PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO

PUC-SP

Maria de Fátima Alves de Morais

Stress, burnout, coping em padres responsáveis pela formação de seminaristas católicos

DOUTORADO EM CIÊNCIAS DA RELIGIÃO

São Paulo

2008

Livros Grátis

http://www.livrosgratis.com.br

Milhares de livros grátis para download.

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO

PUC-SP

Maria de Fátima Alves de Morais

Stress, burnout, coping em padres responsáveis pela formação de seminaristas católicos

DOUTORADO EM CIÊNCIAS DA RELIGIÃO

Tese apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de Doutor em Ciências da Religião, sob a orientação do Prof. Dr. João Edênio dos Reis Valle.

São Paulo

2008

Banca Examinadora

_____

_____

_____

_____

_____

AGRADECIMENTOS

Ao Deus de Jesus e meu Deus, pela experiência vivida na busca do meu modo de ser e estar no mundo, acreditando sempre no diálogo com o Invisível.

Aos meus clientes e amigos padres e consagrados que, buscando minha ajuda em atendimento terapêutico, mostraram-me, na sua angústia, a importância da acolhida.

Fundação Porticus, especialmente na pessoa de seu Diretor para a América Latina, Dr. Einardo Bingemer, pelo indispensável apoio de financiamento.

Ao Prof. Dr. João Edênio dos Reis Valle, meu orientador, pela generosa acolhida com liberdade, respeito e competência profissional, que me fizeram acreditar que este fazer era possível, apesar de todos os percalços surgidos durante o processo de sua a trajetória.

Aos meus colegas do Instituto Acolher – ITA, especialmente ao Pe. Rubens Pedro, que se dedicam ao atendimento das pessoas de vida consagrada, pelo estímulo a reflexões e novos questionamentos.

Ao Instituto das Apóstolas do Sagrado Coração de Jesus, que possibilitou a realização desta pesquisa.

Aos professores do Programa Ciências da Religião e aos colegas do grupo de pesquisa – “Psicologia e Religiosidade: Peculiaridades”, da PUC/SP, Deolino Pedro Baldissera, Eliana Massih, Ênio Brito Pinto, Neilomar dos Santos e Rosa Eliza da Silva, pela preciosa contribuição no estabelecimento de pontes entre Psicologia e Religião.

À Andréia, secretária do Programa de Ciências da Religião, pelo convívio, disponibilidade, apoio e orientações imprescindíveis em importantes momentos nesses anos todos de estudo.

À PGS Medical Statistics, pelo apoio estatístico.

A todas as pessoas que, direta ou indiretamente, acreditaram e participaram desta vivencia de estudos, pesquisa e elaboração escrita.

RESUMO

A presente pesquisa tem como finalidade verificar como o *stress* e o *burnout* se dão em sacerdotes que atuam na formação do futuro clero. Busca individuar e descrever de maneira positiva os estressores que caracterizam as situações de tensão próprias desse grupo, além de individuar as estratégias de enfrentamento por ele usadas. Para tanto, foram validadas para essa população três escalas de largo uso na pesquisa: o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL); Inventário de Maslach de Burnout (MBI) e Inventário de Estratégias de Coping, de Folkman e Lazarus. Estas três escalas foram aplicadas e validadas em dois grupos distintos de sacerdotes. Os resultados de cada uma dessas amostragens foram submetidos a análises fatoriais distintas. Por razões de acesso mais fácil à população em estudo, foi usada na pesquisa apenas a segunda amostragem (a dos formadores). Esta amostragem foi constituída por 103 padres formadores. Visando complementar qualitativamente os dados, foi aplicado a esse mesmo grupo um questionário mais qualitativo elaborado pela pesquisadora, o Questionário de Avaliação de Estressores, de Morais. O conjunto de todos esses dados foi tabulado e analisado, usando-se para tanto testes não paramétricos e cruzamento entre as escalas.

Detectaram-se diferenças significativas em correlações de vários tipos, seja quanto *stress* (exaustão emocional, despersonalização), seja quanto aos fatores de *coping*, indicados pela Escala de Lazarus e Folkman. Correlações positivas significativas foram encontradas nestas categorias: confronto e despersonalização, sintomas físicos e sintomas psicológicos de stress; afastamento e exaustão emocional; e sintomas psicológicos de *stress*; fuga e esquiva e despersonalização; exaustão emocional e sintomas físicos e sintomas psicológicos, despersonalização e sintomas físicos e psicológicos de *stress*; realização profissional e sintomas físicos de *stress* apresentaram uma correlação negativa. O questionário da autora desta pesquisa sobre os estressores do cotidiano mostrou que o encaminhamento do formando de volta para sua família é o maior estressor, já o ambiente de trabalho na casa de formação é o menor causador de *stress* para os padres formadores. Na conclusão, são apontadas as estratégias de maior êxito no enfrentamento das dificuldades dos presbíteros com relação às suas atividades diárias.

Palavras-chave: *stress*; *burnout*; *coping*; *stress* em presbíteros formadores católicos.

ABSTRACT

This research has its main objetive do verify if and how the stress and the burnout phenomena are present in catholic priests who are in charge of the formation of the catholic clergy in Brazil. It tries to describe in a positive way the stressors that are characteristics of the tension situations of this special group. At the same time it aims to find out what are the strategies used by this group in order to cope with the problems they find in their everyday activity as priests and formators.

The research is based in three very well known and used instruments which are adequately adapted for the group under investigation: the IBM of C. Maslach, the Inventory of Coping Strategies of Lazarus and Folkman and the Inventory of Stresses (ISSL) of the brazilian researcher M. Lipp. The two firt instruments wer submitted to a factor analysis and different statistical comparisons between the results were made and analysed. Besides that the researcher created a special Questionnaire in order to find out what are the really causes of stress in concrete situation of the houses of formation.

In the first chapter the author presents the theoretical aspects of the question under discussion; in chapter two the results of the factorial analysis and of the correlations founded are presented; in the last chapter the autor comments and analyses those results. In the conclusion the strategies for coping with the difficulties indicated by the formators are listed.

Key-words: stress; burnout; coping in catholic priests

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO..... 12
1.1 Procedência da pesquisa..... 12
1.2 O stress em profissionais da ajuda..... 13
1.3 Stress no trabalho do presbítero..... 21
1.4 Objetivo Geral..... 25
1.5 Objetivos Específicos..... 25
1.6. Divisão dos capítulos..... 25

CAPÍTULO 1. REFERENCIAL TEÓRICO..... 29
1.1 Stress..... 29
1.2 Coping..... 47
1.3 Burnout..... 53

CAPÍTULO 2. METODOLOGIA APLICADA..... 62
2.1 Campo de Estudo..... 62
2.2 Instrumentos utilizados para a coleta de dados..... 63
2.3 Fases operacionais da coleta dos dados..... 67
2.4 Detalhamento do conteúdo dos três instrumentos usados..... 73
2.4.1 Inventário de Maslach Burnout Inventory..... 73
2.4.2 Inventário de estratégias de Coping de Folkman e Lazarus..... 75
2.4.3 Inventário de sintomas de stress para adultos-ISSL de M. LIPP..... 78
2.4.4 Instrumento de levantamento dos estressores diários elaborado pela autora deste estudo..... 80
2.5 As técnicas estatísticas adotadas..... 82

CAPÍTULO 3. DADOS ENCONTRADOS..... 86
3.1 Avaliação da confiabilidade da consistência interna dos 3 instrumentos. 86
3.1.1 Avaliação da confiabilidade do instrumento de Cristina Maslach.... 87
3.1.2 Avaliação da confiabilidade do instrumento de Lazarus e Folkman 88
3.1.3 Avaliação da confiabilidade do instrumento de Marilda Lipp..... 90
3.2 Caracterização da amostragem estudada..... 91
3.3 Dados relativos aos níveis de *stress* e *burnout*..... 94
3.3.1 Níveis de *stress*..... 94
3.3.2 Índices de prevalência nos fatores para a síndrome de Burnout.... 99
3.4 Dados relativos às estratégias de *coping* encontradas na amostragem 104
3.5 Correlações encontradas entre os 3 instrumentos utilizados..... 106
3.6 Descrevendo os resultados da Análise fatorial do Inventário de Lazarus e Folkman aos padres formadores..... 111
3.7 Estressores das atividades diárias dos padres formadores na casa formativa – questionário elaborado pela autora desta pesquisa..... 117
3.8 Situações estressantes em padres formadores: questionário de Morais, M.F.A..... 119

CAPÍTULO 4. LEITURA DOS DADOS..... 121

CONSIDERAÇÕES FINAIS E RECOMENDAÇÕES..... 137

CONCLUSÕES..... 146

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 155

ANEXO A. Termo de consentimento livre e esclarecido para pesquisa..... 167

ANEXO B. Termo de consentimento institucional pós-esclarecido..... 169

ANEXO C. Informações gerais sobre quem responde..... 170

ANEXO D. Inventário de Maslach Burnout Inventory de Maslach – MBI..... 171

ANEXO E. Inventário de estratégias de Coping de Folkman e Lazarus..... 173

ANEXO F. Inventário de sintomas de stress para adultos de LIPP. (ISSL).... 177

ANEXO G. Estressores das Atividades Diárias..... 180

LISTA DE TABELAS

TABELA III,1 – coeficiente de fidedignidade alphas para os fatores da escala *burnout*..... 87
TABELA III, 2 MBI – Teste alpha de Cronbach. comparação transcultural..... 88
TABELA III, 3 - Resultados dos coeficientes da correlação alpha de Cronbach para o Inventário de Estratégias de Enfrentamento de Folkman e Lazarus, segundo os fatores e o número de itens para o grupo de padres formadores..... 89
TABELA III, 4 - Coeficiente de fidedignidade alphas de Cronbach para os fatores da escala de Marilda Lipp (*stress*)..... 90
TABELA III, 5 – Distribuição da amostragem de padres formadores, de acordo com função e ano de nascimento..... 91
TABELA III, 6 – Distribuição da amostragem de padres formadores de acordo com cargo específico..... 92
TABELA III, 7 – Distribuição da amostragem de padres formadores de acordo com tempo de trabalho na formação..... 92
TABELA III, 8 – Distribuição da amostragem de padres formadores de acordo com grau de satisfação no trabalho, trabalho como ajuda no próprio sacerdócio e continuidade dos estudos após ordenação presbiteral..... 93
TABELA III,9 – Cruzamento de acordo com a ocorrência do processo de *stress* e função..... 94
TABELA III, 10 – Cruzamento de acordo com fases e função..... 95
TABELA III, 11 – Cruzamento de acordo com sintomas de *stress* e função..... 96
TABELA III, 12 – Cruzamento de acordo com ocorrência do processo de *stress* e ano de nascimento..... 96
TABELA III,13 – Cruzamento de acordo com fases de *stress* e ano de nascimento
TABELA III, 14 – Cruzamento de acordo com sintomas de *stress* e o ano de nascimento..... 98
TABELA III, 15 – Cruzamento de acordo com ano de nascimento com índice de exaustão emocional..... 100
TABELA III, 16 – Cruzamento de acordo com o tempo de trabalho e o índice de exuastão emocional..... 101
TABELA III, 17 – Cruzamento de acordo com ano de nascimento e despersonalização..... 102
TABELA III, 18 – Cruzamento de acordo com tempo de trabalho e despersonalização..... 103

TABELA III, 19 – Cruzamento de acordo com função e categoria confronto..... 104
TABELA III, 20 - Cruzamento de acordo com cargo específico e categoria afastamento..... 105
TABELA III, 21 - Coeficiente de Correção de Spearman entre os fatores de coping e burnout e ISSL..... 107
TABELA III, 22 - Coeficiente de Correção de Spearman entre Burnout e ISSL..... 109
TABELA III, 23 - Medidas descritivas dos domínios do inventário de *Coping* de Lazarus e Folkman 110
TABELA III, 24 – Carga fatorial, comunalidades e percentual de variância para os 66 itens de Lazarus e Folkman 113

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico III, 1 - Cruzamento ano de nascimento x stress 97
Gráfico III, 2 - Cruzamento ano de nascimento por exaustão emocional..... 101
Gráfico III, 3 - Cruzamento tempo de trabalho x exaustão emocional 102
Gráfico III, 4 - Cruzamento ano de nascimento x despersonalização..... 103
Gráfico III, 5 - Cruzamento tempo de trabalho x despersonalização 104
Gráfico III, 6 - Cruzamento entre funções e "confronto". 105
Gráfico III, 7 - Cruzamento cargo específico X Afastamento 106
Gráfico III, 8 - Média dos domínios do Inventário de Lazarus e Fokman. 110
Gráfico III,9 - Média dos domínios, questionário de Morais..... 118

LISTA DE QUADROS

Quadro III,1 - Respostas e médias do domínio do questionário de Morais..... 118
Quadro III,2 - Experiências e situações citadas pelos respondentes que provocam *stress*..... 119
Quadro III.3 - Experiências e situações citadas pelos respondentes que não provocam stress..... 120

"O ser humano é capaz de adaptar-se ao meio ambiente desfavorável, mas esta adaptação não acontece impunemente."

