

Docentes com stress profissional em Angola: o possível impacto na
aprendizagem dos estudantes

Teachers with professional stress in Angola: the possible impact on student learning

Docentes con stress profesional en Angola: posible impacto en el aprendizaje de los
estudiantes

DOI: <http://dx.doi.org/10.25087/resur5a4>

Beatriz Nawassi D. Ordem¹
Marialva Moog Pinto²
Enrique Martinez Larrechea³

Recibido, 10 de marzo de 2018

Aprobado, 10 de junio de 2018

Resumo

O presente artigo almeja identificar se o *stress* profissional em docentes pode impactar na aprendizagem dos estudantes. O contexto pesquisado foi a Escola do II Ciclo do Nambambe, Lubango em Angola. A presente pesquisa qualitativa com suporte

¹ Mestre Ciência da Educação pela Universidade Latino-americana (ULAT). Licenciada em Psicologia Clínica pelo Instituto Superior Politécnico Tundavala (ISPT)- Angola. Professora de Psicologia. Contato (244)923347150. e-mail: biaordem@gmail.com

² Doutora pela UNISINOS – CAPES 7. Docente do Instituto Universitário Sudamericano – IUSUR, Montevideu – Uruguay. Líder do Grupo de Pesquisa Formação do Professor e Práticas Pedagógicas-FOPPE. Membro do Grupo de Pesquisa coordenador pela Dr.^a Maria Isabel da Cunha-UNISINOS. Coordenadora do Mestrado em Educação – Angola. e-mail: marialvamoog@hotmail.com

³ Enrique Martinez Larrechea - Doutor -USAL - Argentina. Pesquisador do Sistema Nacional de Investigadores, SNI - Uruguai. Reitor do Instituto Universitário Sudamericano – IUSUR, Montevideu – Uruguai. Membro do GT de CLACSO: Universidades e Políticas de Educação Superior. Dirigente da Sociedade Uruguia de Educação Comparada e Internacional -SUECI. Ex Diretor Nacional de Educação - MEC – Uruguai. e-mail: martinez.larrechea@gmail.com

quantitativo é de natureza aplicada e de cunho exploratório. Após a pesquisa bibliográfica, a recolha dos dados foram realizados por meio de questionários de Sintomas de *Stress* para Adultos-Lipp e entrevistas semiestruturadas. Os resultados evidenciaram que os professores avaliados apresentam níveis elevados de *stress* originados de várias situações, dentre as quais se destacam os baixos salários, a carga horária excessiva e a falta de actualização das categorias docentes, e que de fato, esta realidade tem implicado negativamente na aprendizagem dos estudantes.

Palavras-chave: Professor. *Stress*. Aprendizagem.

Abstract

This article aims to identify if teacher's professional stress can impact student's learning. The context researched was the School of the II Cycle of the Nambambe, Lubango in Angola. The qualitative research with a quantitative support is of an applied and exploratory nature. After the bibliographical research, the data collection was carried out through questionnaires of Stress Symptoms for Adult-Lipp and semi-structured interviews. The results showed that the teachers evaluated presented high levels of stress from various situations, among them the low salaries, the excessive workload and the lack of updating of the teaching categories, and that in fact, this reality has negatively implicated in the student's learning.

Keywords: Teacher. Stress. Learning.

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo identificar si -y en qué medida- el estrés laboral en los docentes puede tener impacto en el aprendizaje de los estudiantes. El contexto investigado fue la Escuela de II Ciclo de Nambambe, Lubango en Angola. Este estudio cualitativo con apoyo cuantitativo es de naturaleza aplicada y de carácter exploratorio .

Después de la búsqueda en la literatura, la recogida de datos se realizó a través cuestionarios de síntomas de estrés para los adultos-Lipp y entrevistas semiestructuradas. Los resultados mostraron que los docentes evaluados tienen altos niveles de estrés que surge de diversas situaciones, entre las que destacan los bajos salarios, excesivas horas de trabajo y la falta de actualización de las categorías de los maestros, y que de hecho, esta situación ha influido negativamente en el aprendizaje de los estudiantes.

Palabras clave: Maestros. Estrés. Aprendizajes.

Introdução

Este artigo é um recorte da pesquisa de mestrado intitulada “Docentes com *Stress* Profissional: o possível impacto na aprendizagem dos estudantes” realizada no Curso de Mestrado em Angola. O Curso ocorreu no formato dos cursos Minter⁴ conhecidos no Brasil, embora não tenha sido oficialmente um Minter, por não ter sido realizado por uma instituição brasileira.

