

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS  
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO DE FORMAÇÃO PEDAGÓGICA PARA  
PROFISSIONAIS DE SAÚDE**

**CAMILA CAMPOLINA GOMES**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM AGENTES SOCIOEDUCATIVOS:  
PROJETO DE INTERVENÇÃO**

Formiga/MG  
2015

**CAMILA CAMPOLINA GOMES**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM AGENTES SOCIOEDUCATIVOS:  
PROJETO DE INTERVENÇÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado na Universidade Federal de Minas Gerais como requisito básico para a conclusão do Curso de Especialização de Formação Pedagógica para profissionais de Saúde

Orientador (a): Rafael Lima Rodrigues de Carvalho

Formiga/MG

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFMG

GOMES, CAMILA CAMPOLINA
SÍNDROME DE BURNOUT EM AGENTES SOCIOEDUCATIVOS: PROJETO DE INTERVENÇÃO [manuscrito] / CAMILA CAMPOLINA GOMES. - 2015.
27 f.
Orientador: Rafael Lima Rodrigues de Carvalho.
Monografia apresentada ao curso de Especialização em Formação de Educadores em Saúde - Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, para obtenção do título de Especialista em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde
1. Síndrome de Burnout. 2. estresse ocupacional. 3. agente socioeducativo. I. Carvalho, Rafael Lima Rodrigues de. II. Universidade Federal de Minas Gerais. Escola de Enfermagem. III. Título.

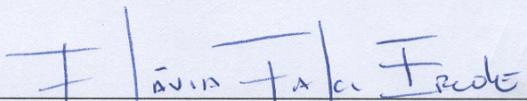
Camila Campolina Gomes

**SÍNDROME DE BURNOUT EM AGENTES SOCIOEDUCATIVOS: PROJETO  
DE INTERVENÇÃO**

Trabalho apresentado ao Curso de Especialização de Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do Certificado de Especialista.

BANCA EXAMINADORA:

  
Prof. Rafael Lima Rodrigues de Carvalho (Orientador)

  
Profa. Dra. Flávia Falci Ercole

Data de aprovação: 27/06/2015

## RESUMO

Trata-se de um projeto de intervenção que visa à identificação de fatores predisponentes ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout em agentes socioeducativos. Essa síndrome é caracterizada a partir do estresse ocupacional que acomete profissionais envolvidos com qualquer tipo de cuidado em uma relação de atenção direta. Alguns efeitos deletérios desta síndrome são: A diminuição da produção do profissional, diminuição da qualidade do trabalho executado, alta rotatividade em empresas, incremento de acidentes ocupacionais e o absenteísmo. O trabalho dos agentes socioeducativos é de cunho educativo e de segurança, estando inclusas ainda as ações preventivas e interventivas. A presença de diversos estressores decorrentes da atividade laboral, relacionado ao alto grau de exigência pode levar a um aumento de estresse vivido e desencadear nesse profissional, o acometimento da Síndrome de Burnout. Para tanto, este trabalho objetiva avaliar os estressores causadores da Síndrome de Burnout bem como identificar sua ocorrência nos agentes socioeducativos. A proposta de intervenção se dará em duas vias, individual e coletiva. A conversa inicial, aplicação do inventário e a entrevista motivacional serão realizadas individualmente. E a realização do grupo operativo terá o formato de reunião com os servidores e caracterizará a parte coletiva.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout, estresse ocupacional, agente socioeducativo

## **ABSTRACT**

It is an intervention project aimed at the identification of predisposing factors to the development of Burnout Syndrome in socio-educational agents. This syndrome is characterized from occupational stress which affects professionals involved with any type of care in a relationship of direct attention. Some deleterious effects of this syndrome are: Decreased production of professional, decreased quality of work performed, high turnover in companies, an increase of occupational accidents and absenteeism. The work of youth agents is the educational basis and security and is also included preventive and interventional actions. The presence of various stressors arising from work activity, related to the high level of demand can lead to increased stress and lived trigger this professional, the involvement of burnout syndrome. The refore, this study aims to evaluate the stressors causing the burnout syndrome and identify its occurrence in socio-educational agents. The proposed intervention will occur in two ways, individually and collectively. The initial conversation, the inventory application and motivational interviewing will be conducted individually. And the realization of the operative group will be meeting format with servers and will feature the collective part.