Lennart Levy

INTRODUÇÃO

Procedência da pesquisa

Como pedagoga e psicóloga clínica, julgo importante dizer que minha participação nas atividades do Programa de Ciências da Religião da PUC/SP foi fundamental para elaboração da presente investigação que estuda uma reação comportamental cada vez mais freqüente em consultórios de medicina e psicoterapia e é batizada com os nomes ingleses que passaram a ser usados também no Brasil, como os de *stress*, *burnout* e *coping*. Com estes termos, os especialistas designam hoje uma espécie de esgotamento físico e mental a que chegam as pessoas em decorrência do desgaste psicossomático provocado pelos estilos que caracterizam a vida moderna. Constata-se que o exercício de certas profissões que exigem uma permanente atenção a pessoas em situações de emergência são propensas a aumentar as reações de desgaste nos profissionais que as exercem. Mais recentemente se comprovou que também os padres e pastores acusam elevados índices de desgaste, chegando à exaustão. É a esse aspecto que se consagra minha pesquisa que, por razões de método, pelos limites decorrentes da falta de recursos e financiamento adequados, ficará circunscrita aos padres católicos que atuam como formadores de presbíteros em seminários maiores do Brasil.

Os mergulhos propiciados pelas aulas do doutorado permitiram-me um contato estimulador com conteúdos teóricos, até então pouco conhecidos por mim. Redescobri o meu ser educacional vivenciado nas preocupações diárias vivenciados em meus contatos com casas de formação de futuros presbíteros. Detectei melhor minha antiga preocupação em relação ao “mistério” que envolve o processo humano de um padre que se sente tenso, deprimido por um sentimento de sufoco ou situação de *stress* e que não sabe bem como interpretar e direcionar sua essa dolorosa experiência psicossocial, mas que a percebe – inconsciente e/ou conscientemente – ser ela conectada à experiência religiosa originária e totalizadora que é (ou deveria ser) como um selo de sua opção de vida fundada na vivência da fé cristã.

O *stress* em profissionais da ajuda

As pessoas que desempenham papéis sociais de ajuda têm o nível do *stress* bastante aumentado, pois essas profissões são emocionalmente desgastantes, chegando a levar, freqüentemente, a estados de pane e depressão. Este tema foi abordado por muitos estudiosos. Destaco as pesquisas e teorizações de Contessa (1981-1882) e de Maslach (1992), que estudaram minuciosamente os chamados "profissionais da ajuda", pessoas que em seu dia-a-dia se relacionam intensamente com outras, como é o caso de médicos, policiais, sacerdotes, enfermeiros, professores e assistentes sociais (MASLACH e JACKSON, 1982). Maslach (apud CREA, 2008, p. 95), embora não tenha estudado diretamente o *stress* em sacerdotes e pastores escreve:

> O religioso que deve ser fonte de refúgio e de apoio para todos os que buscam ajuda, a qualquer hora, e que não tenha ninguém a quem se dirigir quando tem um problema pessoal, é também ele um sujeito que está em perigo.

Provavelmente em virtude da crescente incidência de padres e pastores com sintomas de esgotamento, psicoterapeutas de vários países, como Ciarrocchi e Wicks (2000, p. 17-26), nos Estados Unidos, e Crea (1994; 2008, p. 68-108) na Itália, se interessaram de modo direto pela presença de sintomas de esgotamento físico e mental em sacerdotes e pastores, equiparando sua ação pastoral à de outros profissionais da ajuda. Buscaram interligar as situações vividas pelos padres a manifestações somato-psíquicas de *stress* e ao *burnout*. Ao perceber sua especificidade, Ciarrocchi as chamou de "cansaço da compaixão" (*compassion fatigue*). Crea (1994) abordou esse mesmo fenômeno em missionários católicos na África e na Europa. Fez uso do Maslach Burnout Inventory, um instrumento de individuação da síndrome do *burnout* do qual faremos uso, elaborado por Maslach nos anos 1970 e 1980. A investigação de Crea é de natureza empírica e seu ponto alto está evidenciado na metodologia rigorosa por ele usada na adaptação do instrumento à realidade de missionários católicos de origem italiana, tarefa à qual se dedica também a presente pesquisa. Note-se que, não obstante existam conexões

evidentes entre essas situações de desgaste e o que se passa em um processo psicoterapêutico, nenhum desses autores tinha em mente aplicar esse instrumento à cura terapêutica, muito embora tal nos pareça útil e, sem dúvida, possível e necessário, uma vez que as situações pastorais se tornam cada vez mais exigentes. Nessa mesma direção, uma investigação empírica de Valle (2003), sobre a auto-realização dos presbíteros brasileiros, aponta para uma diversificação de situações e atividades pastorais muito mais complexas que as desenvolvidas pelo clero em anos anteriores. Ou seja, desde então, muitos padres ampliaram o espaço para o exercício de seu ministério pastoral, o que explica a maior incidência do *stress* pastoral nos consultórios e evidencia a importância de se examinar em profundidade toda essa complexa questão do cansaço pastoral ou, em termos psicológicos, o *stress*, o *burnout* e, de maneira muito especial, o modo usado pelos padres para enfrentá-los (*coping*).

Como ressalta Maslach (1992), as pessoas, de uma maneira geral, podem viver tais situações tanto ocasionalmente, ou por períodos mais longos de tempo. Existem, no entanto – e o padre é um deles – profissionais que lidam com essas situações a todo o momento, pois têm como trabalho a ajuda permanente a outras pessoas em situações de carência e desgaste. Mais talvez do que outros profissionais, os padres são formados e socializados para se sentirem responsáveis pela vida das pessoas que os procuram em busca de assistência, tanto mais que o ministério ordenado é proposto não apenas como responsabilidade individual, mas sob uma "forma radicalmente comunitária", como "uma obra coletiva", o que pode torná-lo mais sujeito ainda a tensões e cobranças. (JOÃO PAULO II, *Pastores dabo vobis*, nº 16).

Uma situação especial é a dos padres que assumem a formação dos futuros sacerdotes. Essa situação se torna sobremaneira especial pelo fato de os formadores de hoje exercerem sua função no contexto de uma crise da Igreja. Nesse caso, o padre sente de modo ainda mais acentuado tais desgastes nos seminários em que jovens adultos se preparam para o exercício do ministério presbiteral. São circunstâncias que podem facilmente exacerbar o *stress* dos que são investidos das responsabilidades dos seminários maiores e casas de formação. Tanto Maslach (1992) quanto Esteves (1999), estudiosos do fenômeno do *burnout*, insistem na necessidade de se aprofundar e produzir mais conhecimentos a fim de

que o fenômeno, bem delineado, favoreça novas compreensões. No entanto, nas ciências humanas sobre o *stress*, *burnout* e *coping* existente em língua portuguesa é escassa. Só aos poucos começam a surgir pesquisas de campo alicerçadas em metodologias adequadas. Em relação aos padres, ela é extremamente rara e quanto aos que atuam na formação de futuros presbíteros ela inexiste de todo.

A presente tese pretende, assim, preencher uma lacuna. Além de levantar a real situação no tocante à questão do *stress* em padres formadores, procurará relacioná-la a outras variáveis, que possibilitarão uma melhor compreensão de como e onde se dá o desgaste do trabalho formativo na atual conjuntura da Igreja Católica. Almeja, dessa forma, indicar novos caminhos de adaptação das atividades desenvolvidas nas casas de formação, visando a uma melhor forma de se trabalhar com os formadores que padecem de tal mal. Ao avaliar as três escalas a serem usadas para os padres formadores, a pesquisadora tem ainda a ambição de estar validando três instrumentos que poderão ter aplicação futura, não só para padres formadores, como também para os padres brasileiros em geral.

As ciências humanas, e, entre elas, a psicologia, estudam o comportamento humano individual e coletivamente, uma vez que os fenômenos se manifestam tanto no indivíduo isolado como no grupo, com suas influências recíprocas. As ciências "psi" mostram o ser humano que expressa atitudes segundo vivências psicológicas inconscientes, forças que às vezes fogem do controle do consciente. Esse jogo e tensão complexos estão presentes especialmente na vivência psicológica de *caretakers*.

O Instituto Terapêutico Acolher[1], localizado na cidade de São Paulo - São Paulo, onde exerço a profissão de psicoterapeuta, constatou ser o *stress* um "mal"[2] freqüentemente relatado pelos padres e religiosos[3] em busca de ajuda.

---

[1] O Instituto Acolher-ITA é uma associação civil sem fins lucrativos que reúne psicólogos, psiquiatras, pedagogos, conselheiros espirituais e outros profissionais afins para prestação de serviços qualificados a sacerdotes, religiosos/as, seminaristas e leigos dedicados à Igreja.

[2] O *stress* é considerado pela Organização Mundial da Saúde uma das maiores ameaças à saúde humana do século XXI. Porém, especialistas concordam que ele pode ser benéfico desde que ocorra em doses pequenas e de alguma forma passíveis de serem elaboradas pela pessoa que se sente estressada.

[3] Faço aqui uma distinção entre os padres e os religiosos. Os padres diocesanos estão vinculados mais estreitamente a uma diocese, têm uma paróquia pela qual são responsáveis ou co-responsáveis e, geralmente, moram sozinhos, porém alguns moram com outros padres ou ainda com algum

Como profissionais envolvidos com os “cuidados de saúde”, freqüentemente nos encontrávamos frente à necessidade de oferecer aos clientes uma acolhida personalizada com menor impacto emocional possível.

A observação na prática, clínica não raras vezes, constatava que um bom número dos padres e religiosos apresentava queixa de uma progressiva perda de energia, esgotamento, irritação, desmotivação pelo trabalho pastoral, ao lado de vários sintomas de ansiedade, pânico e depressão.

Análogo a essas observações na clínica, minha atenção foi direcionada para as conversas informais individuais e/ou grupais ocorridas nos intervalos de cursos e assessorias aos padres diocesanos e religiosos/as devido a uma grande semelhança em seu conteúdo. Elas denunciavam a existência de uma baixa auto-estima, a redução do tempo livre, esgotamento físico e psíquico, mal-estar contínuo e sensação de fracasso resultante de uma sobrecarga de exigências físicas, psicológicas e espirituais no atendimento às pessoas que os procuravam.

Apesar de saber que o *stress* não se limitava apenas às pessoas com orientação religiosa, interessou-me, mesmo intuitivamente, a constatação de sua existência em padres, especialmente em padres formadores que, sem dúvida, exercem profissão de ajuda, ou seja, são “cuidadores” [4] que se dedicam a “tomar cuidado” da formação dos futuros presbíteros. Além do mais, a pessoa do formador tem um elemento definidor do fato de sua opção de vida ou eixo motivacional ser religioso-cristão e de exercer seu ministério em casas de formação, isto é, em lugares que são nevrálgicos e tensos em virtude das mudanças e tensões que a Igreja e o sacerdócio católico sofrem. Tudo isto no contexto das mudanças socioculturais, econômicas etc. que atingem a sociedade e os jovens.

Segundo Lopes, G. (1993), Boff, L. (2000), cuidar é atuar sobre o poder de existir, é possibilitar a libertação das capacidades de cada ser humano para existir, para viver, é, definitivamente, uma forma de promover a vida. No entanto, representa mais que um momento de atenção. Cuidar é, na realidade, uma atitude de atenção,

---

membro da família. Os padres religiosos pertencem a uma instituição religiosa e vivem em comunidade.

[4] O termo cuidadores aparece em vários estudos, como, por exemplo, enfermeiro, médico, psicólogo, educador e outras profissões de ajuda. Como cuidadores religiosos foi localizado um estudo voltado ao esgotamento (Burnout) de padres católicos no Chile. CISOC-Bellarmino: Centro de Investigaciones Socioculturales. Disponível em: <endereço eletrônico>. Acesso em: 06 dez. 2003.

zelo, preocupação, ocupação, responsabilização e de envolvimento afetivo com o outro. É uma relação que envolve a totalidade da pessoa, em sua realidade psicossomática.

A partir desse interesse, várias outras interrogações foram se constituindo como pertinentes, tais como: quem cuida efetivamente dos padres? Com quem eles podem desabafar e partilhar suas dificuldades do cotidiano? Os padres sentem que têm quem os pastoreie? Existe um acompanhante espiritual que possa acompanhar sua caminhada espiritual? O que sentem os padres em relação ao seu ministério, tempo, espiritualidade e cuidados a si mesmos?

Pensar sobre essas questões certamente nos remete a constatar que elas têm raízes em experiências humanas presentes em todos nós. Talvez por essa razão, o tema do *stress* nos afete enquanto terapeutas, especialmente quando, em nós, existe alguma vulnerabilidade maior no tocante ao problema que acompanhamos de fora e também no cliente.

Muito possivelmente, a experiência de cuidar provoca significativas mudanças na vida das pessoas tidas como cuidadoras tais como mudanças sociais, nas relações interpessoais, estados emocionais etc., o que pode provocar uma situação de *stress*.

Nesse sentido, os estudos apontam ainda para o fato de que o *stress* e suas conseqüências se vinculam estreitamente à resposta individual diante de determinada demanda, ou seja, respostas aos fatos do cotidiano que alguns os percebem e vivem como um desafio estimulante e gratificante, já outros podem interpretá-los como uma grande ameaça a ser enfrentada, com investimentos psicológicos superiores às suas possibilidades e, provavelmente, em razão disso, serão evitados, sempre que possível (LAZARUS e FOLKMAN, 1984; SELYE, 1965).