O Curso foi realizado em uma instituição de Educação Superior de Angola, elaborado por dois professores doutores, uma brasileira e um uruguaio, com ampla experiência na educação superior e na pesquisa. Esses docentes levaram consigo, outros professores doutores da América Latina, para compor o quadro docente e ministrar as demais disciplinas do curso.

A temática do estudo preocupa-se com os fatos que têm gerado grandes mudanças no contexto social particularmente no educacional. A pessoa do professor tem estado em busca incessante de realizações, tanto no âmbito familiar, quanto no social e profissional, gerando vários estados de inquietação, como a frustração e angústia, causando o *stress* e, talvez por consequência, um possível impacto negativo na aprendizagem dos estudantes.

Deste facto, surge este artigo que visa compreender se o *stress* profissional em docentes pode causar impacto na aprendizagem dos estudantes. Percebe-se atualmente um aumento crescente de docentes com situações de *stress*, motivo que está intrinsecamente relacionado com as várias atribuições deste trabalho.

O estudo levantou algumas perguntas norteadoras o que permitiu constatar várias situações que estão na base do *stress* docente como os baixos salários, a carga horária, a atualização de categoria profissional, o possível comportamento inadequado dos estudantes, o elevado número de alunos por turma e as várias atividades laborais.

⁴ Minter - Mestrado Interinstitucional são turmas de mestrado conduzidas por uma instituição promotora (nacional) nas dependências de uma instituição de ensino e pesquisa receptora, localizada em regiões, no território brasileiro ou no exterior, afastadas de centros consolidados em ensino e pesquisa.

Para muitos professores, esta profissão tem proporcionado desequilíbrios pessoais ao trabalhador, que têm causado danos físicos e emocionais, sendo a escola um dos espaços que têm sentido o reflexo dessas consequências.

A profissão professor sempre foi e ainda é considerada muito importante para a sociedade, no sentido de organizar as gerações mas novas em uma linha de comportamento desejável para a cidadania e o convívio social. É uma ação política, e teríamos uma reflexão valorosa aqui se este fosse o objetivo deste estudo e assim pudéssemos seguir discutindo aqui, a função da escola.

Trata-se de uma pesquisa de natureza aplicada, com abordagem qualitativa, suporte quantitativo, com objetivo exploratório, procedimento bibliográfico e de campo. O estudo foi realizado numa amostra de 50 professores e 50 estudantes. Foram usados como instrumentos para recolha de dados o Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos-Lipp, o inquérito por questionário, a entrevista e o método de observação não participante individual.

O artigo faz uma breve reflexão sobre a conceptualização da profissão professor, o *stress* profissional docente, o processo de ensino aprendizagem dos adolescentes, a metodologia usada, e termina com a análise e discussão dos resultados obtidos a partir dos instrumentos de colecta de dados.

Profissão professor: conceitualização teórica

A profissão *professor* é uma tarefa de lutas e buscas. Para exercer esta profissão com eficácia, requer-se qualificações académicas, pedagógicas, competências e saberes.

O Dicionário da Língua Portuguesa (2009, p. 691), define profissão como sendo "a actividade remunerada que se exerce regularmente, para a qual é necessário uma certa formação ou seja emprego, trabalho ou ocupação".

Tardiff (2009, p. 13), define a docência “como uma forma particular de trabalho sobre o humano, ou seja, uma atividade em que o trabalhador se dedica ao seu “objeto” de trabalho.

Para Vianna (1999), muitas sociedades observam o professor como “sacerdotes” profissionais, que realizam o seu trabalho sem esperar uma remuneração, pois, ela é vista como uma missão nobre desprendida das relações econômicas e vinculada a igreja. Acreditamos que essa identificação entre a docência e o sacerdócio, caracteriza a identidade dos professores da época e permanece atualmente como um modelo de actuação centrado nas ideias entre o amor e a profissão.

Atualmente a visão pontuada por Vianna (1999), é uma visão que grande parte da sociedade tem do professor, porém o profissional professor em sua maioria, já não se vê mais neste papel.