Keywords: Burnout Syndrome, occupational stress, socioagent

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	<b>7</b>
<b>2 JUSTIFICATIVA</b>	<b>9</b>
<b>3 OBJETIVOS</b>	<b>10</b>
<b>4 METODOLOGIA</b>	<b>11</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>23</b>
<b>6 REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA</b>	<b>24</b>
<b>APÊNDICE A</b>	<b>25</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout é caracterizada a partir do estresse ocupacional que acomete profissionais envolvidos com qualquer tipo de cuidado em uma relação de atenção direta, contínua e altamente emocional (MASLACH & JACKSON, 1981 apud MARLOTTO, 2002).

Essa definição da Síndrome de Burnout fundamentada na perspectiva social-psicológica de Maslach e colaboradores (1981), sendo esta constituída de três dimensões: exaustão emocional - caracterizada por uma falta ou carência de energia, entusiasmo e um sentimento de esgotamento de recursos - despersonalização relacionada ao tratamento de colegas, clientes e a organização onde trabalha como objetos e baixa realização pessoal no trabalho.

Esses fatores em conjunto contribuem para que os trabalhadores sintam-se infelizes consigo próprios e insatisfeitos com seu desenvolvimento profissional, levando a diversos efeitos não desejáveis tanto para o profissional como para a empresa.

Pode-se citar alguns efeitos deletérios da síndrome: A diminuição da produção do profissional, diminuição da qualidade do trabalho executado, alta rotatividade em empresas, incremento de acidentes ocupacionais e o absenteísmo (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

Estudos realizados por MASLACH & JACKSON, (1981) apud MARLOTTO, (2002) indicam que as profissões mais vulneráveis a essa síndrome são geralmente as que envolvem serviços de tratamento, educação ou a permanência por longos períodos de contato com o usuário.

Entre estas profissões podemos citar os centros socioeducativos, segundo a Lei 12594, art1º, §2 (BRASIL, 2012), são locais responsáveis pela estadia de adolescentes em cumprimento de medida socioeducativa de Internação Provisória, Internação Sanção e Internação.

Nos Centros socioeducativos, os agentes socioeducativos são os responsáveis por desenvolverem atividades de caráter educativo e de segurança, entre elas ações de cunho preventivo, interventivo e, quando necessárias repressivas a esses adolescentes acautelados.

Tal atividade laboral desses profissionais traz ao seu dia a dia diversos estressores, que relacionado ao alto grau de exigência, imposto a essa classe profissional, pode levar a um aumento do estresse vivido e levar esse profissional a desenvolver a síndrome de Burnout (MARLOTTO, 2002).

Um dos reflexos desse alto grau de estresse vivido pelos agentes sócioeducativos é o alto grau de absenteísmo. A realidade vivida por esse profissional aumenta a probabilidade de vir a desenvolver a síndrome, e como forma de se esquivar do Burnout, os servidores tendem a ausentarem-se da prática laboral. Esse alto grau de absenteísmo em Centros Socioeducativos desencadeia uma gama de problemas, aumentando os riscos aos demais funcionários e adolescentes. Tal fato é dado, pois com menor número de agentes socioeducativos, mais difícil é a realização da estratégia de segurança planejada, podendo contribuir para a concretização de motins e rebeliões por parte dos internos.

Dado o exposto é necessário identificar quais os fatores que predis põem esses profissionais a desenvolver a síndrome de Burnout. Isso permitirá intervir nos seus fatores causadores, possibilitando uma diminuição da incidência dessa afecção.

Apesar da importância do trabalho realizado pelos agentes e o alto grau de estresse vivido por eles, poucos são os estudos que relatam a presença da Síndrome de Burnout e o impacto do estresse nesses profissionais. Sendo que a realização dessa intervenção poderá auxiliar na qualidade de vida desses profissionais.

## 2 JUSTIFICATIVA

A Unidade do Centro Socioeducativo de Divinópolis/MG está em funcionamento há 7 anos. No decorrer deste período, os agentes socioeducativos e as demais equipes sofreram por inúmeras vezes situações de risco. Entre elas, rebelião, motins, represálias e eventuais transtornos pertinentes ao ambiente penitenciário.

Para tanto, observa-se a necessidade de avaliar a incidência da Síndrome de Burnout nos agentes socioeducativos tendo em vista que esses profissionais estão mais vulneráveis ao estresse ocupacional devido ao contato direto com os acautelados.

Nos últimos 15 meses foram observados o elevado índice de licenças médicas e faltas ao trabalho.