Cooper e Baglione (1998, p. 87-102) referem que:

> [...] o trabalho ocupa um lugar central na vida de todos os membros de uma sociedade industrial tão complexa, exercendo um papel fundamental no passado de uma pessoa, determinando o seu presente e podendo moldar o seu futuro, além de ditar a qualidade do estilo de vida, proporcionando também o significado principal da identidade pessoal e da auto-afirmação.

Lembram ainda que a vida dentro de organizações complexas pode se transformar em uma fonte de *stress*. Por conseguinte, um grande número de pesquisas correlacionando *stress* e saúde tem seu foco no *stress* ocupacional.

Outra justificativa relevante para o presente trabalho surgiu não só da observação e do conhecimento sobre a densa literatura focada em estudos relacionados ao *stress* em várias profissões de ajuda, mas também da constatação da escassez de estudos científicos referentes ao *stress* em padres católicos, observação que é comprovada pelo número reduzido de trabalhos publicados.

Todavia, é preciso mais uma vez lembrar que a pessoa humana estudada pelo psicólogo é essencialmente sujeito. É precisa, neste sentido, a observação de Favez-Boutonier (apud CATALAN, J.F., 1999, p.100):

> [...] o objeto do psicólogo clínico deveria ser o ser humano enquanto existe e se sente existir como um ser único, que tem sua história pessoal, que vive numa estrutura que não pode ser totalmente assimilada à outra qualquer. Analisar uma conduta não consiste em decompô-la em segmento e processos elementares, mas [...] em fazer aparecer uma significação que, até então, não era diretamente perceptível.

Sendo assim, o objeto de estudo do presente trabalho o stress, burnout, coping vai além da estatística e do método, uma vez que se volta para a compreensão do fenômeno, ou seja, o nosso olhar deverá estar direcionado para a pessoa do padre formador responsável pela formação de seminaristas católicos na casa de formação.

Ainda, dentre as várias definições sobre *stress,* encontramos a de Lazarus e Folkman (1984), que enfatizam o relacionamento que se dá entre a pessoa e o meio ambiente e com isso leva em conta as características da pessoa de um lado e a natureza dos eventos ambientais, do outro. Portanto, a definição que eles enfatizam está centrada na relação entre a pessoa e o ambiente que a circunda, com seus fatos e circunstâncias.

Para Wheeler (2001), uma das causas mais importantes de *stress* é o "ciclo incompleto da ação”: Toda ação, ou as muitas ações do cotidiano no trabalho, pode

levar ao *stress* no trabalho e uma possível conseqüência do *stress* vivido pelo profissional é o *burnout*, que não vem do excesso de trabalho, mas da lacuna entre esforço e recompensa. Nesse sentido, no Brasil inexistem pesquisas sobre o *stress* com padres católicos, respectivamente, com os que se dedicam à formação dos futuros presbíteros.

Possivelmente, não se trata apenas de uma suposição dizer que o padre católico formador não está fora da dinâmica da vida moderna com suas transformações e mudanças. Ele trabalha em uma instituição atingida pela crise geral que atinge todo o clero (BENELLI, 2006). Nesse processo, encontramos a identidade, a vivência e a missão do padre em processo de transformação.

Com tais inquietações, pretendo, ao final desta investigação, ter mais elementos para responder às seguintes questões: neste contexto de mudanças rápidas existe a possibilidade da sobrecarga do trabalho na casa de formação? O padre formador se encontra demasiadamente ocupado pela urgência dos novos desafios formativos? Encontra o padre formador tempo suficientemente adequado para o cultivo de seu processo formativo, profissional e espiritual ou ele é consumido pelos imprevistos de sua responsabilidade de formador? Estaria o padre responsável pela formação dos futuros padres mais afetado pelo *stress* e *burnout*? Quais as estratégias que os padres formadores utilizam para sair do *stress*?

Retomo aqui o ponto de partida desta pesquisa que teve sua mola propulsora na reflexão sobre o tema a partir da prática profissional e acrescento também o envolvimento pessoal com a questão em foco, uma vez que sendo cuidadora, como psicóloga clínica, vivenciei a experiência de ser cuidada.

Sem dúvida alguma a necessidade de construção de novas formas de enfrentamento, e de transformações que levem a uma melhor qualidade de vida[5] com conseqüente alívio do *stress* no trabalho diário, torna-se altamente importante. Portanto, para tal fim procurou-se estudar e aprofundar este tema: *stress*, *burnout* e *coping* nos padres católicos formadores dos futuros presbíteros.

[5] A OMS, em sua Divisão de Saúde Mental (WHOQOL), definiu qualidade de vida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (WHOQOL GROUP, 1998) – versão em português dos instrumentos de avaliação de qualidade de vida.

A exemplo do que a pesquisa com profissionais que trabalham no campo da ajuda tem demonstrado em vários países, inclusive no Brasil (BIANCHI, 1990; ARAÚJO, 2004; KIRSCH, 2001; ASSUMPÇÃO, 2002), levanta-se a hipótese de que no grupo de presbíteros que se dedicam à formação do clero será constatada a existência de indicadores significativos, no tocante aos comportamentos pesquisados pelos três instrumentos adotados na presente pesquisa.

Inexistindo pesquisas positivas sobre padres formadores no Brasil, levanta-se a chamada hipótese nula a respeito dos resultados quando analisados a partir de indicadores sócio-demográficos que serão adotados na pesquisa. No entanto, baseando em uma evidência já suficientemente constatada em pesquisas realizadas em outros países, levanta-se a hipótese de que os formadores mais jovens tendem a mostrar índices maiores de *stress* e *burnout* e a desenvolverem estratégias de *coping* diferente dos grupos mais maduros.

Como já se referiu acima, este estudo foi realizado tendo como objeto de investigação a experiência acumulada pelo Instituto Terapêutico - ITA, especializado no atendimento de padres e religiosos/as[6].

Alguns estudos foram por mim desenvolvidos e foi possível constatar a importância da leitura sistemática dos textos teóricos e de pesquisa relativos à temática, em estudo, realizando um levantamento descritivo da incidência e fenomenologia dos casos constantes dos arquivos do ITA que se enquadram na temática estudada, seguido da fase de pesquisa propriamente dita.

Os sujeitos da presente pesquisa são presbíteros diocesanos e religiosos padres[7] de uma religião estruturada em suas raízes cúlticas e teológicas pelo judaísmo e por diversas religiões do mundo greco-romano e oriental. Há dois milênios essa herança molda e codifica o exercício do ministério do presbítero católico. Cada um desses padres passou em média dez anos se preparando para exercer essa função sacerdotal e tem, além disso, muitos anos de prática no

[6] No decorrer dos anos de 2000 a 2006 foi registrado o atendimento de mais de 500 padres e religiosos.

[7] Padre diocesano é aquele que pertence a um a igreja particular ou diocese e a ela se associa de maneira exclusiva, devendo obediência ao bispo local e fazendo parte do clero daquela diocese; e o padre religioso é o que se consagra a um instituto de vida comum, passando a fazer parte de uma comunidade que visa a atividades pastorais específicas, que não se limitam a uma diocese e buscam um estilo de vida pautado por votos religiosos.

ministério. Ou seja, eles são psicologicamente moldados por uma tradição milenar no “estabelecer pontes” entre o divino e o humano. É um grupo peculiar quando comparado a religiosos menos marcados pela tradição e apresenta como característica específica a responsabilidade da formação dos futuros presbíteros da Igreja Católica Apostólica Romana, no Brasil.

Stress no trabalho do presbítero

O trabalho do padre católico, entendendo o seu trabalho pastoral como um trabalho “profissional” por excelência, tende a definir, em grande medida, sua identidade e pertença à Igreja Católica.

De um lado, é vinculado ao cuidado de outras pessoas e, em sua “profissão de ajuda”, é chamado a realizar funções desde acolhimento, escuta, assistência, orientações e aconselhamento aos fiéis que o procuram. De outro, ocupa um papel de liderança quando o acompanhamento e a adaptação às transformações socioculturais e políticas tornam-no, sem dúvida, um profissional propenso a entrar na roda viva do ciclo do *burnout*.

O contato cotidiano do padre católico com as pessoas e comunidades a que serve e orienta como testemunho do Evangelho, na condição de seres humanos que são, quando expostos a situações de dúvida e conflito, pode apresentar reações de *stress*, quer pela dedicação aos cargos assumidos, quer pelos estressores que podem ser amplamente variados.

É preciso lembrar que o trabalho do padre católico apresenta uma diversidade de funções que podem gerar sobrecarga. É o caso de quando assume uma paróquia, por exemplo, ou quando enfrenta crítica e demandas exageradas. Nos lugares mais pobres e afastados dos grandes centros, o padre se vê também freqüentemente levado a atender uma ampla gama de problemas não só espirituais, mas também sociais, o que eleva a expectativa da comunidade que dele espera receber a resposta para tais problemas. Alguns padres relatam que se sentem impotentes ante demandas de seus fieis carregadas de expectativas, mas difíceis de encaminhamento. A grande diferença entre a pregação e a realidade, entre o que a Igreja ensina e a pastoral efetiva costuma muitas vezes ser um poderoso foco

gerador de ansiedade e tensão dos padres. Paralelamente a essas questões, existem outras de ordem pessoal, não excluídas as de natureza psicológica e afetiva. São dificuldades que os padres enfrentam muitas vezes sozinhos e que não cabem no entendimento que os leigos comuns têm das tarefas e atribuições que fazem parte do ministério do sacerdote (MIRANDA, 2001).

A distância entre a imagem ideal e a real do padre aumenta quando se tem presente o que dele pedem os documentos da Igreja[8]. Encontram-se aí sinalizadas as virtudes que o padre deve ter, tais como: o trato humano, a bondade de coração, a disponibilidade, a sinceridade etc. Sendo o presbítero consagrado pelo Espírito de Deus e enviado por Jesus Cristo, ele deve se esforçar por estar avançando sempre no caminho da santidade presbiteral e da caridade pastoral. Ideal assim elevado acaba se tornando para muitos padres mais uma carga do que uma ajuda ao crescimento humano-afetivo e espiritual.

Crea (1994), em sua análise da exaustão pastoral de um grupo de padres italianos na África, constata que esse conjunto de demandas pesa efetivamente sobre os missionários, mas não conclui daí que os processos psicológicos reativos desses missionários os levem necessariamente ao estresse e ao *burnout*. O surgimento de tais reações irá depender de outros fatores que precisam ser melhor detectados no caso dos padres. Kirsch, (2001) chega à mesma conclusão quando afirma que a Igreja deve prestar mais atenção ao perigo do *burnout* em seus ministros e, conseqüentemente, dispensar maior cuidado com relação à saúde espiritual e à sua formação continuada. Destaca ainda a importância de os terapeutas investigarem melhor padres que apresentam esgotamento físico, mental ou emocional. Nessa mesma direção caminham estudos feitos sobre o *stress* em pastores protestantes, como o realizado pelo psiquiatra paulista Lotufo-Neto (1997). Hiriart e Ocampo (2002) em um estudo com presbíteros da Arquidiocese de Santiago do Chile. Relatam um fato interessante que à primeira vista poderia ser interpretado no sentido de uma boa resistência ao *stress* por parte dos padres. Estes, dizem os dois pesquisadores chilenos, definem seu trabalho pastoral de duas formas contrastantes, vendo-o ora como atraente, importante e gratificante e ora, para um número significativo deles, como um trabalho cansativo e difícil. Segundo

[8] Vaticano II Documentos (1986).

esses autores, os padres geralmente questionam pouco o sentido do que fazem, enfatizando mais a forma como o trabalho se organiza. Esses autores descrevem o *burnout* dos padres como afim ao *stress* laboral que se desenvolve em outras profissões de ajuda. Por serem situações que afetam o desempenho e a qualidade de vida dos padres, concluem os dois chilenos, há que conhecer melhor como o *burnout* se configura e se apresenta em discussão no interior da Igreja Católica e do presbitério.

Virginia, S.G (1998), em seus estudos sobre *burnout* e depressão entre o clero secular católico, ordem religiosa e monástica (Cisterciense), padres usando entre outros instrumentos a escala Maslach Burnout Inventory (MBI), concluiu que dos participantes o clero secular apresentou significativamente maior emocional exaustão em relação ao clero monástico. O padre secular também apresentou significativamente maior depressão (72%), em comparação com o religioso padre (40.8%) e monástico (39.5%). A autora destaca ainda que, além disso, a comparação no grupo mostra que o clero secular experimenta o altíssimo grau de *burnout* e depressão, o monástico menos, e religiosos padres entre eles. A falta de suporte social e percepção de isolamento para o clero secular, de certo modo, foi chave associada a elementos com suas experiências de ambos, ou seja, *burnout* e depressão.

Fichter (1984), em uma amostra já antiga de 4.660 padres americanos católicos diocesanos e religiosos, encontrou que somente uma minoria deles (6,2%) pode ser descrita como de "candidatos" ao *burnout*. Acrescenta que nesse pequeno contingente se encontram sobretudo padres diocesanos com idades próximas aos cinqüenta anos e com elevada incidência de tensões, preocupações, ansiedade e doenças físicas. Destaca que os dados estatísticas comparativas comprovam claramente que a grande maioria dos sacerdotes católicos americanos está em boas condições de saúde da mente e do corpo.

