GONZALEZ, E. **Organisational interventions for work stress: A risk management approach**. Sheffield: HSE Books, 2000.

DEVEREUX, J. M.; HASTINGS, R. P.; NOONE, S. J., FIRTH, A.; TOTSIKA, V. Social support and coping as mediators or moderators of the impact of work stressors on burnout in intellectual disability support staff. **Research in Developmental Disabilities**, v. 30, n. 2, p. 367-377, 2009. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2008.07.002>

FERREIRA, E. C.; PEZUK, J. A. Síndrome de Burnout: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário. **Avaliação (Campinas)**, v. 26, n. 02, p. 483-502, 2021. <https://doi.org/10.1590/S1414-40772021000200008>

FERREIRA, M. C.; MILFONT, T. L.; SILVA, A. P. C.; FERNANDES, H. A.; ALMEIDA, S. P.; MENDONÇA, H. Escala para avaliação de estressores psicossociais no contexto laboral: Construção e evidências de validade. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 28, n. 2, p. 340-349, 2015. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201528214>

FERREIRA-OLIVEIRA, A. T.; CARLOTTO, M. S. Confiança organizacional e gestão de recursos humanos em professores universitários: Contributos para o seu impacto no stress e burnout. **Revista E-Psi**, v. 9, n. 3, p. 35-55, 2020.

FERNÁNDEZ-SUÁREZ, I.; GARCÍA-GONZÁLEZ, M. A.; TORRANO, F.; GARCÍA-GONZÁLEZ, G. Study of the prevalence of burnout in university professors in the period 2005–2020. **Education Research International**, v. 2, p. 1-10, 2021. <https://doi.org/10.1155/2021/7810659>

FIRDAUS, E. Z.; RATNAWATI, N. N. K.; ZAROUG, Y. A. M. The role of job burnout and social support on the effect of job demand to employee

performance. **Jurnal Aplikasi Manajemen**, v. 21, n. 1, p. 42-56, 2023. <http://dx.doi.org/10.21776/ub.jam.2023.021.1.04>.

GIL-MONTE, P. R. **El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar**. Madrid: Pirâmide, 2005.

GIL-MONTE, P. R.; CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Validação da versão brasileira do "Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo" em professores. **Revista de Saúde Pública**, v. 44, n. 1, p. 140-147, 2010. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000100015>

GRANDEY, A. A.; BEEHR, T.; HERSHCOVIS, S. (2022). A call for preventing interpersonal stressors at work. **Journal of Occupational Health Psychology**, v. 27, n. 1, p. 3-6. <https://doi.org/10.1037/ocp0000318>

GUGLIELMI, R. S.; TATROW, K. Occupational stress, burnout, and health in teachers: A methodological and theoretical analysis. **Review of Educational Research**, v. 68, n. 99, p. 61-69, 1998. <https://doi.org/10.3102/00346543068001061>

HALBESLEBEN, J. R. B. Sources of social support and burnout: A meta-analytic test of the conservation of resources model. **Journal of Applied Psychology**, v. 91, n. 5, p. 1134-1145, 2006. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.5.1134>

HO, S. K. Relationships among humour, self-esteem, and social support to burnout in school teachers. **Social of Psychology of Education**, v. 19, p. 41-59, 2016. <https://doi.org/10.1007/s11218-015-9309-7>

JOLLY, P.; KONG, D. T.; KIM, K. Y. Social support at work: An integrative review. **Journal of Organizational Behavior**, v. 42, n. 2, p. 229-251, 2020. <https://doi.org/10.1002/job.2485>

JOMUAD, P. D.; ANTIQUINA, L. M. M.; CERICOS, E. U.; BACUS, J. A.; VALLEJO, J. H.; DIONIO, B. B.; S. BAZAR, J. S.; COCOLAN, J. V.; CLARIN, A. S. Teachers' workload in relation to burnout and work performance. **International Journal of Educational Policy Research and Review**, v. 8, n. 2, p. 48-53, 2021. <https://doi.org/10.15739/IJEPRR.21.007>

DIEHL, L; CARLOTTO, M.S. *Síndrome de burnout, sobrecarga de papéis e suporte social em professores universitários*. R. Laborativa, v. 12, n. 2 p. 33-55, out./2023. <http://ojs.unesp.br/indexphp/rlaborativa>

JU, C.; LAN, J.; LI, Y.; FENG, W.; YOU, X. The mediating role of workplace social support on the relationship between trait emotional intelligence and teacher burnout. **Teaching and Teacher Education**, v. 51, p. 58-67, 2015. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2015.06.001>

KINMAN, G.; WRAY, S.; STRANGE, C. Emotional labour, burnout and job satisfaction in UK teachers: the role of workplace social support. **Educational Psychology**, v. 31, n. 7, p. 843-856, 2011. <https://doi.org/10.1080/01443410.2011.608650>

LEITE, T. I. de A. et al. Prevalência e fatores associados da Síndrome de Burnout em docentes universitários. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 2, p. 170-179, 2019. <https://doi.org/10.5327/Z1679443520190385>