Tem-se que faltas ao trabalho decorrente de esgotamento físico ou mental refletem incapacidades temporárias para o desempenho das atividades laborais. Demonstram não somente o agravo a saúde dos trabalhadores, mas também apontam as variáveis que contribuem para que o ambiente de trabalho se torne adoecedor. Logo, torna-se necessário pensar em ações estratégicas e educativas para reduzir à problemática e melhorar a qualidade de vida desses profissionais.

### **3 OBJETIVOS**

#### **Geral:**

Avaliar os estressores causadores da Síndrome de Burnout através de uma ação educativa em agentes socioeducativos de um centro socioeducativo da cidade de Divinópolis, MG.

#### **Específico:**

- Identificar a prevalência da Síndrome de Burnout em agentes socioeducativos.
- Planejar ações socioeducativas que diminuam ou atenuam a ocorrência da Síndrome de Burnout.

## **4 METODOLOGIA**

### **Delineamento do Estudo:**

Este é um projeto de intervenção que visa à criação de uma ação educativa abordando a Síndrome de Burnout e a identificação da sua prevalência, em relação a causas de afastamento ao trabalho dos agentes socioeducativos.

Para identificação dos eventos estressores, serão realizadas reuniões, entrevistas e aplicação de teste.

### **Local do estudo:**

O local de realização do estudo será um centro socioeducativo de uma cidade no interior de Minas Gerais.

Os Centros Socioeducativos são instituições de privação de liberdade que visam à responsabilização do adolescente pelo ato infracional cometido, possibilitando a ele a reinauguração de sua relação com a liberdade, ao mesmo tempo em que oferece novas oportunidades e possibilidades de laço social.

Para tanto, essas unidades contam com profissionais de diversas áreas que compõem as seguintes equipes; equipe técnica, composta por psicólogos, assistentes sociais, pedagogos, auxiliar de enfermagem, enfermeiro, dentista, auxiliares pedagógicos e técnico em informática. A equipe do administrativo, composta por quatro profissionais da área de tecnologia, a equipe da escola, professores, secretário, bibliotecário, pedagogo. A equipe da cozinha, nutricionista, cozinheiras, auxiliares. A equipe de agentes socioeducativos compostos pelos agentes, coordenador, sub-coordenador e supervisor e ainda, a equipe do corpo diretivo composto por um representante de cada equipe.

### **População e amostra do estudo:**

Serão incluídos no estudo todos os agentes socioeducativos do centro socioeducativo do estudo.

Serão excluídos aqueles agentes que estiverem afastados do trabalho por licença para tratamento de saúde ou outro tipo de afastamento ou que não assinarem o TCLE (APÊNDICE A) e não quiserem participar da pesquisa.

### **Proposta de Intervenção**

A intervenção se dará em duas vias, individual e coletiva. A conversa inicial, aplicação do inventário e a entrevista motivacional serão realizadas individualmente. E a realização do grupo operativo terá o formato de reunião com os servidores.

No primeiro momento, os dados serão coletados individualmente, no local de trabalho, a partir do fornecimento de informações sobre os objetivos e benefícios da pesquisa. Após acordado e assinado o Termo de Consentimento, os sujeitos de intervenção receberão o inventário de pesquisa para preenchimento e posteriormente a realização da entrevista motivacional.

A coleta de dados ocorrerá no período de janeiro a março de 2016. E a análise dos dados e a proposta de intervenção a partir dos resultados, entre os meses de abril a agosto do respectivo ano.

Em um segundo momento, será realizada uma intervenção através da criação de grupos operativos. Esses, segundo Pichon-Rivière (1994), podem e são utilizados nos mais diversos contextos: clínica, escola, empresa, comunidade e nas diferentes instituições, variando, principalmente, com relação à tarefa grupal. Portanto, não são necessariamente de tarefa terapêutica. Por tal relevância, o grupo operativo será realizado como intervenção para com os agentes dentro do socioeducativo no horário de troca de plantão das equipes.

Pichon-Rivière (1994) ressalta que os grupos operativos atendem basicamente a duas dimensões: aprendizagem e terapêutica. Tendo sua eficácia a partir da aprendizagem que há na troca de experiências entre os membros.

A técnica de grupo operativo, foi escolhida em função desta contemplar os principais quesitos para a remissão de Burnout dentro do âmbito ocupacional, pois favorece a partilha de experiências profissionais, a redução do isolamento, a retroalimentação emocional através de apoio social bem como o fornecimento de feedback, proporcionando o desenvolvimento pessoal e profissional entre os agentes socioeducativos.