Em Angola, de acordo com Alfredo et. al (2014), a profissão professor nem sempre é exercida com vocação, mas sim, para a sobrevivência, deixando algumas das exigências que qualitativamente são importantes para o professor no correto desempenho do exercício de sua atividade profissional. Este quadro, segundo o autor, encaminha para um ensino meramente tradicional, o qual caracteriza da seguinte forma:

a escola angolana [...] é essencialmente transmissiva, o ensino é fortemente memorístico por várias razões, tais como a tradição missionária, o dogmatismo, o fraco domínio da língua portuguesa e a falta de meios de ensino adequados (ALFREDO et. al, 2014, p 21).

Segundo Rodrigues et. al (2011, p. 5), “o professor ao lançar um conhecimento novo, é aquele que no início da aula conversa com seus estudantes, contextualiza o conteúdo a ser ensinado, dá muitos exemplos, questiona, instiga, enfim, seduz”. Deste pressuposto, parece-nos elegante aferir que um docente é aquele que ensina o estudante

a aprender e a ensinar a outrem o que aprendeu, além disso, ele deve estar mais próximo de seus estudantes e aberto ao diálogo.

A prática docente, em conformidade com Nóvoa, Debaldo & Rovoris (2007), deve centrar-se em atividades pedagógicas e acadêmicas, mas com um olhar especial no estudante. É favorável a manutenção de elementos da pedagogia tradicional centrada no conhecimento, mas depende dos princípios da pedagogia moderna centrada no estudante, onde o professor preocupa-se com a aprendizagem e a ensinar a estudar.

Nesta perspectiva, pode-se depreender que o professor deve ser um profissional da educação com preparação acadêmica e pedagógica, onde elabora com criatividade e sistematicidade os conhecimentos teóricos e práticos sobre a realidade circundante.

O stress profissional docente

Atualmente, os professores vivenciam momentos delicados no mundo do trabalho, caracterizado por intensas mudanças e pressões que conduzem a diversas consequências no nível físico e psicológico e que estas conduzem a vários sintomas, como é o caso do *stress* docente.

Segundo Albrecht (1988), o *stress* é um conjunto de condições bioquímicas do organismo humano, refletindo a tentativa do corpo de fazer o ajuste às exigências do meio (ALBRECHT, 1988 apud MARTINS 2007).

Na ideia de Megosa (2000), o *stress* é definido como um conjunto de reações físicas, químicas e mentais de uma pessoa a estímulos do meio ambiente.

Para Lipp (2007, p. 15) “a palavra *stress* quer dizer pressão, tensão ou insistência, portanto estar estressado quer dizer estar sob pressão ou estar sob a ação de estímulo insistente”.

Paula & Naves (2010, p.14), definem o *stress* docente “como resposta do professor aos efeitos negativos (ansiedade, depressão) acompanhada de alterações fisiológicas potencialmente patogênicas em resultado das exigências que se fazem ao professor”.

Um profissional da educação nem sempre apresenta uma vida feliz. De acordo com Melo (2011), estudos realizados, enfatizam que a profissão professor, está em segundo lugar no *ranking* das profissões estressantes.

O professor, em todos os níveis, está sujeito a considerável número de estressores externos e internos, quando percebidos e interpretados tornam-se uma categoria profissional de risco.

Deste modo, Amado (2001), França & Rodrigues (2005), e Bandeira (2013), referem os stressores externos como o comportamento inadequado dos estudantes, condições precárias de trabalho, excesso de actividades laborais, carga horária elevada, deterioração das relações com colegas de trabalho, estrutura física inadequada, baixos salários, falta de atualização e promoção da categoria docente.

Os mesmos autores referem que o evento interno, como todas as situações que fazem parte do mundo interno, das cognições do individuo, o seu nível de assertividade, suas crenças, seus valores, suas características pessoais, seu padrão de comportamento, sua ansiedade e o seu esquema de reação da vida como situações relacionados à pensamentos, emoções, valores, comportamentos.

O stress é um problema que tem perturbado vários profissionais nas mais diversas áreas profissionais, incluindo o professor. Estas perturbações são devido os agentes stressores que afectam o professor no seu dia a dia. Todavia, apela-se aos profissionais, particularmente o professor sobre a necessidade deste acautelar-se no sentido de evitar estes agentes que podem provocar danos tanto físicos quanto psicológicos não só no profissional docente mas também na aprendizagem dos seus estudantes.