Bem diverso é o resultado a que chegam Barson, P., Caltabiano, M., Ronzoni, G. (2006), em pesquisa sobre a causa de *burnout* no clero da diocese de Pádua. Eles constataram em sua amostragem um elevado índice de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal sobretudo em padres com idades entre 25 e 29 anos e pouca experiência pastoral. Os pesquisadores denominaram o comportamento encontrado de “síndrome do samaritano desiludido”, que acometeria

especialmente o padre após o período de inteira dedicação que o caracteriza nos anos iniciais de seu serviço ministerial.

No entanto, vale destacar que Fichter realizou sua pesquisa em uma época e contexto eclesial muito diversos dos de Barson. O grupo de que fala Fichter foi predominantemente ordenado antes do Vaticano II, em uma época na qual o padre vivia inserido numa estrutura hierárquica e vertical de proteção. A pesquisa realizada em Pádua, ao contrário, estuda sujeitos ordenados provavelmente em torno de 40 anos, depois inseridos em um contexto completamente distinto do que a *Presbiterorum Ordinis* (p. 22) assim descrevia em 1965:

> Este sagrado Concílio, tendo em mente as alegrias da vida sacerdotal, também não pode esquecer as dificuldades que os presbíteros sofrem, nas circunstâncias da vida moderna. Não ignora quanto às condições econômicas e sociais, e mesmo os costumes dos homens se transformam, e quanto à ordem de valores se modifica no apreço dos homens. Por isso, os ministros da Igreja, e até por vezes os fiéis, se sentem como que estranhos a este mundo, perguntando-se ansiosamente com que meios idôneos e palavras próprias podem entrar em comunicação com ele. Na verdade, os novos obstáculos que se opõem à fé, a esterilidade aparente do trabalho realizado, e ainda a dura solidão que experimentam, podem levá-los ao perigo do desalento.

Atualmente, com as mudanças ocorridas no contexto sociocultural e eclesial, a consciência da necessidade de dar resposta às interpelações exigidas por essa realidade torna-se mais intensa. Evidentemente, nesse processo, encontramos a identidade, a vivência e a missão do padre sendo confrontadas, aferidas e em contínuo processo de transformação. Segundo Cozzens (2001), a grande transformação no presbiterato ocorreu sobremaneira com o Vaticano II, na passagem do modelo cultual ao modelo servo líder que foi possibilitado pela acolhida, respeito e compreensão da pessoa do padre como membro do Povo de Deus.

No que tange ao *stress, burnout* e *coping*, dos presbíteros formadores dos futuros padres da Igreja Católica, é possível inferir que os dados são preocupantes,

por um lado, pois ainda são escassos os estudos para poderem sustentar uma ampla e efetiva ação preventiva, por outro, é que, além disso, existe uma lacuna no estudo do *stress*, do *burnout* e do *coping*, vale dizer, no que se refere ao *stress* do padre formador, o que se constitui no objeto do presente estudo.

Objetivo geral

Identificar e descrever os níveis de *stress*, *burnout* e as estratégias de coping presentes em padres formadores, mediante instrumentos previamente validados em uma amostragem representativa dos sujeitos da pesquisa.

Objetivos específicos

√ Averiguar a confiabilidade e consistência interna das três escalas usadas (Inventário de Sintomas de *stress* para Adultos de Lipp – ISSL, Inventário de Maslach de *Burnout* e Inventário de Estratégias de *Coping*, de Folkman e Lazarus) no contexto da realidade dos padres que atuam como formadores de futuros presbíteros no Brasil.

√ Identificar as estratégias de *coping* utilizadas por esses padres formadores;

√ analisar as relações entre fatores de *stress* e mecanismos de *coping* utilizados pelos padres formadores;

√ Sugerir novos encaminhamentos para a ajuda terapêutica e/ou pastoral-pedagógica a ser propiciada pelos que assistem os formadores em situações de *stress* e *burnout*.

Divisão dos capítulos

A proposta desta introdução é descrever minha trajetória como educadora e psicóloga clínica afetada por inúmeras questões surgidas a partir de minha experiência e estudos sobre *stress*, *burnout* e *coping*. A partir dessas questões,

desenvolverei aqui um pouco do que tenho aprendido estudado, elaborado e desenvolvido a esse seja em profissão de ajuda, seja mais especificamente em presbíteros que se dedicam à formação de futuros padres. Na introdução da pesquisa apresento a perspectiva de investigação, hipóteses, variáveis em estudo e os objetivos do trabalho.

No primeiro capítulo, são explicitadas as noções chave que embasam teórica e metodologicamente a tese. São os conceitos fundamentais de *stress*, *burnout* e *coping*, que explicitam e definem os três aspectos fundamentais da pesquisa. O estudo desenvolvido neste capítulo servirá como base para se compreender o objeto do estudo presente assim como esse se dá em padres responsáveis pela formação de seminaristas católicos.

No segundo capítulo, apresenta-se a metodologia utilizada e procede-se à caracterização da amostra estudada. Deixa-se claro que o estudo é de caráter descritivo, comparativo e de campo. Tem como base inventários fatoriais de tipo quantitativos largamente utilizados em pesquisa cientifica, dentro e fora do Brasil. Em seguida passa-se à apresentação dos instrumentos usados nesta pesquisa, sendo por último expostos os procedimentos usados. O estudo preocupa-se ainda com aspectos qualitativos necessariamente envolvidos uma vez que o trabalho formativo de padres tem uma dimensão de sentido que foge a mensurações.

O terceiro capítulo é dedicado à apresentação e respectiva análise dos resultados obtidos, para os 103 sujeitos da amostragem em casa um dos instrumentos utilizados na pesquisa.

No quarto capítulo se apresenta uma leitura dos dados encontrados.

Com base na discussão dos resultados, apresentam-se a seguir várias considerações e recomendações decorrentes ao estudo. Traz também sugestões dos participantes da amostra a outros formadores visando uma formação que contemple as várias dimensões do ser humano, sem provocar situações desagregadoras que podem levar ao *stress* exagerado.

Nas conclusões, discutirei se os objetivos foram ou não atingidos Vale destacar que o modelo fatorial utilizado permite saber quais os principais fatores que podem contribuir para o surgimento do *distress,* trazendo assim, uma possibilidade de avanço no seu enfrentamento. Por fim, a partir da metodologia estatisticamente

utilizada de avaliação e validação de instrumentos psicométricos, mostra-se que as três escalas estudadas são estatisticamente válidas e para os padres e podem desempenhar um importante papel em estudos sobre a incidência do *stress* e seu enfrentamento nessa população.

"Não podemos fazer tudo. Se o admitirmos experimentaremos uma sensação de alívio, pois é uma perspectiva que nos dá a possibilidade de fazer algo e de fazê-lo bem."

D. Romero

CAPÍTULO 1
REFERENCIAL TEÓRICO

Neste capítulo, serão explicitados três conceitos-chave que embasam teórica e metodologicamente a tese e servem de apoio para os procedimentos estatísticos análise fatorial aplicados aos dados levantados junto à amostragem da pesquisa. Sucessivamente se falará de *stress*, *burnout* e *coping*.

1. 1 Stress

O *stress*[9] é um fenômeno conhecido há muitos séculos, mas só bem recentemente começou a ser contextualizado de maneira sistemática e submetido à pesquisa e controle. Dois fenômenos colaboraram para o surgimento do interesse da medicina e da psicologia pelo *stress*, de um lado, as grandes guerras do século XIX e, de outro, as condições de instabilidade que se instauraram na sociedade, no mundo do trabalho e na família, afetando o equilíbrio das pessoas e tornando-as mais frágeis em seu relacionamento com os fatos. Mais tarde se reconheceu que o *stress* é um aspecto inevitável da própria vida humana. E que o que faz a diferença entre uma e outra situação de stress é a maneira como as pessoas reagem ante tais situações Lazarus e Folkman (1984, p. 7-21). Os desenvolvimentos que se deram na psicossomática, na medicina comportamental, nas ciências da saúde, na intervenção clínica, provocaram um interesse crescente sobre as transições estressantes que se dão à medida que as pessoas envelhecem. E isso levou à preocupação também sobre o ambiente físico circundante e como esse ambiente e essa circunstância afetam as pessoas. Tudo isso teve um efeito estimulador no estudo do *stress* e das diferenças individuais que se constatam nas pessoas quando reagem a ele. Muito freqüentemente, o *stress* tem sido definido, ora como um estímulo, ora como uma resposta. As definições que se baseiam ou que enfocam o estímulo nos acontecimentos que se dão no ambiente físico, como desastres naturais e nas condições desfavoráveis, como doenças e perda do trabalho, entre outras, são os mais freqüentes.

Essa referência ao *stress* no ambiente físico parte do princípio de que certas situações são normalmente estressantes, mas não nos permitem avaliar a diferença de reação de cada indivíduo a tais situações.

[9] Os vocábulos *stress*, *burnout* e *coping* serão utilizados em sua forma original, inglesa e sem aspas, por serem consagrados universalmente.

Já as definições que se baseiam na resposta dada pelas pessoas tiveram base, sobretudo na biologia e na medicina, medindo de alguma forma os níveis de *stress*. A pessoa é vista como alguém que reage estressadamente ficando sobre influência da situação estressante.

As definições baseadas, seja nos estímulos, seja nas respostas, têm utilidade limitada, pois um estímulo para ser definido como estressante o pode ser só em termos da própria resposta. Parâmetros adequados são, portanto, necessária para que se possam especificar as condições sobre as quais alguns estímulos provocam respostas de *stress*.

Se a doença acontece ou não, vai depender da suscetibilidade do organismo. Igualmente não há possibilidade de se pré-dizer o *stress* psicológico como uma reação do indivíduo, sem uma referência ao que acontece dentro da pessoa. O *stress* psicológico, portanto, é ocasionado por um relacionamento que se estabelece entre a pessoa e o ambiente onde a pessoa avalia o estímulo, podendo superar ou não os seus recursos, colocando ou não em perigo o seu bem-estar. O julgamento dessa relação entre pessoa e ambiente é em si mesmo estressante.

A palavra *stress* é um vocábulo de uso comum na língua inglesa. Ao mesmo tempo é uma palavra moderna que passou a ter um significado mais técnico: primeiro na física e, mais tarde, na psicologia, psiquiatria e na educação. Significa em si “pressão”. Designa o fato evidente de que a vida normal de qualquer pessoa é hoje carregada de tensões. Normalmente o *stress* é associado ao ritmo rápido que o trabalho e até o lazer exigem de nós. Há, além disso, um permanente bombardeamento de informações e solicitações e pouco tempo para parar, pensar e descansar. Há também uma competitividade exagerada, modos errados de se nutrir, bebidas e drogas em excesso, carência de sentido espiritual e de valores bem interiorizados, entre outros fatores. O cotidiano está carregado de fatos – nem todos negativos - que tornam difícil manter a serenidade e o equilíbrio pessoal. Por trás do *stress*, portanto, estão fatores socioeconômicos, culturais, emocionais e mentais. Mas o *stress* é, antes de tudo, um fenômeno biológico primário. Ele acontece “dentro” do corpo. O corpo sinaliza que os problemas do viver e do conviver, do trabalhar e do divertir-se tornaram-se uma tarefa demasiado árdua e que é preciso parar e pensar para não arrebentar-se de modo definitivo. O corpo reage com exagero de mobilização e o organismo não agüenta. Ao serem acionados, o eixo

neuroquímico e o sistema hormonal começam a produzir em excesso, mexendo com a respiração e a pulsação, com os metabolismos de base e até com o sistema imunológico. As partes mais primitivas do sistema nervoso central entram em pane e perdem a espontaneidade de funcionamento que as caracteriza em dias normais. As tarefas que antes eram desempenhadas com tranqüilidade (o trabalho, a convivência, o controle emocional, a sexualidade, a certeza espiritual e ética) são atropeladas por uma tempestade bioemocional e mental. O comportamento da pessoa se altera, levando-a a estranhar-se e provocando estranheza também nos outros.

Vários pesquisadores têm manifestado grande interesse por esse fenômeno mundial, entre outros Everly (1990) e Spilberger, Sarason, Kulcsar e Heck (1991). Em diversos países e também no Brasil se produziu e se publicou sobre o tema nos meios acadêmicos em especial nas duas últimas (cf. LIPP, 2001 e BENEVIDES-PEREIRA, 2002). Nesse sentido, é possível destacar alguns centros de estudos sobre o *stress* e *burnout* que apresentam como características a capacitação e atualização dos profissionais brasileiros, promovendo treinamentos através de cursos e pesquisas científicas. Isto pode ser comprovado, identificado, através de inúmeras publicações de livros, revistas, artigos, trabalhos e pesquisas científicas cujo tema central é o das tensões provocadas pelas dificuldades enfrentadas nas profissões de ajuda[10].