O grupo terá 9 encontros sob a técnica de grupo operativo, tendo como tarefa debater a vida de agente socioeducativo. As reuniões serão realizadas no transcorrer de um semestre. Os encontros serão realizados nas dependências da própria unidade, com intervalos médios de duas semanas entre eles, com a duração de uma hora cada. Esta sistemática corresponde às diretrizes colocadas por Pichon-Rivière (1994) que sugere que o grupo operativo deva funcionar com um tempo limitado e previsto e com uma frequência regular. A tarefa proposta para os operativos será o debate de como percebem a profissão de agente socioeducativo.

Os agentes serão convidados a participarem dos grupos via oral pela pesquisadora.

Depois de ser feito uma palestra mostrando a importância do grupo, os agentes serão divididos em grupos devido aos diferentes plantões. Serão quatro grupos concomitantes.

O grupo deve ser um trabalho aceito pelos participantes e nunca imposto. Assim, devemos sempre nos perguntar para quem e para que o grupo será realizado.

Segundo Afonso, 2006, O profissional precisa ter referências ao “atender uma demanda”, o que significa basicamente que precisa:

- Avaliar se a sua ação é necessária em vista das necessidades de saúde mental da população atendida;
- Verificar se a sua conduta pode ser eficaz, dentro das condições de atendimento existentes e;
- Decidir, dentro de uma conduta ética, se a sua ação é desejável e defensável.

### **Procedimento**

Os participantes serão convidados a fazer parte do grupo. Será solicitada a assinatura dos termos de consentimento e informação, além do preenchimento da ficha com dados pessoais.

### **Primeiro Encontro**

Tema: Apresentação do plano de intervenção e estabelecimento do contrato terapêutico.

- Apresentação dos participantes por meio de dinâmicas de grupo, que são “um conjunto de técnicas empregadas em programas de treinamento para o desenvolvimento de habilidades em relações humanas” (CARTWRIGHT,1972 apud AFONSO, 2006). Propõem-se dinâmicas porque, embora todos os participantes sejam da mesma instituição, pode ocorrer que não se conhecem.
- Levantamento das expectativas de cada um quanto à intervenção.
- Apresentação dos objetivos ao grupo: discutir como interagem em questões que abordam o ocorrido (estresse) em relação ao sentimento, objetivando o estresse ocupacional, e quais medidas podem ser tomados para que tal estado não se perpetue ou não se instale.
- Estabelecimento do contrato terapêutico: descrever a forma como será o funcionamento do grupo e a explicitação de algumas regras como comparecimento regular, sigilo absoluto dos membros e normas de conduta no grupo, igualdade no sofrimento, cumprimento das tarefas e agendamento dos próximos encontros.
- Dinâmica de grupo “tons de voz” cada um dos participantes sorteia um cartão de um bloco que lhe é apresentado, com palavras escritas relativas a um sentimento, como tristeza, raiva, desânimo, indiferença, alegria, sem deixar que os outros membros do grupo vejam. Os outros do grupo devem identificar qual o sentimento interpretado. Objetivo: perceber que nem sempre se consegue expressar o que se sente e nem sempre o outro é capaz de identificar esses sentimentos.

O psicólogo tentará, durante todo o tempo com o grupo, dar reforçamento diferencial, fazer modelagem e modelação de comportamentos assertivos, de facilitação à convivência em grupo e adesão as atividades que devem ser realizadas para além do grupo.

### **Segundo Encontro**

Tema: Enfrentar as tensões: métodos de relaxamento

- Resgatar sessão anterior: expectativas, contrato terapêutico, objetivos do grupo e quais as atividades do dia a dia que remetem ao maior sentimento de sofrimento.
- Ensinar a habilidade de enfrentamento mais frequentemente utilizada é a redução de tensão. Segundo RICE, apud CABALLO, 2006; a tensão é um

aviso físico de que algo não funciona bem e lhe é produzida por uma agitação interna. Na presença de ameaça, o corpo ativa sistemas defensivos que conduzem a uma maior ativação fisiológica. Essa ativação traduz-se normalmente como um aumento de tensão muscular, da taxa cardíaca, da respiração e da pressão sanguínea, entre outros efeitos.

Explica-se que há diferentes métodos para diminuir a tensão, como o relaxamento progressivo, a meditação e o treinamento autógeno, (BENSON, 1975; SCHUTZ e LUTHE, 1959; apud CABALLO, 2006). Sendo o relaxamento a técnica mais utilizada e que também tem o maior efeito positivo sobre o resultado de treinamento.