Fases do stress e alternativas para minimizar seus efeitos

O *stress* constitui um sério problema de saúde, havendo, por isso, necessidade de conhecer as fases em que o indivíduo pode transcorrer com este problema, para melhor o gerir e mitigar seus efeitos.

Selye (1936; 1956), propõe o modelo trifásico do *stress* ou Síndrome Geral de Adaptação. Este é caracterizado pelas fases de alarme, resistência e exaustão manifestando sinais e sintomas que afecta física e psicologicamente o indivíduo.

De acordo com Leite Rios (2006), a fase de alarme/alerta, apresenta os sintomas característicos como o aumento da frequência respiratória, dilatação dos brônquios e da pupila, além de contracção do baço e aumento do número de linfócitos na corrente sanguínea, para reparar possíveis danos ao organismo. Ainda pode ocorrer reacções de tensão muscular, mãos frias e suadas, gastrite e aumento da transpiração.

Em conformidade com França & Rodrigues (2005), na fase de resistência, o organismo é incapaz de manter o nível de activação adquirido na fase de alarme, devido a contínua presença dos estressores. É de longa duração e de excessiva intensidade, não prejudica o organismo devido a tentativa de restabelecer a *homeostase*. Nessa fase, utiliza-se toda a energia para se re-equilibrar.

Relativamente a fase de exaustão/esgotamento, Lipp (2007) e Martins (2007), o agente estressor dura mais tempo e é caracterizada pelo aparecimento dos sintomas da primeira fase, além de outros, tais como insónia, problemas dermatológicos e estomacais, cardiovasculares, instabilidade emocional, apatia sexual, ansiedade aguda, inabilidade de tomar decisões entre outros.

Pode-se perceber, portanto, que o *stress* não pode ser apenas encarado como algo negativo, ele pode também causar motivação e estimular a pessoa a lidar com situações para alcance dos seus objectivos. Cada indivíduo, deve conseguir visualizar as coisas com maior naturalidade e tornar isso um aprendizado para a sua vida.

É importante lembrar que o indivíduo ao apresentar sinais e sintomas de uma das fases acima descritas, deve usar algumas estratégias de gerir o *stress*. Por isso, Paula &

Naves (2010), afirmam que falar de *stress* é falar de um fenómeno natural, daí que todas as tentativas para tentar eliminá-lo **quase que são inúteis, porque ele faz parte da vida, “é a própria vida”**.

No entanto, Reinhold (2004) e Costa (2011) apresentam algumas estratégias para gerir o stress e o possível tratamento. Primeiro deve-se saber o agente stressor; após a identificação, é importante substituir o modo de pensar estressante por ideias mais produtivas e lógicas. Outra forma de alívio do *stress* é conversar com os colegas de trabalho sobre o que está a incomodar, usar o senso de humor, desligar-se dos problemas por alguns minutos durante o dia, alimentar-se de verduras, legumes, frutas e praticar atividades físicas.

Não obstante o fato da profissão professor ser muito importante para a vida e desenvolvimento de qualquer sociedade, deve-se ter o máximo cuidado e o mínimo de conhecimento de seus níveis, em particular o de exaustão, por ser este o nível que provoca maiores danos ao indivíduo. Outrossim, é necessário conhecer as estratégias do seu gerenciamento para proporcionar o bem estar físico e mental.

Processo de ensino e aprendizagem do adolescente

Cada pessoa tem uma maneira de aprender que se organiza a partir da família e da escola, considerando o adolescente estudante como um ser que tem capacidade de pensar e aprender significativamente.

Para Mahoney & Almeida (2005), o processo de ensino e aprendizagem é um recurso fundamental do professor: sua compreensão, interação, motivação e o papel da afetividade nesse processo, constituem um elemento importante para aumentar a sua eficácia.

A aprendizagem é toda mudança de comportamento em resposta a experiências anteriores porque envolve um sujeito como um todo, considerando todos os seus

aspectos, psicológicos, biológicos e sociais. Se alguns desses aspectos estiverem em desequilíbrios, haverá dificuldade de aprendizagem, explica Neves (2015).

Segundo este autor, a aprendizagem do adolescente será mais rápida quando sentir a necessidade e a urgência na compreensão daquilo que está sendo apresentado. Todo indivíduo tem sua modalidade de aprendizagem e os seus meios de construir o próprio conhecimento, isto é, depende de cada um para construir o seu saber.