Sobre o *stress* e o *coping* e sua influência psicossomática, há o estudo pioneiro de Vasconcellos (1985). Por ser escrito em alemão, foi pouco difundido no Brasil, embora seu autor tenha desenvolvido a temática em pesquisas posteriores.

Entretanto, não podemos deixar de considerar que a semântica do termo *stress* parece estar bem difundida nas comunidades científicas, acadêmicas e também no nível do senso comum. O termo *stress* é amplamente utilizado em revistas, jornais, livros e na mídia, de uma forma geral, embora muitas vezes empregado de forma incorreta e não diagnosticada.

[10] Trabalhos desse tipo são realizados, por exemplo, pelo Laboratório de Estudos de Controle do *Stress,* Campinas/SP; pelo International Stress Management Association (ISMA), de Porto Alegre/RS, pelo Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Estresse e Burnout (GEPEB), Maringá/Paraná e pelo Instituto Paulista de Stress, Psicossomática e Psiconeuroimunologia (IPSPP), de São Paulo/SP.

Considerando o acima mencionado, o presente estudo avalia ser oportuno discorrer, de modo mais aprofundado, sobre o conceito de *stress*, tal como é aceito em trabalhos acadêmicos e científicos.

Encontramos nos dicionários de língua inglesa a palavra *stress* com significados tanto literais quanto metafóricos, porém sempre em torno de um eixo mais ou menos igual de sentido. Entre os significados encontrados, destacam-se: puxão, torção ou deformação (indicando ações agressivas); pressão ou preocupação resultante de angústia física ou mental (apontando para situações também agressivas); ênfase muito forte para alguma coisa ou força externa empregada (por exemplo, na expressão corporal). Como se pode ver são significados que denotam uma função significativa caracterizada por agressões, esforços, desgastes, ser puxado para um e para outro lado, esticado (MORAIS, 1997).

Em se tratando de sua presença e uso na língua portuguesa, no Brasil Ferreira (1999) chama a atenção para o fato de a palavra *stress* possuir duas grafias: estresse e stress. No entendimento desse autor, stress "é um conjunto de reações do organismo a agressões de ordem física, psíquica, infecciosa e outras, capazes de perturbar-lhe a homeostase".

Apesar de ter sido cunhado originalmente do inglês, o termo *stress* (em português, estresse), deriva do latim *stringere* e significa apertar, cerrar, comprimir (HOUAISS et al., 2001). Ainda que o seu conceito tenha sido descrito primeiramente por Selye (1965), que o define como essencialmente, o grau de desgaste total causado pela vida. Foi no século XVII que esse termo foi utilizado no campo da física, por Robert Hooke, para designar uma pesada carga que afeta uma determinada estrutura física.

Selye (1965, p. 54) definiu o *stress* como

> [...] o estado manifestado por uma síndrome específica que consiste em todas as mudanças não específicas induzidas dentro de um sistema biológico.

Ainda segundo Selye (1974), *stress* é uma reação inespecífica do organismo a qualquer demanda, e estressores são os agentes que produzem essa reação. Tal provocação orgânica ou psíquica pode ser boa ou ruim: certa quantidade de *stress* é favorável, porém uma dose excessiva é prejudicial.

Vasconcellos (2002) destaca que antes de Selye, Cannon (1911) já chamava o estado de equilíbrio funcional de homeostase. Selye (1974) define *stress* como o processo de equilibração e de desequilíbrio desse estado vegetativo.

No entanto, pode-se notar que o *stress* é a necessidade de vir a aumentar o ajuste adaptativo, para retornar ao estado de equilíbrio, reaver a homeostase inicial, ou os recursos que a pessoa vem a despender para fazer frente às demandas.

Segundo Selye (1974); Sandín (1995, p.5),

> Quando se afirma que um indivíduo sofre de stress, significa que este é excessivo, quer dizer, que implica um sobre esforço do organismo ao sobrepor-se ao nível de resistência deste.

Dessa forma, o *stress* tem a função de ajustar a homeostase e de melhorar a capacidade do indivíduo, para garantir-lhe a sobrevivência ou a sobrevida.

Com uma visão diversa das anteriores, para Lazarus e Folkman (1984), o *stress* sobrevém quando os recursos disponíveis estão aquém das demandas, isto é, a pessoa avalia que aquilo que lhe é solicitado, seja no plano físico, emocional ou social, está além de suas capacidades.

Para Lovallo (1997), *stress* vem a ser tensão, tanto mental quanto corporal, resultante de fatores que tendem a alterar o equilíbrio existente. O estressor é algo que desafia a integridade ou saúde do corpo. A resposta por meio do *stress* é a reação compensatória que o corpo realiza por ter sido atingido pelo estressor.

Segundo Lipp (2000a), o *stress* é uma reação do organismo diante de situações ou muito difíceis ou muito excitantes, que podem ocorrer a qualquer pessoa, independentemente de idade, raça, sexo e situação socioeconômica.

Assim, a reação orgânica contém componentes físicos e/ou psicológicos causados pelas alterações psicofisiológicas (Reinhold, 1996), provocadas pelos

estressores presentes em uma dada situação ambiental, em nossa pesquisa, a casa de formação.

Selye (1965), como já se disse foi o primeiro estudioso a utilizar o termo *stress*, na área da saúde. Movido por grande curiosidade, Selye observou que alguns pacientes sofriam de várias doenças físicas de natureza distinta, apresentando, porém, sintomas em comum, tais como: falta de apetite, pressão alta, desânimo e fadiga. Com base nessas observações e no desenvolvimento de pesquisas médicas, já iniciadas ainda como estudante de medicina, definiu esse conjunto de sintomas como um "desgaste geral do organismo" causado pelas alterações que o organismo sofre ao ser submetido a situações que exijam um esforço de adaptação. O autor definiu stress como "síndrome geral de adaptação" (SGA) ou síndrome de *stress*, e descreveu-a baseando-se nas principais alterações orgânicas: hiperplasia das supra-renais, alterações intestinais e do sistema linfático. Verificou-se, ainda, que esse conjunto de alterações incluía três estágios, quais sejam: reação de alerta, resistência e exaustão, todas comandadas pelo sistema autônomo, via sistema límbico, e pelo sistema nervoso central, via hipotálamo.

Na fase de alerta há o aumento da freqüência cardíaca e da pressão arterial, possibilitando que o sangue circule mais rapidamente, fornecendo mais oxigênio e nutrientes ao cérebro, músculos e outros órgãos vitais. A liberação de reservas de energia (açúcar e gordura) na corrente sangüínea produz mais iniciativa; aumento da produção de hormônios, principalmente a adrenalina, dando mais energia ao organismo; aumento da freqüência respiratória, a fim de fornecer oxigênio adicional; tensão dos músculos preparando o organismo para ação, fuga ou luta.

Nessa fase, dá-se a adequação do organismo à luta, ou à fuga, podendo ou não evoluir para a fase de resistência, que pode eliminar o estressor ou adaptar o organismo e ele. É importante salientar aqui que os hormônios liberados pela hipófise e supra-renal são considerados os principais dessa fase.

Como sintomas característicos dessa fase de alerta, Lipp (1986) lista: aumento da freqüência cardíaca, mãos e pés frios, insônia, taquicardia, mudança de apetite, tensão muscular, entusiasmo súbito, aumento repentino de motivação.

Vasconcellos (2002) cita como sintomas típicos dessa fase: dor de cabeça, pressão alta ou extremamente baixa, sudorese, sensação de esgotamento,

irritabilidade, fadiga crônica, zumbido nos ouvidos, pressão no peito, distúrbios gastrointestinais, pesadelos e outros mais.

Segundo Sandín (1995), essa etapa apresenta dois ciclos: o primeiro seria a "fase do choque", constituído pelo momento da aparição do agente sentido como nocivo ou ativador e o segundo, o que ele denominou de "fase de contrachoque", quando o organismo coloca em funcionamento suas defesas.

Outras reações observáveis são ainda acrescentadas por Baccaro (1990): sensação de nó no estômago e ombros ligeiramente levantados. Através do córtex cerebral, o organismo busca saídas para restabelecer o equilíbrio interno, a homeostase. Caso o estressor não tenha sido eliminado, o equilíbrio não é recuperado e, persistindo o perigo ou desafio, o organismo passa à segunda fase do *stress*.

Na segunda fase, também chamada fase de resistência, o organismo faz tentativas para se adaptar ao estressor e recuperar o equilíbrio interno. Quase todos os sintomas da primeira fase desaparecem, mas surgem outros dois preocupantes: a dificuldade com a memória e a sensação generalizada de mal-estar. As pessoas chegam a essa fase se permanecem na fase de alerta por período prolongado ou se a primeira fase se repetir várias vezes. Lipp (2000a) acrescenta outros sintomas: mudança de apetite, aparecimento de úlcera, sensibilidade emotiva excessiva, dúvida quanto a si próprio, irritabilidade excessiva, diminuição da libido e problemas com a memória.

Além disso, nessa fase de resistência, a ativação do organismo permanece, entretanto manter a fase de alarme, no mesmo patamar levaria o organismo rapidamente à exaustão e, conseqüentemente, à morte. Aqui, o organismo tende a uma adaptação ao agente estressor. "Caracteriza-se por um aumento de resistência ao agente nocivo particular e por uma menos resistência a outros estímulos". (SANDÍN, 1995).

Ainda na fase de resistência, Vasconcellos (2002) observa outros sintomas típicos que são mais de natureza psicossocial: sensações de medo, nervosismo, ranger de dentes, queda de cabelo, ansiedade, roer de unhas, isolamento social com evitação de festas, encontros com amigos e familiares.

Caso a situação estressante seja mantida por um período de tempo muito prolongado, ou caso o organismo não possa lutar, nem fugir, esgotam-se, então, suas reservas de energias adaptativas e a pessoa entra numa terceira fase, a de exaustão.

A fase de exaustão é decorrente da falha dos mecanismos de adaptação do organismo da pessoa em face dos estímulos estressantes excessivos. O organismo então apresenta sinais de deterioração, levando ao aparecimento de doenças cardíacas, gastrintestinais, doenças do sistema respiratório, depressão e outras.

Os sintomas que ocorreram na reação de alarme são novamente evidenciados de forma exacerbada e irreversível, levando ao desequilíbrio total do indivíduo, podendo culminar na sua morte, (BACCARO, 1990). Para Lipp (2001), os sintomas dessa fase são: dificuldades sexuais, náuseas, tiques, pesadelos, tonturas freqüentes, angústia, ansiedade, vontade de fugir de tudo, cansaço excessivo e outros, caracterizando, assim, processos patológicos.

Na fase de exaustão, Vasconcellos (2002) afirma que se manifestam os sintomas específicos da patologia que vier a se instalar. Observa-se, portanto, “colapso energético do órgão vulnerável, aparecimento de uma patologia orgânica ou óbito súbito”.

No ser humano, não há necessidade de que ocorra o agente estressor, a possibilidade de que ele possa vir a ocorrer muitas vezes já é o suficiente. Ou seja, pode-se antecipar ou imaginar a ocorrência do agente estressor e a pessoa imediatamente passa a vivenciar ou sofrer por isto, entrando em processo de *stress*.

Lipp (2003), à luz da experiência clínica e de estudos empíricos, identificou a existência de outra fase do *stress*, designada de quase-exaustão, que fica entre a fase de resistência e a da exaustão. Desse modo, propõe um modelo quadrifásico para o *stress*, que expande o modelo trifásico desenvolvido por Selye em 1936. Essa fase caracteriza-se pelo enfraquecimento da pessoa, que não é mais capaz de adaptar-se ou resistir ao *stress*, e, assim, as doenças começam a surgir, mas ainda de maneira não tão grave quanto na fase de exaustão propriamente dita. Embora apresentando desgastes e outros sintomas, a pessoa ainda consegue trabalhar e atuar na sociedade até certo ponto, ao contrário do que ocorre na exaustão, quando a pessoa para de trabalhar adequadamente.

Geralmente, o organismo humano saudável funciona em perfeita sintonia interior: os vários órgãos trabalham em colaboração uns com os outros. Em momentos difíceis todo o organismo fica tenso, como se estivesse em vigília, esperando sinal para se defender, lutar ou fugir. Todo o funcionamento que anteriormente era harmonioso é afetado e cada órgão passa a trabalhar em ritmo diferente dos demais. Os músculos ficam tensos, o estômago demora a digerir a alimentação, a pessoa não consegue dormir direito e reage exageradamente a qualquer provocação, o que gera uma quebra de equilíbrio interior. (LIPP e ROCHA, 1996, p. 62). Nesse sentido, cabe dizer que devido à busca de equilíbrio interno do organismo, pois o organismo necessita adaptar-se ao ritmo biológico para a coesão do meio interno, chega-se à homeostase. A permanência da homeostase acontece por meio de um preciso sistema de estimulações e auto-regulações. O papel do *stress* na manutenção da vida é muito importante, sua ação intensa ou prolongada pode enfraquecer o organismo, propiciando uma queda no funcionamento do sistema imunológico, de forma que vários sintomas e doenças podem se manifestar.

Nesse sentido, Vasconcellos (2000) assinala que o conceito de homeostase precisa ser revisto, pois nenhum corpo vive permanentemente em repouso e nosso organismo reage tanto a todos os estímulos captáveis pelos sentidos, quanto a cada um dos nossos pensamentos e sentidos, conscientes e inconscientes.