O relaxamento a ser trabalhado será o Relaxamento Muscular Progressivo de (RMP), criado por Edmund Jacobson, 1938; apud citado Caballo, 2006. Explica-se em seguida o RMP

O relaxamento segue uma sequência que alterna períodos curtos de tensão (de uns 10-15 segundos) com breves períodos de relaxamento (de uns 15-20 segundos) em 16 grupos musculares importantes. Geralmente, a prática começa com o braço dominante, porque o bíceps pode tensionar-se e relaxar-se muito facilmente. Permitindo que a pessoa experimente a sensação de tensão e note a diferença quando se apresenta o relaxamento. Depois do braço, o indivíduo pode utilizar diversas sequências, mas o interessante é que seja da cabeça aos pés. A pessoa tensiona e relaxa cada músculo de 2 a 3 vezes. Nas primeiras etapas da aprendizagem, as sessões de relaxamento podem durar cerca de uma hora. No entanto, com a prática, os participantes hábeis podem provocar a resposta de relaxamento em 5 a 15 minutos. Os 16 grupos musculares são os seguintes:

1. braço dominante, 2. O outro braço, 3. mão dominante, 4. a outra mão, 5. Músculos dos ombros- primeiro o lado dominante e depois o outro, 6. músculos do pescoço, 7. testa, olhos, couro cabeludo, 8. mandíbulas, boca e língua, 9. peito e tronco- relata aqui a importância da respiração-, 10. estômago, 11. parte baixa das costas, 12. nádegas, 13. perna dominante, 14. outra perna, 15. panturrilha e pé dominante, 16. outra panturrilha e o outro pé.

- Encerrar o encontro perguntando aos membros do grupo como se sentem após o relaxamento e deixar que os falem.

## Terceiro Encontro

Tema: EO- Estresse Ocupacional

- Resgatar a sessão anterior: Relaxamento muscular Progressivo. Questionar possíveis dúvidas.
- Dinâmica *gráfico de minha vida* (KROEHNERT, 2001, apud CALAIS, 2008) representar graficamente, em folha de sulfite, na forma de uma estrada, os fatos mais importantes da própria vida, até o momento presente, em relação à família, ao trabalho e a si mesmo. Usar lápis preto, borracha e giz de cera. Objetivo: identificar os eventos bons e maus da vida como um todo para se chegar, posteriormente, ao evento traumático em comum que pode desencadear o estado de estresse ocupacional.

Encerrar a dinâmica com a explicação da teoria do Crescimento do Estresse ocupacional e pós-traumático de CALHOUN & TEDESCHI, 1999; apud CALAIS, 2008.

Os indivíduos que se encontram em meio a uma situação ameaçadora, apresentam alto nível de vínculo cognitivo e processamento cognitivo com relação à sua situação esses processos cognitivos podem estabelecer a base para o desenvolvimento dos elementos de crescimento de estresse ocupacional. Um recurso para os acometidos desse estresse é a disponibilidade de um ouvinte habilidoso, que pode incentivar o indivíduo a se comprometer com a revelação do processamento cognitivo relacionado com o estresse, e que pode incentivar os tipos de mudanças cognitivas que não só ampliam a capacidade de enfrentamento em geral, mas também podem promover o crescimento dos recursos de enfrentamento do estresse.

Os indivíduos que são expostos a estressores significativos podem achar bom contar suas histórias repetidas vezes, e o ouvinte precisará ouvir pacientemente quando o colega de trabalho repete a história do que aconteceu. A repetição das explicações da experiência difícil pode ter uma função de “exposição” segura e esse procedimento, isoladamente, pode ter efeito terapêutico. As repetidas narrativas do ocorrido podem, ainda, ajudar o indivíduo a se comprometer com os tipos de ações cognitivas que podem ajudá-lo a acomodar suas estruturas cognitivas aos eventos inegáveis e, nesse processo, existe a possibilidade de crescimento pós-traumático em relação ao estresse submetido.