Para Campos (2009), adolescência, é uma fase de transformações biológicas, físicas e psicológicas. Portanto, há necessidade de ter muita atenção e preocupação com os que compõem esta faixa etária, principalmente os que fazem parte do mundo estudantil. É uma fase marcada por muitos questionamentos, exigências, novas experiências e constantes preocupações. Diante de tantas alterações físicas e emocionais, muitas vezes não conseguem conter as emoções, e começam os confrontos com pais, professores e com os colegas.

Deste modo, pode-se perceber que o aspecto importante a ter em conta é que os professores devem conhecer melhor os seus estudantes, suas opiniões, anseios e sonhos. Torna-se necessário que os professores entendam esse período bastante conturbado para os adolescentes e, de transformação e desenvolvimento desta fase da vida humana.

Neves (2015), destaca que o adolescente constrói o saber a partir do momento que ele tem uma relação com o conhecimento que oferece a sua história. Para que o conhecimento seja assimilado é preciso que o sujeito seja activo e transforme o seu saber, esquecendo de conhecimentos prévios que já não tem valor. É importante que o professor dê significado para o novo conhecimento, despertando o desejo de querer aprender como estudante.

Neste sentido, o adolescente, uma parte representativa do seu tempo é consumido no espaço escolar e é natural que tal ambiente contribua de certa forma para seu desenvolvimento, epistemológico, mental e de sua autonomia como indivíduo. O

professor deve ajudá-lo no sentido de promover a mudança de atitudes e ser capaz de arranjar estratégias eficazes para aprendizagem.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa de natureza aplicada, com abordagem qualitativa, suporte quantitativo, com objectivo exploratório, procedimento bibliográfico e de campo.

Esta investigação teve como população 69 professores e 1.296 estudantes. Destes, foram seleccionados de forma aleatória como amostra 50 professores e 50 estudantes de ambos os sexos, com a faixa etária compreendida entre os 22 e 55 anos, para os professores e, entre 14 e 18 anos, para os estudantes, todos eles pertencentes a Escola do II Ciclo do Nambambe, na cidade de Lubango em Angola.

Para a recolha de dados utilizou-se o questionário e a entrevista semi-estruturada dirigida aos professores e estudantes e o Inventário de Sintomas de *Stress* Lipp – ISSL, dirigido aos professores. Este inventário analisa e classifica os sintomas do *stress* em níveis físicos e psicológicos, o que permite a identificação da sintomatologia dominante.

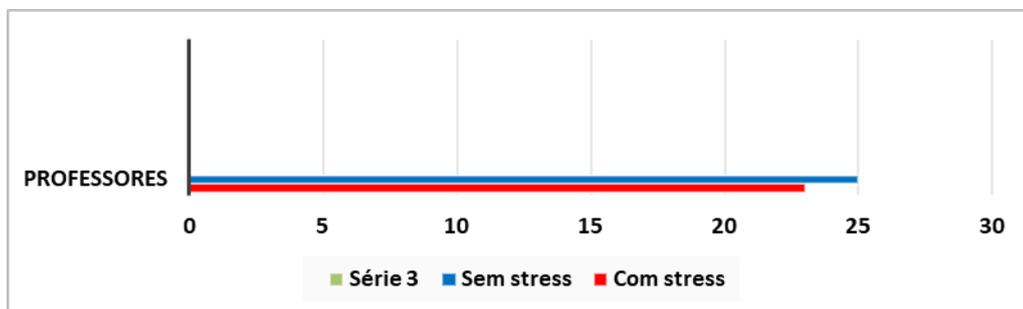
Análise e discussão dos resultados

Em 2016 foi realizada uma pesquisa na Escola do Ensino Secundário do II Ciclo do Nambambe. Da amostra seleccionada foram excluídos dois professores que não apresentaram atempadamente os instrumentos a eles entregues para a recolha dos dados. Quanto aos estudantes, não se verificou alteração em relação a amostra seleccionada visto que todos participaram diretamente do estudo.

Primeiramente procurou-se identificar os níveis de *stress* através do ISSL. Em relação a este instrumento aplicado para se saber a existência e inexistência de professores com *stress*, o mesmo revelou que dos 48 professores que fizeram parte da

amostra, 48% (n=23), manifestaram sintomas de *stress*, 52% (n=25), não revelaram sintomas de *stress*, tal como ilustra o gráfico 1.