Bianchi (1990) destaca que, para Selye, o *stress* é parte integrante e normal do funcionamento do corpo, tendo em vista que ele é uma conseqüência do ato de viver. Nesse sentido, o *stress* é, portanto, a conseqüência natural das experiências vividas, tanto as boas quanto as não tão boas.

Apesar de as contribuições de Selye quanto ao conceito de *stress* terem sido amplamente aceitas e consideradas importantes para o seu aprofundamento, alguns estudiosos do tema apresentam críticas contundentes às suas interpretações, principalmente no que tange ao stress como “resposta específica ao corpo a uma exigência, feita a ele” (MONAT e LAZARUS, 1991).

Esses autores consideram *stress* como um processo e o que faz a diferença entre uma e outra situação de *stress* é a maneira como as pessoas compreendem os eventos estressantes que as afetam. Portanto, os autores deixam claro que é a percepção da pessoa sobre a situação que vai definir o *stress*.

Numa perspectiva psicológica, Lazarus e Folkman (1984) referem-se a *stress* como um relacionamento que se dá entre a pessoa e o meio ambiente. Com isso levam em conta as características da pessoa, de um lado, e a natureza dos eventos, do outro. É nesse contexto que a pessoa avalia o estímulo como superando, ou não, os seus recursos e colocando, ou não, em perigo o seu bem-estar. Portanto, é muito importante aqui a ênfase que esses dois autores colocam na relação pessoa-ambiente. Notadamente existe nesse enfoque um dinamismo processual que muda durante a transação estressora entre pessoa e ambiente.

De um modo mais completo, para Lazarus e Folkman (1986, p. 19), o stress é

> [...] uma relação particular entre a pessoa e o ambiente, que é avaliado pela pessoa como desgaste ou superior a seus recursos de enfrentamento e ameaçador a seu bem-estar.

Lazarus e Folkman (1984) destacam ainda que o julgamento da relação entre a pessoa e o ambiente é, em si mesma, estressante e pesa por si mesma sobre a avaliação cognitiva, ou seja, sobre o julgamento cognitivo com os vários processos que intervêm entre o estímulo e a reação, alterando a medida e o significado do bem-estar da pessoa.

Mediante avaliação dos seus processos cognitivos, a pessoa pode considerar o grau de sua interação com o ambiente e também calcular os resultados do que está acontecendo em função do seu - bem estar ou mal-estar. É por essa via que ela pode buscar recursos que a ajudem a identificar e neutralizar possíveis danos ou ameaças, provenientes de sua interação com o ambiente para lograr, assim, controlar o *stress*.

Nesses processos de categorização, podemos identificar o que antecede e o que se dá após a avaliação. Nesse caso, é o que Lazarus e Folkman falam de avaliação primária e secundária, bem como de reavaliação.

Na avaliação primária (*primary appraisal*), o indivíduo identifica se as demandas do encontro são irrelevantes ou benignas ponderando, assim, seu caráter mais ou menos estressor. A demanda pode ser classificada de várias maneiras. Ou

como uma ameaça (antecipação da perda), ou como um perigo e/ou desafio; como um ganho para o sujeito ou como algo irrelevante para ele.

Nesse mesmo prisma, fica evidente que o ser humano pode reagir de modos diferenciados diante de qualquer estressor. Essa possibilidade facilita a compreensão do stress como um processo de interação entre o indivíduo e o seu ambiente. Portanto, o resultado da primeira avaliação dependerá tanto da natureza e intensidade do estímulo, quanto do tipo de resposta que o indivíduo poderá dar à emoção sentida.

Já a avaliação secundária (*secondary appraisal*) diz respeito ao que pode e deve ser feito. Inclui certa avaliação de estratégias de enfrentamento daquilo que supostamente a pessoa pode alcançar ao aplicar uma estratégia particular ou um dado conjunto de estratégias, de maneira realmente efetiva e com uma correspondente avaliação das conseqüências do uso dessas estratégias no contexto global das demais necessidades e pressões internas e externas.

A reavaliação (*reappraisal*), por sua vez, refere-se a uma revisão da primeira avaliação ou segunda avaliação de circunstâncias novas, ambientais, ou de dentro da própria pessoa. Ela é subseqüente a uma avaliação anterior e aponta para formas alternativas de controle do evento estressor. Às vezes as reavaliações podem resultar dos próprios esforços cognitivos da pessoa em sua tentativa de lidar com o problema e essa reavaliação poderá determinar ou não o sucesso da resposta final.

Os autores mencionados falam ainda de “vulnerabilidade”. Correlacionam este conceito estreitamente ao conceito de avaliação. A palavra vulnerável origina-se do verbo latim *vulnera*, que significa ferimento. Por essas raízes etimológicas, a vulnerabilidade é freqüentemente conceituada em termos de capacidade de enfrentamento mediante uso dos recursos disponíveis. Uma pessoa vulnerável é uma pessoa cujo recursos disponíveis são deficientes. A vulnerabilidade psicológica, contudo, é determinada também pelo significado dos compromissos que, em uma dada situação, podem estar em jogo. Note-se que essa visão da vulnerabilidade é eminentemente relacional.

Os processos cognitivos de avaliação não são necessariamente conscientes, nem suas agendas são sempre reais. Os itinerários reais que vão conotando a

avaliação são acessíveis sempre de uma maneira fácil e pode existir certa dificuldade de percepção. A avaliação cognitiva pode também ser influenciada por agendas que estão abaixo da consciência que a pessoa tem do que está experimentando.

O *stress* sempre esteve presente no cotidiano tanto do homem primitivo como do moderno e contemporâneo. Porém, no homem primitivo suas manifestações eram espaçadas no tempo. Entre as fugas por algum motivo ou lutas pela alimentação, havia vários períodos de relaxamento. No mundo atual, o que acontece com as pessoas é a não ocorrência desses períodos; as ondas de *stress* se sucedem uma após a outra (BACCARO, 1990).

Molina (1996) observa que o homem primitivo competia por melhores territórios, as melhores áreas para ter suas fontes de alimento, as melhores zonas para caçar e até as zonas mais adequadas para se defender em caso de ataque. Já o homem moderno ou contemporâneo vivencia situações de *stress* por melhores salários, status, aquisição dos melhores bens materiais, entrarem na universidade e outros.

Atualmente pode-se dizer que o *stress* é provocado por contextos como as grandes cidades, o trânsito, a violência urbana, situações de competitividade, ritmo acelerado, tempo escasso, exigências financeiras, distorção ética entre tantos outros fatores - o que pode ser comprovado através do aumento do consumo de tranqüilizantes, de produtos para entorpecer, de cigarros e bebidas. As pessoas queixam-se de dores no estômago, dores discriminadas, queda da produtividade e outros males (BACCARO, 1990).

Diante desse quadro, pensar sobre essa realidade implica resgatar a capacidade do espanto, do sobressalto. Desse modo, o *stress* não pode ser considerado apenas como processo natural de uma condição contemporânea. É nesse sentido que Lipp (2000) chama a atenção para a realidade apontada: “A representação social do stress nem sempre corresponde à realidade”.

Assim sendo, pode-se dizer que os motivos geradores do *stress*, se devem não somente ao impacto de uma sociedade em constante transformação, mas também à pessoa que internamente projeta seu pensamento envolvendo atitudes que acabam por modificar o próprio contexto e os contextos múltiplos de seu tempo

vivido. Por conseguinte, o *stress* só existe porque o homem o toma para si, alimentando-o e carregando-o consigo por onde caminha, afetando assim os que cruzam esse caminho.

Everly (1990) classifica os estímulos que iniciam a resposta de *stress* em três classes ou causas:

- Como causas psicossociais, decorrentes da interação direta entre comportamento social e a interpretação desse comportamento com base em experiências passadas e outros processos de aprendizagem abrangendo:

- adaptação: mudanças excessivas que ocorrem na vida de uma pessoa e a falha na tentativa de o organismo adaptar-se a essas mudanças e produzir a homeostase podem contribuir para a instalação de doenças físicas e mentais;

- frustração: a existência de obstáculos para se alcançar um objetivo pode levar a sentimentos de frustração; as causas mais freqüentes de frustrações encontradas na sociedade urbana são: superpopulação, discriminação, condições econômicas, burocracia e trânsito.

- sobrecarga: o nível de estimulação ou exigência que excede a capacidade da pessoa pode levar a reações de *stress*;

- privação: estados de tédio ou solidão também podem ocasionar reações de stress.

- Como causas bioecológicas, decorrentes da interação da pessoa com estímulos do ambiente que, geralmente, são estressantes pela sua própria natureza:

- ritmos biológicos: os ciclos de atividades biológicas dirigidas pelo sistema nervoso e hormonal podem determinar alguns estados de ânimo e comportamentos e tornar a pessoa mais suscetível ao *stress*;

- hábitos nutricionais: alguns alimentos podem conter elementos que facilitem uma reação de *stress*.

- Como causas relacionadas à personalidade e ao autoconceito: a percepção negativa de si próprio que pode se tornar um estressor em potencial. Não rara em indivíduos com padrões de comportamento e ansiedade excessiva.

As pessoas com a personalidade tipo “A” (elevada necessidades de realização; necessidade de adaptação) são mais suscetíveis de desenvolver problemas cardíacos e ansiedade excessiva, o que nos leva a interrogar: Existe um tipo de pessoa mais vulnerável ao *stress*? O que faz com que alguns consigam resistir ao vai-e-vem aloucado do cotidiano, enquanto outros simplesmente adoecem? Que fenômeno é este que contribui para deixar a pessoa tão estressada comprometendo assim sua qualidade de vida?

Alguns estudiosos, como Malagris (2000, p. 22), apontam pistas quando a resposta é:

> [...] padrão de comportamento “tipo A” ou a doença da pressa (...). Os autores que começaram os estudos sobre este assunto eram dois cardiologistas americanos e eles definiram o comportamento “tipo A” como sendo um conjunto de ações e emoções que incluem elevada necessidade de realização, ambição, agressividade, competitividade e impaciência, tensão muscular, estado de alerta, fala rápida e enfática e um ritmo de atividade acelerado.

Os estudos sobre *stress* demonstram que pessoas do padrão de conduta do “tipo A” manifestam esta tendência, ou seja, maior sensibilidade, enquanto traços como ambição e competitividade parecem estar mais ligadas a aspectos genéticos, e, hostilidade a questões ambientais. Esse tipo de comportamento pode ser bem-sucedido por um tempo, mas, certamente, não o tempo todo.

Assim sendo, o padrão de conduta “tipo A” marca as pessoas que “apressam” as reações próprias do *stress* natural que delas exigem suas circunstâncias, exteriorizando sua resposta ao *stress* com reações excessivas e exageradas.

Antoniazzi et al. (1998) descrevem o *stress* como o “conjunto das estratégias utilizadas pelas pessoas para adaptarem-se às circunstâncias adversas ou estressantes”, revelando ainda que, nesse processo, há uma estreita relação entre a pessoa e o meio, enfatizando os traços de personalidade.

Hobfoll (1998) ressalta que o *stress* é um fenômeno dos mais complicados porque envolve todos os sistemas do corpo: cardiovascular, endócrino, neurológico;

todos os sistemas do psiquismo (os aspectos cognitivo, emocional e inconsciente), além das dimensões sociais e interpessoais.

Para Lipp (2000a), os sintomas do *stress* podem não ser os mesmos em todas as pessoas, por estarem muito relacionados às predisposições genéticas e àquelas adquiridas.

No início do processo, os sintomas são percebidos à medida que o organismo vai enfraquecendo, e alguns começam a surgir, como mãos frias, coração acelerado, insônia, tensão muscular e irritabilidade, aparecendo em quase todas as pessoas.

Posteriormente, nas pessoas que estão estressadas, ocorrem outros sinais, como acordar cansado de manhã e apresentar dificuldades de memória. Como conseqüências, podem surgir apatia, a depressão, o desânimo, a ansiedade, a gastrite, a dificuldade de concentração, os problemas dermatológicos sem grande gravidade, e outros. Os problemas causados pelo *stress* são individualizados e dependem da constituição de cada pessoa (LIPP, 2000a).

Quando o *stress* é prolongado, também pode afetar o sistema imunológico, que engloba processos complexos de interações, o que acontece devido ao prejuízo sofrido pelas células linfáticas do timo, e as glândulas dos gânglios linfáticos. Devido a isso, os glóbulos brancos sofrem baixa e o organismo fica exposto às inúmeras infecções e doenças, inclusive ao envelhecimento precoce.

Logo, considerando que o processo de *stress* também interfere na função imunológica, pode-se dizer que entre os principais efeitos imunossupressivos dos glicocorticóides, há a ocorrência da alteração na função leucocitária, a produção de citocinas é diminuída, assim como os mediadores da inflamação. (CHROUSOS e GOLD 1993; MUNCH, GUYRÉ e HOLBROOK, 1984).

Por fim, é importante destacar que se o *stress* for bem compreendido e controlado, poderá ser útil, pois prepara o organismo para lidar com situações difíceis da vida (LIPP, 2000).