## Quarto Encontro

Tema: Estresse Ocupacional

- Resgate da sessão anterior: comentar a estrada da vida de cada um e perguntar se querem acrescentar ou modificar alguma coisa em seu desenho.
- Lembrar as explicações sobre Estresse Ocupacional e mostrar como esse estado pode prejudicar as relações no ambiente de trabalho.
- Dinâmica: momento para rir e para chorar. (Dinâmica adaptada por Camila Campolina) Objetivo: fazer com que cada membro escolha um momento do dia para chorar e lamentar as dificuldades vivenciadas no ambiente de trabalho. E num outro momento do dia, realizar alguma atividade que lhe traga algum benefício emocional (lazer, esporte, meditação, conversar assuntos agradáveis). Na tentativa de delimitar o sofrimento e insistir para que o indivíduo busque emoções prazerosas.

## Quinto Encontro

Tema: Levantar formas de enfrentamento e revelar as estratégias realizadas no intervalo de uma sessão à outra.

- Retomar na sessão anterior e verificar se estão fazendo o RMP.
- Dinâmica *eu mesmo-eu ideal* (KRIRBY, 1995; apud CALAIS, 2008, adaptada): pedir que cada um pense em si mesmo em diversas situações e se descreva, em uma ficha, com dois ou três adjetivos: em casa, no momento de sofrimento, e no trabalho. Em seguida, virar a ficha e responder como gostaria de ser nas três situações. Objetivo: a comparação de si mesmo, em diversas circunstâncias, com o ideal.
- Na condição real, identificar suas estratégias de enfrentamento ao sofrimento, as quais serão anotadas. Identificar, nas situações estressoras, como se utiliza, das estratégias. Análise de contingências das respostas disfuncionais identificadas: perceber quais respostas e comportamentos encobertos emite na situação e quais respostas psicofisiológicas (emocionais) foram emitidas.
- Ensinar como lidar com situações estressoras no momento presente: RMP
- Explicar a importância na atividade física e sua relação com o estresse.
- Tarefa: engajar-se ao menos três vezes por semana, em uma atividade física.

## Sexto Encontro

Tema: treinar a técnica parada de pensamento e acrescentar a segunda estratégia para controle do estresse-alimentação

- Retomar sessão anterior: eu real e eu ideal e estratégias de enfrentamento. Cobrar tarefa de atividade.

- Dinâmica *difficultades de um consenso* (FRITZEN, 1991; apud CALAIS, 2008), cujo objetivo é provocar um exercício de consenso, a fim de demonstrar sua dificuldade, principalmente quando valores e conceitos morais estão em jogo. Cada participante recebe uma cópia do texto *Abrigo subterrâneo*: imagine que nossa cidade está sob ameaça de um bombardeio. Aproxima-se um homem e lhe solicita uma decisão imediata. Existe um abrigo subterrâneo que só pode acomodar seis pessoas. Há 12 que pretendem entrar. A seguir, há uma relação das 12 interessadas em entrar no abrigo. Faça sua escolha, destacando somente seis:

- 1- Um violinista, com 40 anos de idade, viciado em narcóticos.
- 2- Um advogado, com 25 anos de idade.
- 3- A mulher do advogado, com 24 anos de idade, que acaba de sair do manicômio. Ambos preferem ficar juntos, no abrigo ou fora dele.
- 4- Um sacerdote, com a idade de 75 anos.
- 5- Uma prostituta, com 34 anos de idade.
- 6- Um ateu, com 20 anos de idade, autor de vários assassinatos.
- 7- Uma universitária, com idade de 20 anos, que fez voto de castidade.
- 8- Um físico com 28 anos de idade, que só aceita entrar no abrigo se puder levar consigo sua arma.
- 9- Um declamador fanático, com 21 anos de idade.
- 10- Uma menina, com 12 anos de idade e baixo QI.
- 11- Um homossexual, com 47 anos de idade.
- 12- Uma débil mental com 32 anos de idade, que sofre de ataques epiléticos.

Discutir a questão do consenso sobre sentimentos e como isso pode acarretar estresse. Associar ao comportamento de exigência que todos relatam.

- Ensinar *parada de pensamentos* para eliminar os pensamentos problemáticos: o comportamento de tristeza, abandono e medo que podem relatar. Nessa técnica (RIMM e MASTERS, 1983; apud CALAIS, 2008), pede-se às pessoas

que se concentrem nos pensamentos problemáticos e após breve tempo, diz-se enfaticamente “Pare”, ou faz-se

- Qualquer ruído alto para evidenciar que os pensamentos podem ser interrompidos. Pedir-se-á aos participantes que fechem os olhos e será atirado um objeto no chão.
- Como lidar com situações estressoras no momento presente. Segunda estratégia: alimentação. Recordar a importância da atividade física.
- Tarefa: treinar *parada de pensamento*, continuar com o RMP e estar atento à alimentação.