Gráfico 1: Professores com e sem *stress*

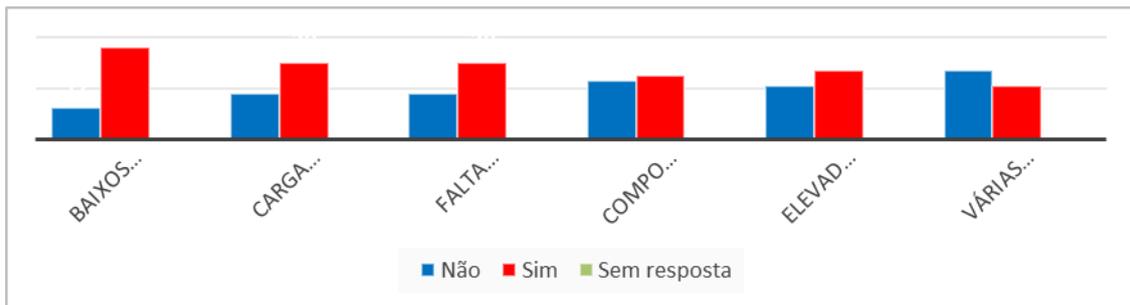


Fonte: Ordem, 2016

Dos professores com *stress*, constatou-se que 31% (n=15) destes (7 do sexo masculino e 8 do feminino), se encontravam na fase de resistência e, 17% (n=8) destes (3 do sexo masculino e 5 do feminino), estavam na fase de exaustão; não se observou nenhum professor na fase de alerta.

Para saber as principais causas do *stress* docente, os professores foram inqueridos e entrevistados e os resultados mostraram que os baixos salários, a carga horária excessiva, a falta de atualização de categoria, o comportamento inadequado dos estudantes, o elevado número de estudantes na sala de aula e as várias atividades laborais para complementar o salário, constituem os principais motivos, tal como pode ser visualizado no gráfico 2.

Gráfico 2: Causas do *stress* docente

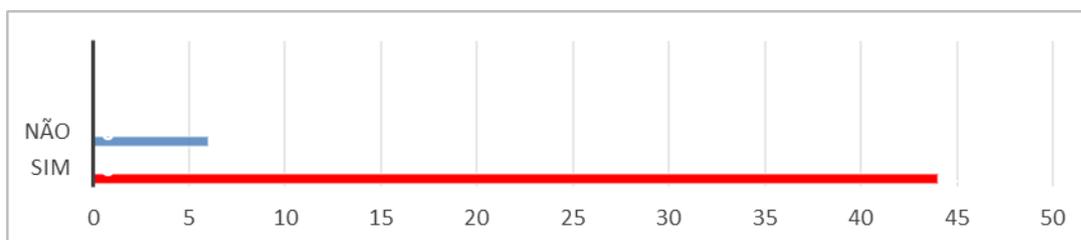


Fonte: Ordem, 2016

Através dos instrumentos para colecta de dados foi possível perceber que os baixos salários constituem uma das principais causas do stress docente $n=36$ (75%), juntamente com a carga horária excessiva e a falta de atualização de categorias, ambos factores com $n=30$ (62,5%), respectivamente. Entretanto, é possível perceber que uma percentagem relativamente baixa de professores $n=12$ (25%), justificaram que os baixos salários não têm influenciado nas causas do stress docente; igual opinião partilha um número relativamente baixo de professores em relação a carga horária excessiva e a falta de actualização de categorias, ambos com $n=18$ (37,5%). É ainda possível perceber que as várias actividades laborais têm pouca influência no stress docente.

Com o intuito de saber se o *stress* tem impacto na aprendizagem dos estudantes, foram aplicados a entrevista e o inquérito por questionário. Assim, durante a entrevista 88% ($n=44$) estudantes, revelaram que o mal estar docente tem implicações na sua aprendizagem, gráfico 3.

Gráfico 3: Impacto do *stress* docente na aprendizagem dos estudantes



Fonte: Ordem, 2016

No que toca a disposição dos estudantes em relação ao mal estar dos docentes, nota-se que 68%(n=34) dos estudantes manifestam péssima disposição docente. Entretanto, 86%(n=43) afirmam que conseguem se aperceber se o professor está desanimado ou não na sala de aulas.

Quanto aos estudantes se assistem ou não todas as aulas com motivação, constatou-se que 26% (n=13) dos estudantes assistem as aulas de forma motivada, 74% (n=37) não o fazem porque não estão satisfeitos com o relacionamento entre eles e os professores.