Segundo González (2001), quando se fala de *stres*s, é preciso fazer a distinção entre *eutress* e *distress*. *Eutress*, ou o *stress* saudável, ocorre quando o organismo se depara com estressores e prepara-se para enfrentar situações novas ou adversas, produzindo reações adequadas à demanda de mudança; já o *distress*, ou o *stress* não-saudável, ocorre quando a presença de estressores desencadeia no

organismo um processo adaptativo inadequado, conseqüentemente, provocando-lhe danos.

Tagliavini e Poi (1998) mencionam que o estímulo estressor provém de uma situação que pode desencadear o *stress*. A resposta da pessoa diante desse estímulo é negativa, quando desencadeia uma resposta adaptativa inadequada, que pode gerar debilidade física denominada *distress*, ou seja, o stress excessivo. Se a pessoa reage favoravelmente à demanda, surge o *eustress* que é uma situação de equilíbrio alcançada após um estímulo estressor. O indivíduo aqui supera os estímulos negativos e, ao mesmo tempo, cria intimidades em face de futura sobrecarga estressante. Os agentes estressores disparam em nosso organismo uma série de reações por intermédio do sistema nervoso, endócrino e imunológico, por meio da estimulação do hipotálamo, da hipófise, do sistema límbico e das estruturas do sistema nervoso central, relacionadas com o funcionamento dos órgãos e regulação das emoções.

Vasconcelos (2002) usa duas expressões correlativas. Emprega o termo *eustress* quando organismo exposto ao estressor produz uma reação orgânica e consegue adaptar-se a ela, voltando ao estado de equilíbrio ou homeostase. Quando o organismo fica exausto pelo excesso de atividade chegando a esgotar toda sua energia e a adaptação não se concretiza, pode-se desenvolver uma patologia. A tal situação o autor nomeia de *distress*.

O *stress* e suas conseqüências dependem de inúmeros fatores: da pessoa, do ambiente e das circunstâncias, assim como de uma determinada combinação entre eles. Dentro dessa perspectiva, pode ser definido como uma resposta particular entre uma pessoa, seu ambiente e as circunstâncias a que está submetida, as quais são avaliadas pela própria pessoa como uma ameaça ou algo que exige esforço e coloca em perigo o seu bem-estar. Para Hobfoll (1998), o stress é desequilíbrio significativo entre a demanda ambiental e a capacidade da resposta do organismo.

Reforçando essa teoria, Lipp (1986) afirma que agente estressor é tudo que causa uma quebra da homeostase e exige alguma adaptação. Portanto, a compreensão do agente estressor é importante para identificá-lo na vigência do *stress* e, a partir daí, para utilizar os recursos mais adequados para combatê-lo.

De acordo com Pearlin (2000), uma das mais importantes variáveis a serem controladas na pesquisa sobre o *stress* diz respeito ao fato de que pessoas expostas aos mesmos estressores não são *de modo* uniforme afetadas por eles. E quando são afetadas, não o são sempre da mesma forma e em grau semelhante.

De acordo com Santos (1995), os estressores são indiretamente causadores de doença. O estado de *stress* nem sempre resulta em doença obrigatória e imediata. Para o autor, tudo pode agir como estímulo estressor, pois o que nos tira a paz, bem como aquilo que nos estimula, pode se constituir em um agressor. Depende da quantidade, da combinação desses fatores todos, da repetição. Tudo o que ataque a pessoa, física ou mentalmente, desde um vírus, um tóxico, um acidente, mudanças no meio ambiente, medo ou frustração, pode gerar *stress*. Os estressores físicos são mais fáceis de ser detectados e eliminados. Os mentais são bem mais complexos, pois são universais, como medo, ansiedade, sentimentos de perda e de culpa, dentre outros.

Lipp (2000) e Molina (1996) também consideram que o *stress* não é o causador das doenças. Ele enfraquece o organismo, deixando que problemas latentes apareçam. Uma vez que o sistema imunológico é afetado, a pessoa estressada torna-se mais vulnerável a qualquer doença de contágio.

Lipp (2000a) ainda realça que o *stress* pode manifestar-se tanto no corpo como na mente. Quando uma pessoa está sujeita a uma tensão muito grande, ela pode manifestar doenças que já ocorreram na família e para as quais tenha uma predisposição genética. Sendo assim, filhos de hipertensos podem desenvolver picos de pressão alta e até mesmo hipertensão, quando submetidos a um *stress* muito grande e prolongado. O mesmo se dá quando alguém tenha na família psoríase ou vitiligo. Neste caso, ela poderá vir a ter essas doenças, após um episódio muito grande de *stress*. O aparecimento de depressão e ansiedade, igualmente, pode estar relacionado ao *stress*.

Em geral, o impacto de *stress* psicossocial é determinado pelo modo percebido por uma pessoa como ameaça ou como desafio, pela vulnerabilidade da pessoa e por sua capacidade de adaptar-se e de enfrentar o estímulo estressor.

A relação existente entre o *stress* e a vulnerabilidade é que determina os efeitos sobre a saúde. Essa vulnerabilidade é um processo dinâmico e reflete o

resultado de exposições prévias ao *stress* e às mudanças na capacidade de adaptação.

A resposta de *stress* depende da história de condicionamento da pessoa, das características inatas que a podem predispor a reações patológicas ou a outras alterações funcionais. Entretanto, sistemas de respaldo social (vida, familiar, trabalho, e outros), e o sistema geral de relações interpessoais, enfim, diversos elementos podem agir como mecanismos protetores contra a resposta nociva de stress.

O *stress* e suas conseqüências vinculam-se estreitamente à resposta individual diante de determinada demanda, ou seja, os fatos do cotidiano que, para alguns, são percebidos e vividos como um desafio estimulante e gratificante; para outros, podem ser interpretados como uma grande ameaça a ser enfrentada, com investimentos psicológicos superior às suas possibilidades e, provavelmente, em razão disso, serão evitados, sempre que possível (LAZARUS; FOLKMAN, 1984; SELYE, 1965; FRANÇA e RODRIGUES, 1997).

Morais (1997) enfatiza três tipos de *stress*: o exógeno, o endógeno e o misto. O primeiro é causado por pressões agressivas, que provêm do ambiente para a pessoa, ou cujas causas sejam menos predominantemente externas. O segundo, o endógeno, é originado nas vivências subjetivas conflitivas do emocional, com seus muitos questionamentos e inquietações. Pode também estar associado a desvios de caráter, sofridos e mantidos sob pressão pelas exigências éticas e mecanismos do inconsciente. O *stress* misto, finalmente, combina pressões externas e internas. Mostra-se altamente desgastante. Talvez essa última modalidade de *stress* seja a mais comum, dada a intensa e constante interação do homem com o mundo que o cerca.

Como se vê, a literatura indica a existência de vários modelos teóricos na conceituação do fenômeno do *stress* emocional. O modelo de Lipp (2000) está embasado em um modelo psicofisiológico do *stress*. Vê o processo do *stress* como constituído por componentes físicos e emocionais que, juntos, determinam a reação de cada ser humano às pressões da vida diária. Sendo assim, compreendemos que os eventos estressores estão relacionados com cada pessoa e os impactos, sendo individuais, percebidos de modos diferentes, conduzem a uma heterogeneidade de formas de enfrentamento também personalizadas.

Segundo Lipp (2000, p. 190),

> Existe uma relação absolutamente perfeita entre o corpo e a mente no que se refere ao stress, durante episódios de stress emocional - o "eu" físico responde em uníssono com a emoção. Kobasa, uma pesquisadora americana, observou que as pessoas mais resistentes ao stress são aquelas que se envolvem com alguma coisa relevante para si mesma, que são abertas para mudanças e que conseguem certo domínio sobre suas vidas.

Cabe salientar que neste estudo o referencial adotado como base conceitual será o proposto por Lazarus e Folkman, como também o de Selye. Vale dizer que para autora o *stress* e o *burnout* são entendidos como um processo e não como uma reação única e que o valor das reações cognitivas, emocionais e comportamentais fazem parte integrante desse mesmo processo, influenciando e sofrendo a influência das alterações fisiológicas do indivíduo.

1. 2 *Coping*

O conceito de *coping*[11] tem sido estudado e descrito ao longo dos anos, como o conjunto das estratégias utilizadas pelas pessoas para se adaptarem a circunstâncias adversas ou estressantes.

Utilizarei aqui a palavra inglesa *coping* para salvaguardar o sentido técnico que o termo já assumiu na literatura especializada. Seu correlato em português seria enfrentamento. Em inglês o verbo *"to cope"* significa lutar, competir, enfrentar (MICHAELIS, 2003). Os esforços despendidos pelos indivíduos para lutar, competir e lidar com situações estressantes, crônicas ou agudas têm se constituído em objeto de estudo da psicologia social, clínica e da personalidade, encontrando-se

[11] Pela dificuldade de encontrar na língua portuguesa uma palavra única que expresse a complexidade do termo *coping,* e objetivando busca de informações por interessados no tema, optou-se pela não tradução desse termo. A tradução da palavra *coping* pode significar "lidar com", "enfrentar" ou "adaptar-se a". Em inglês a palavra *coping* é usada como substantivo.

fortemente atrelado ao estudo das diferenças individuais. Historicamente, três gerações de pesquisadores já se dedicaram ao estudo do *coping*. Olhando para trás, percebem-se diferenças marcantes entre os conceitos criados, tanto no nível teórico-metodológico, quanto nos posicionamentos epistemológicos (SULS, DAVID e HARVEY, 1996).

Desde o início do século, alguns pesquisadores têm concebido o *coping*, enquanto correlato aos mecanismos de defesa, motivado interna e inconscientemente como forma de lidar com conflitos sexuais e agressivos (VAILLANT, 1994). Eventos externos e ambientais, posteriormente incluídos como possíveis desencadeadores dos processos de *coping,* foram, a exemplo dos mecanismos de defesa, categorizados hierarquicamente no sentido dos mais imaturos aos mais sofisticados e adaptativos (TAPP, 1985). Assim, para essa primeira geração de pesquisadores, o estilo de *coping* utilizado pelos indivíduos era concebido como estável, numa hierarquia de saúde versus psicopatologia.

A partir dessa perspectiva inicial da primeira geração de pesquisadores, algumas distinções foram sendo feitas no sentido de diferenciar os mecanismos de defesa do *coping* propriamente dito. A principal modificação feita nesse sentido consistiu na distinção entre os comportamentos associados aos mecanismos de defesa, classificados como rígidos inadequados com relação à realidade externa, originários de questões do passado e derivados de elementos inconscientes. Já os comportamentos associados ao *coping* foram classificados como mais flexíveis e propositais adequados à realidade e orientados para o futuro, com derivações conscientes. Essa abordagem tem sido bastante criticada em razão das dificuldades teóricas da psicologia do ego de testar empiricamente suas concepções (FOLKMAN e LAZARUS, 1980).

A partir da década de 1960, estendendo-se pelas duas décadas seguintes, uma segunda geração de pesquisadores apontou para uma nova perspectiva com relação ao *coping*. Essa nova tendência buscou enfatizar os comportamentos de *coping* e seus determinantes cognitivos e situacionais (SULS, DAVID e HARVEY, 1996). Pesquisadores passaram a conceitualizar *coping* como um processo transacional entre a pessoa e o ambiente, com ênfase no processo, tanto quanto em traços de personalidade (LAZARUS e FOLKMAN, 1984). Essa época foi marcada por importantes avanços na área, que geraram inúmeras publicações, em especial

pelo grupo de Lazarus e Folkman (FOLKMAN e LAZARUS, 1980, 1985; LAZARUS e FOLKMAN, 1984). Esses trabalhos tiveram grande influência na questão de *coping*. Segundo eles, as maneiras tradicionais de se conceber o *coping*. surgiram de dois tipos de abordagens separadas e distintas entre si. A primeira nasceu dos experimentos com animais e a segunda com base na psicanálise do ego. O modelo fundado no comportamento animal tem o seu foco no conceito de pulsão *drive* ou ativação. Nessa seqüência se define o *coping* como aquele ato ou atos que ajudam a controlar as situações e condições aversivas, ocasionando por essa via uma diminuição da pulsão e da hiperativação do organismo em geral.

A ênfase fica largamente posta na evitação e no comportamento de escape. De acordo com esse ponto de vista, parece-nos modesto o que este último, modelo de Lazarus e Folkman, pode nos ensinar a respeito do *coping* no caso dos seres humanos, mesmo o que inclui o coping cognitivo e o coping defensivo.

Quando o conceito de *coping* é formulado na tradição da psicologia psicanalista do EGO, ele se centra principalmente na cognição, fazendo uma diferença entre certo número de processos que as pessoas usam para dominar relações perturbadas. O sistema de *coping* baseado no modelo psicológico do ego geralmente concebe uma hierarquia de estratégias que vai de mecanismos mais primitivos e imaturos, que distorcem a realidade, a mecanismos mais amadurecidos de reação do sujeito em face de situações adversas.

Os padrões de comportamento de tipo “A” que são vistos, sobretudo na observação clínica, podem ser pensados como estilo de *coping* que incluem propriedades comportamentais/motivacionais e cognitivas. Precisa-se de mais pesquisa para determinar maior estabilidade de comportamento de tipo “A” e para entender seu papel como estilo de saída, quando há doenças.