### **Sétimo Encontro**

Tema: comportamento assertivo

- Resgatar a sessão anterior. Lembrá-los dos comportamentos que apresentam exigência e sofrimento. Rever a dinâmica *dificuldade de um consenso* e mostrar que a exigência é, muitas vezes, acompanhada de intolerância e como isso pode ser uma fonte de estresse. Recordar a *parada de pensamento* para a tristeza e perguntar sobre a tarefa de treiná-la.
- Mostrar que já foram vistas, para combate ao estresse, às questões de RMP, atividade física e alimentação.
- Dinâmica *o que você faria?* (KIRBY, apud 1995; apud CALAIS, 2008) adaptada. Objetivo: comportamento assertivo. Distribuir cartões com os seguintes questionamentos:
  - \_Você percebe que o filho de seu vizinho frequentemente sai para a escola machucado e chorando.
  - \_Você suspeita que seu chefe seja viciado em drogas.
  - \_Você vê dois policiais dando uma surra num jovem.
  - \_Passando pela rua, você vê num bar, bêbado, uma pessoa que era amigo do seu filho.
  - \_Você estava assistindo televisão e o repórter anuncia uma rebelião num ocioeducativo de outra cidade.
- Como lidar com o estresse segundo o modelo de LIPP (1994), apud CALAIS, 2008, em situações atuais: atividade física, alimentação, parada de pensamento, assertividade. Introduzir o tema assertividade, seus componentes, diferença entre comportamento agressivo, assertivo e não assertivo. Entregar folha com as

diferenças entre esses comportamentos (CABALLO, 1996, apud CALAIS, 2008) para que cada um leia um trecho para o grupo e comente o que leu, provocando uma discussão.

- Distribuir a lista dos Direitos Humanos para que todos tenham elementos para discutir como cada um percebe sua atuação socialmente.
- Tarefa: observar seu comportamento no dia a dia, segundo os conceitos aprendidos de agressividade, não-assertividade e assertividade.

### **Oitavo Encontro**

Tema: encerramento do grupo

- Retomar a sessão anterior: assertividade. Verificar tarefas.
- Ensinar a técnica de relaxamento de LIPP, 2000; apud CABALLO, 2006. Esta técnica poderá ser empregada em momentos de desespero, pois leva em conta a necessidade de estar alerta e atento, indicando exercícios de respiração.
- Avaliar o processo interventivo. Recordar todas as sessões com seus objetivos, técnicas e estratégias.
- Dinâmica: *gostou/não gostou* (KIRBY, 1995; apud CALAIS, 2008), com o objetivo de avaliar a intervenção geral. Os participantes são convidados, um por vez, a se manifestar sobre o que gostaram e o que não gostaram na intervenção de modo geral.
- Pedir para que todos refaçam Inventário de Burnout na intenção de fazer um comparativo com o primeiro inventário aplicado.

### **Nono Encontro**

Tema: Encontro com os demais grupos.

- Convidar os integrantes a planejar um encontro com os outros integrantes dos outros grupos. Objetivo: fazer com que os membros se envolvam para realizar um momento de descontração com os agentes dos outros grupos.

Na primeira fase da Intervenção, os dados serão coletados a cerca do profissional, (idade, sexo, tempo de serviço) e dados acerca do estado psicológico através de teste específico e entrevistas.

Para avaliar a ocorrência da Síndrome de Burnout experienciada pelos agentes será utilizado o MBI – Maslach Burnout Inventory (Maslach & Jackson, 1981), o qual fornece escores em três sub-escalas:

<b>Maslach Burnout Inventory</b>		
<b>E s c o r e s</b>	Exaustão Emocional	9 ítems
	Despersonalização	5 ítems
	Reduzida Realização Profissional	8 ítems

<b>Escala Likert de 5 pontos</b>		
1	Nunca	Baixo nível de Burnout
2	De vez em quando	Nível médio baixo
3	As vezes	Nível médio
4	Geralmente	Nível médio-alto
5	Todos os dias	Nível alto de Burnout

Fonte: (Benevides-Pereira, 2002)

Uma pessoa que apresente altas pontuações em Exaustão Emocional e Despersonalização, associadas a baixos valores em Realização profissional é considerada Burnout (Benevides-Pereira, 2002).