Discussão dos resultados

Os dados colectados neste trabalho, indicaram que 48% dos professores apresentaram *stress*, e 52% estavam ausentes desta sintomatologia, conforme a avaliação do ISSL. Estes resultados vão de encontro com estudos feito por Martins (2005), onde verificou que 47,1% dos professores apresentaram *stress* e 52,9% estavam isentos dele.

O mesmo autor na revisão da literatura sobre o *stress* em professores, afirma que ensinar é uma das ocupações altamente stressante, com reflexos negativos e evidentes na saúde física e mental.

Foi possível verificar-se que através do ISSL, a sintomatologia predominante em 48 professores foram as psicológicas (55%), e as físicas são as que menos se evidenciaram, com 45%. Este resultado é quase semelhante, com estudos feitos por Martins (2007), onde os sintomas psicológicos foram de (57%) e os físicos (43%). Reinhoud (2004), refere que o conjunto de sintomas que o professor apresentar em situação de *stress*, pode ocorrer devido as dificuldades que ocorrem face as exigências que lhe são colocadas pela profissão, causando problemas psicológicos. De acordo com Lewis (1988) apud Martins (2007), o *stress* identifica-se com sintomas psicológicos e físicos, logo, o homem é uma unidade mente-corpo, porque cada alteração psicológica tem uma componente fisiológica.

Em relação as fases do *stress*, verificou-se que das três fases, o grupo mais afectado de professores foi o do sexo feminino, com maior prevalência na fase de resistência com 53%, e no sexo masculino com 47%. Este resultado é aproximado ao estudo feito por Pereira (2008), onde 55% eram do sexo feminino e, 45%, do masculino. Importa ressaltar que na fase de resistência, quanto maior for o esforço que o indivíduo faz para se adaptar e restabelecer o equilíbrio interior, maior é o desgaste do organismo (LIPP, 2007).

Segundo Martins (2005), a partir das análises efectuadas sobre as causas do *stress*, pode-se dizer que todos os estímulos que o organismo julga como uma ameaça à sua preservação, necessidades físicas ou psicológicas, poderão ser considerados factores estressantes.

Deste modo, foram destacados alguns agentes stressores que se manifestaram nos professores da Escola do II Ciclo do Nambambe, nomeadamente os baixos salários (75%), a carga horária excessiva e falta de actualização da categoria docente (62,5%), comportamento inadequado dos estudantes (52,1%), elevado número de estudantes por turma (56,3%) e as várias actividades laborais (56,3%). Os agentes stressores descritos, corroboram com alguns estudos já realizados por Reinhoud (2004), Lipp (2007) e Bandeira (2013).

Durante a entrevista, os estudantes afirmaram que os professores têm manifestado mal-estar na sala de aula, fazendo com que eles sejam apenas receptores de conteúdos, impossibilitando que exponham as suas dúvidas. Este fato segundo Freire (1987, p. 33), em sua obra *A Pedagogia do Oprimido*, na qual o autor afirma que "desta maneira, a educação se torna um ato de depositar, em que os educandos são os depositários e o educador o depositante".

Considerações finais

O *stress* é o resultado de tensões causadas por alguns agentes stressores que proporcionam um desgaste físico e psicológico, desencadeando vários sinais e sintomas, o que tem afetado muitos professores. Foi possível perceber a presença de *stress* em professores da escola alvo desta investigação bem como o seu impacto no processo de ensino e aprendizagem dos estudantes, o que permitiu perceber que o *stress* docente pode implicar negativamente na aprendizagem dos estudantes. Os resultados da presente investigação mostraram que os baixos salários, a carga horária, a actualização de categoria docente, o comportamento inadequado dos estudantes, o elevado número de estudantes por turma e as várias actividades laborais, são factores que causam *stress* docente e implicam de forma negativa na aprendizagem dos estudantes.

Mediu-se os níveis de *stress* dos sujeitos, objectivo alcançado a partir do ISSL, onde prevaleceu as fases de resistência e a de exaustão.

Estes resultados permitiram ainda identificar e medir os níveis de *stress* dos docentes implicados nesta investigação onde prevaleceram as fases de resistência e a de exaustão além de medir também o impacto do *stress* profissional docente na aprendizagem dos estudantes, quando estes foram peremptórios em afirmar que um professor stressado, não se dedica totalmente no processo de ensino e aprendizagem, fato que tem implicação negativa na sua aprendizagem.