MADIGAN, D. J.; KIM, L. E. Does teacher burnout affect students? A systematic review of its association with academic achievement and student-reported outcomes. **International Journal of Educational Research**, v. 105, p. 101714, 2021. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101714>

MAHESAR, H. A.; CHAUDHRY, N. I.; RASOOL, Z. Impact of work family conflict and job stress on university teachers' job satisfaction and turnover intentions: mediating role of job burnout. **Journal of Social Research Development**, v. 1, n. 1, p.1-17, 2020. <https://doi.org/10.53664/JSRD/01-01-2020-01-1-17>

MORAIS, A. M. Precarização da docência do ensino superior: Flexibilização e intensificação do trabalho docente: **Revista Desenvolvimento Social**, v. 28, n. 2, p. 204-225, 2023. <https://doi.org/10.46551/issn2179-6807v28n2p204-225>

OLIVEIRA, M. T. B.; MARTINS, A. M.; JUSTINO, M. G.; OLIVEIRA, J. H. G.; PISANO, S.; PESSOA, C. G. DA S.; GOMES, R. C. R. P.; SILVA, V. C. DA; BORGES, A. K. P. Síndrome de Burnout em professores universitários: revisão integrativa da literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 9, p. e3688, 2020. <https://doi.org/10.25248/reas.e3688.2020>

PEREIRA, S. M. A.; HECKTHEUER, F. R.; ESTÁCIO NETO, F. Burnout e Tecnoestresse no trabalho docente universitário no Brasil. **EDUCA-**

**Revista Multidisciplinar em Educação**, v. 08, p. 1-15, 2021.  
<https://doi.org/10.26568/2359-2087.2021.6560>

PINTO, A. P.; MENTA, S. A.; SANTIAGO, D. dos P. Estresse no trabalho em professores universitários. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, p. e477101422324, 2021. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i14.22324>

PRADO, R. L. do; BASTIANINI, M. E.; CAVALLERI, M. Z.; RIBEIRO, S. F. R.; PIZI, E. C. G.; MARSICANO, J. A. Avaliação da Síndrome de Burnout em professores universitários. **Revista da ABENO**, v. 17, n. 3, p. 21-29, 2017. <https://doi.org/10.30979/rev.abeno.v17i3.409>

REILLY, M. D. Working wives and convenience consumption. **Journal of Consumer Research**, v. 8, n. 4, p. 407-418, 1982.  
<https://doi.org/10.1086/208881>

SALAMI, S. O. Job stress and Burnout among lecturers: Personality and social support as moderators. **Asian Social Science**, v. 7, n. 5, p. 110-121, 2011. <https://doi.org/10.5539/ass.v7n5p110>

SANTOS, A. E., SILVA, C. Q., & ANGELOTTI, L. C. Z. Riscos psicossociais na atividade docente: o caso de duas instituições de ensino superior em Ribeirão Preto-SP. **e-Revista Facitec**, v. 10, n. 1. p.1-11, 2019.  
<http://periodicos.estacio.br/index.php/e-revistafacitec/article/viewFile/6217/47965331>

SCHAUFELI, W. B.; BAKKER, A. B. Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. **Journal of Organizational Behavior**, v. 25, n. 3, p. 293-315, 2004.  
<https://doi.org/10.1002/job.248>

SKAALVIK, E. M.; SKAALVIK, S. Teacher job satisfaction and motivation to leave the teaching profession: Relations with school context, feeling of belonging, and emotional exhaustion. **Teaching and Teacher Education**, v. 27, p. 1029-1038, 2011.  
<https://doi.org/10.1016/j.tate.2009.11.001>

TABACHNICK, B. G.; FIDELL, L. S. **Using multivariate statistics** (4th ed.). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon, 2001.

THOITS, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. **Journal of Health and Social Behavior**, v. 52, n. 2, p. 145-161. <https://doi.org/10.1177/0022146510395592>

TURNER, K.; GARVIS, S. Teacher educator wellbeing, stress and burnout: A Scoping Review. **Education Science**, v. 13, n. 4. p. 351, 2023. <https://doi.org/10.3390/educsci13040351>

VULLINGHS, J. T.; DE HOOGH, A.H.B.; DEN HARTOG, D. N. et al. Ethical and passive leadership and their joint relationships with burnout via role clarity and role overload. **Journal of Business Ethics**, v. 165, p. 719–733, 2020. <https://doi.org/10.1007/s10551-018-4084-y>

WU, F.; REN, Z.; WANG, Q.; HE, M.; XIONG, W. MA, G.; FAN, X.; XIA GUO, LIU, H.; ZHANG, X. The relationship between job stress and job burnout: the mediating effects of perceived social support and job satisfaction. **Psychology, Health & Medicine**, v. 26, n. 2, p. 204-211, 2021. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1778750>

Artigo apresentado em: 08/07/2023

Versão final apresentada em: 18/ 09 /2023

Aprovado em: 18/09/2023