Outro instrumento utilizado será Entrevista Motivacional, que será realizada ainda na primeira etapa. A Motivational Enhancement Therapy é uma técnica de tratamento psicossocial descrita por Miller e Rollnick (2001) para auxiliar os clientes no conflito motivacional, aumentando a conscientização e necessidade de fazer algo em relação ao problema-alvo. Seu objetivo principal é contribuir para que os



## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A Unidade do Centro Socioeducativo de Divinópolis/MG está em funcionamento há 7 anos. Tem-se que no transcorrer deste período a equipe de agentes socioeducativos foram acometidos por diversas situações das quais podem vir a desenvolver a Síndrome de Burnout.

Para tanto, observa-se a necessidade de avaliar a incidência da Síndrome de Burnout nos agentes socioeducativos e realizar intervenção com esses profissionais pois, sabe-se que estes estão vulneráveis ao estresse ocupacional devido as condições de trabalho desta instituição.

## 6 REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

AFONSO, Maria Lúcia.(Org). **Oficinas em dinâmicas de grupo na área da saúde.** São Paulo: Casa do Psicólogo®, 2006

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. B. **O Processo de adoecer no trabalho.** Em A. M. B. Pereira (Org.), *Burnout*. Quando: Papyrus. O trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador (pp. 21-91). São Paulo,SP: Casa do Psicólogo, 2002

BRASIL. Lei n 12594, art. 1º, §2, 2012

CABALLO, Vicente E. **Manual para o tratamento cognitivo-comportamental de transtornos psicológicos da atualidade.** Santos. 1ª edição, 2006

CALAIS, S. L.. **Emprego de relatos verbais em grupo como instrumento de descrição, avaliação e controle do Transtorno do Stress Pós-Traumático.** In: Maria Regina Cavalcante. (Org.). *Avaliação e Intervenção em Análise do Comportamento: Aspectos de Procedimento.* 1ªed. São Paulo SP: Editora Roca, 2008, v., p. 147-168

CARLOTTO, M.S.A Síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo.** Maringá; v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002

MASLACH, C., &JACKSON, M. **Maslach Burnout Inventory** Manual (MBI). Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, 1981

MMILLER, W. R.; ROLLNICK, S. **Entrevista Motivacional:** preparando as pessoas para mudanças de comportamentos aditivos. Porto Alegre: Artmed, 2001

PICHON-RIVIÈRE, E. **O processo grupal.** 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

**APÊNDICE A- Síndrome de Burnout em agentes socioeducativos: Projeto de Intervenção**

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM AGENTES SOCIOEDUCATIVOS: PROJETO DE INTERVENÇÃO**

Prezado Sr (a), \_\_\_\_\_

Estamos desenvolvendo uma intervenção com o objetivo de identificar a ocorrência da Síndrome de Burnout em agentes socioeducativos, avaliar os estressores causadores desta síndrome, durante o período de janeiro a agosto de 2016, no Centro Socioeducativo de Divinópolis/MG.

Ao concordar em participar deste estudo será submetido a realização de entrevista inicial, entrevista motivacional, aplicação de inventário e participação de grupo operativo.

O resultado desta intervenção poderá servir para identificar os fatores estressores bem como prevenir os malefícios da Síndrome de Burnout.

O informante não será submetido a nenhum exame, questionamento administrativo, ético ou legal em função da sua participação que só será realizada através do seu consentimento, sem a sua identificação, e sob absoluto sigilo. Não ocorrerá nenhum gasto financeiro ou material para os participantes.

Você tem total liberdade de aceitar ou de não aceitar participar deste estudo e em voltar atrás na sua decisão de aceitação e não aceitação em qualquer momento da realização da pesquisa.

Caso esteja de acordo, não receberá nenhum favor ou pagamento. Também caso não aceite participar não haverá nenhum desconforto, prejuízo, retaliação ou questionamento.

A intervenção e este termo de consentimento livre e esclarecido estão de acordo com a resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde sobre ética em pesquisa com seres humanos.

Uma cópia deste documento ficará com você e outra com o pesquisador responsável.

Eu, \_\_\_\_\_, CONFIRMO ter entendido os termos deste consentimento, tendo sido esclarecido acerca de todas as minhas dúvidas. Portanto aceito participar como sujeito desta pesquisa.

DIVINÓPOLIS , \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ 2016

---

Paciente ou responsável

---

Camila Campolina Gomes  
Responsável pela intervenção

Nome legível e assinatura do responsável:

Telefone do responsável: 37-99926129

Endereço do responsável: Rua Graça Aranha, 610 B.: São José

CEP 35501-271

Divinópolis/MG