Referências

AMADO, João. *Interacção Pedagógica e a Indisciplina na sala de Aula*. Porto. Edições ASA. 2001.

BANDEIRA, Felizardo. *Stress e Cooping no Ensino Superior: Experiências Percepções de Professores e Estudantes Angolanos*. 1ªedição. Angola. tm editora. 2013.

CAMPOS, Dinah Souza. *Psicologia da Adolescência*. 21ª edição. Rio de Janeiro Petrópolis: editoras vozes. 2009.

COSTA, Maria. Luísa. *Stress docente e Hábitos de Vida*. Instituto de Educação da Universidade de Lisboa. Ciclo de Estudos Conducente ao grau de Mestre em Ciências da Educação. Área de Especialização em Formação de Professores. Lisboa.2011.

Dicionário da Língua Portuguesa. Porto editora. 2009.

FRANÇA, Ana Cristina; RODRIGUES, Avelino Luiz. *Stress e trabalho: Uma Abordagem Psicossomática*. Editora Atlas. 4ª- Edição. 2005.

ISRAEL, Regina. *Avaliação dos níveis de stress em Professores das escolas Publicas em Belém*. Centro de Ciências Biológicas e de Saúde-CCBS, Curso de Fisioterapia. Belém.2010.

LEITE RIOS, Olga de Fátima. *Níveis de stress e Depressão em Estudantes Universitários*. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo-PUC-SP. Programa de estudo pós graduado em Psicologia Clínica. São Paulo 2006.

LIPP, Marilda. *O stress esta dentro de você*. São Paulo: Contexto. 2007.

_____, M. *Manual do Inventário de Sintomas de stress para Adultos de Lipp (ISSL)*. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2000.

MAHONEY, Abigail. Alvarenga.; ALMEIDA, Laurinda. Ramalho. Afectividade e o ensino de ensino aprendizagem: Contribuição de Henri-Wallon. Psic. da Ed. São Paulo, 20,1º- Sem. de 2005. 2005. pp. 11-30.

MARTINS, Maria da Graça. Sintomas de Stress em Professores Brasileiros. Revista Lusófona de educação. 10. 2007. 109-128.

MEGOSA, J. Novo estilo de vida. Sem stress. 3ª- edição. Portugal. Publicadora Atlântico. Editorial Sá feliz. 2000.

MELO, Cristina Begnossi. Stress e o Bournald em professores de Educação Infantil Artigo apresentado á Universidade estadual Maringá- UEM. 2011.

NEVES, Regiane Souza. Aprendizagem é toda mudança de comportamento. disponível em: <[meuartigo.brasilecola.com/.../o-desenvolvimento cognitivo](http://meuartigo.brasilecola.com/.../o-desenvolvimento_cognitivo)>. Acesso: 22 Jan. 2015.

NOVÓIA, Antonio. DEBALD, Blasius Silvano.; ROVORIS, Diogo. O professor, sua formação e praxis. Peid, foz do Iguaçó , V.1,n.2,p.111-118,Jul./ Dez.2007.

ORDEM, Beatriz N. Docentes com Stress Profissional: O possível impacto na aprendizagem dos estudantes. Dissertação de Mestrado do Programa de Pós graduação em Educação da Universidade Latinoamericana (ULAT). Bolívia. Campus Angola. 2016.

VIANA Claudia. Identidade Colectiva e accao do professorado. Crise e perspectivas de accao colectiva docente em são Paulo. São Paulo. Xama, cap 2, 1999. p 45-72.

PAULA, Ana ; NAVES, Maria. O Stress e Bem-estar Docente. B. Tec.Senoc. AR. Edu. Prof. Rio de Janeiro, V. 36. 2010.

REINHOLD, Helga. Hinkenickel. Sentido da Vida: Prevenção do Stress e do Bournoud dos Professor. Tese de Doutorado apresentado ao programa da pós graduação em psicologia do centro de Ciências da vida da Pontifícia. Universidade Católica de Campinas. PUC-Campinas. 2004.

RODRIGUES Leude Pereira; MOURA Lucilene Silva; TESTA Edimárcio. O Tradicional e o Moderna quanto à Didáctica no Ensino Superior. Revista Científica do ITPAC. Araguaína, v.4, n.3, Pub.5, Julho 2011.