O modelo psicológico do EGO ampliou muito os estudos para pesquisa e a reflexão sobre aquilo que pode ser chamado de estilos cognitivos e controles cognitivos. Eles se relacionam e podem influenciar a atividade de *coping*, embora eles não possam explicitamente ser considerados como estilos de *coping*. Aproximação através do traço de *coping* ou de estilo de *coping*, inevitavelmente, é uma aproximação incompleta. As medidas dos traços e estilos de coping não são bons recursos para pré-dizer os verdadeiros e reais processos de *coping* que vão

acontecer. Tais medidas e traços não estimam de maneira devida a variabilidade de caminhos com os quais, realmente, as pessoas lidam com os problemas.

A atividade de *coping* também precisa ser bem diferenciada de comportamentos automáticos de adaptação. O *coping* implica sempre esforço, já os comportamentos automatizados de adaptação não implicam o esforço - assim como a palavra automatizada está dizendo. Muitos comportamentos são originalmente carregados de esforços e nesse sentido mostra existir o *coping*, mas ele acaba se tornando automatizado devido a processos de aprendizagem que vão se solidificando. Em suma, o *coping* é um conceito aceito tipicamente como equivalente a um resultado de adaptação, especialmente na psicologia do ego, segundo a qual os esforços infrutíferos no lidar com o *stress* são chamados de processos defensivos.

O resultado do esforço de adaptação ao meio gera uma confusão sobre o *coping* enquanto tal. Se quisermos fazer certo progresso na compreensão do relacionamento entre *coping* e resultado de *coping*, isto é, aquilo que ajuda ou atrapalha a pessoa, e de que maneira o faz, devemos ver o *coping* como um esforço pra manejar demandas estressantes, independentemente do resultado que o esforço vai obter ou não.

Da mesma maneira nenhuma estratégia para resolver o problema do *stress* deveria ser considerada essencialmente superior ou inferior às outras. Julgamos que o caráter adaptativo de uma estratégia deve ser feito sempre contextualmente. Comportamentos de negação, por exemplo, podem ser adaptativos em alguns sentidos, em algumas situações e em alguns estágios do embate com o problema. Princípios são também necessários para se fazer a avaliação da adaptação da estratégia de *coping*.

Finalmente, o *coping* não deveria ser visto como equivalente a um domínio sobre o meio ambiente. Muitos fatores causadores de *stress* não podem ser dominados e um *coping* efetivo sobre estas condições é aquele que permite a pessoa tolerar, minimizar, aceitar ou mesmo ignorar aquilo que ela não pode dominar.

A definição de Lazarus e Folkman, utilizada em diferentes pesquisas, é a seguinte: “*coping* é um conjunto de esforços cognitivos e comportamentais utilizados

com o objetivo de lidar com demandas específicas, internas ou externas que surgem em situações de *stress* e são avaliadas como sobrecarregando ou excedendo os recursos pessoais". Esta definição vê alguns limites nas aproximações mencionadas anteriormente, pois tal definição implica que as estratégias de c*oping são ações deliberadas que podem ser aprendidas, usadas e descartadas.*

Em estudos mais recentes sobre *coping*, portanto, uma terceira geração de pesquisadores têm se voltado para o estudo das convergências entre *coping* e personalidade. Tal tendência traz como motivação, em parte, o corpo cumulativo de evidências, que indicam que fatores situacionais não são capazes de explicar toda a variação nas estratégias de *coping* utilizadas pelos indivíduos. Por outro lado, o interesse despertado pela credibilidade científica dos estudos sobre traços de personalidade, tem ampliado os estudos nesta direção (HOLAHAN e MOOS, 1985; O'BRIEN e DELONGIS, 1996; WATSON e HUBBARD, 1996). Os traços de personalidade mais amplamente estudados, que se relacionam às estratégias de coping, são otimismo, rigidez, auto-estima e locus de controle (CARVER e SCHEIER, 1994; CARVER, SCHEIER e WEINTRAUB, 1989; COMPAS; BANEZ; MALCARNE e WORSHAM, 1991; PARKES, 1984).

De um modo geral, o conceito de *coping* vem freqüentemente acompanhado de palavras como habilidades, estratégias, comportamentos, estilos, repostas ou recursos. A metodologia utilizada no seu estudo envolve, na maioria das vezes, instrumentos denominados *checklists* (por exemplo, AMIRKHAN, 1990; CARVER, SCHEIER e WEINTRAUB, 1989; ENDLER e PARCKER, 1990; FOLKMAN e LAZARUS, 1980), entre outros instrumentos ou escalas.

Dentre os modelos de *coping*, numa perspectiva cognitivista, Folkman e Lazarus (1980) apresentam um modelo interacionista cognitivo em que acontecem processos contínuos de avaliação e de categorização dos fatos, e mais a análise do significado específico de um evento para cada pessoa. Nessa perspectiva, os processos cognitivos de avaliação dependem da percepção subjetiva e da interpretação de um evento, determinando assim a qualidade e a intensidade de uma reação emocional.

Segundo Antoniazzi, Dell'Aglio e Bandeira (1998), o modelo que Folkman e Lazarus propõem contém quatro conceitos principais:

- o processo de *coping* constitui-se em uma mobilização de esforços: os indivíduos empreendem esforços cognitivos e comportamentais para administrar as demandas internas e externas que surgem de sua interação com o ambiente.
- *coping* é um processo ou uma interação que se dá entre o individuo e o ambiente e tem como função a administração da situação estressora, ao invés de controle ou domínio da mesma;
- o processo de *coping* pressupõe a noção de avaliação, permitindo assim a verificação de como o fenômeno é percebido, interpretado e cognitivamente representado pelo indivíduo;

O controle de significados dos estressores, a redução da tensão e a manutenção da homeostase são algumas das razões apresentadas por esses mesmos autores, como importantes para o uso de estratégias de *coping*.

Outro aspecto que merece destaque no modelo de *coping* proposto por Lazarus e Folkman (1984) é o fato de os autores destacarem que qualquer tentativa de administrar o estressor é considerada coping, tenha ela ou não, sucesso quanto ao resultado.

Logo, uma estratégia de *coping* não deve ser considerada como intrinsecamente bem ou mal adaptativa. É preciso, para essa avaliação, considerar a natureza do estressor, a disponibilidade de recursos de *coping* e o resultado do esforço de *coping*.

Nas ciências humanas, encontram-se como forma de mensuração do *coping*, estudos que se referem à construção e à avaliação de instrumentos que são propostos por vários autores (MOOS e BILLINGS 1982; STONE e NEALE 1984, MCCRAE 1984; LIPP 1984). Savóia, Santana e Mejias (1986), que apresentam alguns desses instrumentos e destacam que as medidas de *coping* refletem as classificações de estratégias que seus autores costumam usar como referenciais.

Portanto, vale lembrar que cada indivíduo busca usar bem os recursos internos e externos de que dispõem, escolhendo suas estratégias de *coping*, procurando por meio delas resistir aos embates da vida e adaptar-se às contínuas perdas e danos a que a vida os submete. Caso as estratégias de *coping* não sejam

eficientes, o indivíduo estará sujeito a entrar em situação de grave *stress*, ou seja, poderá entrar em um estado de exaustão.

Para Wheeler (2001), uma das causas mais importante de *stress* é o "ciclo incompleto da ação": Toda ação, ou as muitas ações do cotidiano no trabalho, pode levar ao *stress* no trabalho e, uma possível conseqüência do *stress* vivido pelo profissional poderá configurar o *burnout*, que não vem do excesso de trabalho, mas da lacuna entre: esforço e recompensa.

1. 3 *Burnout*

O trabalho possui uma grande importância na vida humana. De acordo com Jacques (1996), é preciso considerar que a atividade, ou profissão desempenhada, está associada à identidade profissional. Portanto, nos, últimos anos tem-se observado e atribuído maior relevância ao impacto do labor na saúde física e mental do indivíduo.

Mais recentemente, as organizações têm dispensado maior atenção à significação e à repercussão do trabalho sobre o trabalhador, assim como os efeitos dessa atividade na instituição. O número de empresas que adotam medidas organizacionais objetivando a melhoria de sua qualidade tem crescido consideravelmente nos últimos anos. Essas determinações, não raras vezes, pressionam o trabalhador, provocando assim o desequilíbrio na saúde do profissional, afetando, conseqüentemente, a qualidade dos serviços prestados.

No entanto, algumas empresas também têm se preocupado com o bem-estar e a qualidade de vida de seus funcionários, inclusive através da promoção de atividades no início do dia, como, por exemplo, a ginástica especial[12], cursos e treinamentos, que possibilitem a integração entre o trabalhador e os diversos setores da empresa. Acredita-se ainda que esse investimento resulte em um indivíduo mais tranqüilo, com boa qualidade de vida e bem mais produtivo do que um sujeito estressado.

[12] No Estado do Ceará, o Banco do Nordeste já começa a utilizar esse recurso.

No Brasil, os trabalhos desenvolvidos e organizados por Lipp (2001; 2003) são uma referência em estudos científicos sobre *stress*, saúde e qualidade de vida, abordando aspectos tanto sob o ponto de vista teórico, quanto sob a perspectiva da prática. É importante que haja cada vez mais conhecimento sobre a influência do *stress* na qualidade da vida humana, para que possam ser adotadas medidas preventivas em relação à sua ocorrência. Nessa direção, nos últimos anos tem crescido a perspectiva de se investir na qualidade de vida do trabalhador.

De acordo com Borges, Argolo, Pereira et al. (2002), em meio ao turbilhão de pesquisas desenvolvidas sobre *stress*, surgiram também as pesquisas sobre a síndrome de *burnout*, que, por sinal, vem ocupando cada vez mais o campo de pesquisa dos estudiosos e pesquisadores.

Foi nos anos de 1970 que o termo *burnout* desprendeu-se do campo da ciência dos foguetes e passou para o campo da saúde. Tal palavra usada originalmente em 1940, para fazer referência ao colapso dos motores dos jatos e dos foguetes, foi usada pelo psiquiatra H. Freudenberger, em 1973, no campo da saúde, mais especificamente na psiquiatria, para designar a manifestação mais radical do *stress* em sua fase extrema de esgotamento. (FELTON, 1998).

Etimologicamente o termo *burnout* é um problema carregado de intenções boas, porque acontece quando as pessoas tentam alcançar objetivos, porém tocam no limite de suas energias experimentando assim a sensação de perdedor consigo e com os outros.

Observa-se, ainda, nos estudos sobre *burnout*, que o termo se tornou amplamente popular e aceito somente quando Freudenberger e Maslach se apropriaram de tal expressão (SCHAUFELI e EZMANN 1998).

A literatura internacional sinaliza que não existe uma definição única para *burnout*, mas é considerado, como, por exemplo, uma resposta do *stress* laboral crônico, não sendo assim, contudo confundido com *stress*.

Benevides-Pereira (2002), referindo-se à síndrome de *burnout* aponta algumas denominações utilizadas por outros autores, que são: estresse laboral, estresse laboral assistencial, estresse profissional, estresse ocupacional, síndrome de queimar-se pelo trabalho, neurose profissional ou neurose de excelência e síndrome de esgotamento profissional.

Observa-se que a síndrome de *Burnout* também já foi chamada de A Síndrome do Assistente Desassistido (PORTEIRO e RUIZ, 1998), pela pouca consideração para com os trabalhadores de serviços de assistência, em relação às condições e ao suporte no trabalho, a síndrome do cuidador descuidado (GONZÁLES, 1995), em alusão à desatenção do profissional de ajuda consigo mesmo ou a síndrome do samaritano desiludido, (BARSON, P., CALTABIANO, M., RONZONI, G., 2006), devido à insuficiente atenção para com o padre em atividade pastoral

Em diversos países tem aumentado o número de estudos sobre a síndrome, o que parece demonstrar que a relação da pessoa-atividade profissional está chamando a atenção para cuidados especiais com o ser humano. Isto pode ser observado pela concentração dos estudos em diversas áreas tais como, psicologia social, educação, saúde, psiquiatria, psicologia clínica e ciências sociais. (CARVALHO, 2003).

Evidentemente tal síndrome pode ocorrer em qualquer faixa etária, como também em qualquer profissão, uma vez que ninguém se encontra imune, e cada um de nós pode se tornar um candidato ao *burnout* ocupacional, embora existam ocupações que apresentam um índice mais alto e que têm um traço em comum, como contatos interpessoais muito intensos, dentre esses: policiais, bombeiros, professores, médicos enfermeiros (MASLACH e JACKSON, 1981, 1982, 1984).

Essa síndrome, ainda segundo França (1987, p. 197), é caracterizada por:

> [...] sintomas e sinais de exaustão física, psíquica e emocional, em decorrência da má adaptação do indivíduo a um trabalho prolongado, altamente estressante e com grande carga tensional. Acompanha-se de sentimento de frustração em relação a si e ao trabalho. Embora já tenha sido descrita em várias e diferentes profissões, sua incidência é predominante entre os profissionais que trabalham na área de ciências humanas, particularmente, enfermeiros, médicos e assistente sociais.

A exaustão no trabalho, como é oficialmente reconhecida no Código Internacional de Doenças, CID10 provoca desgaste e sofrimento. Ela vem recebendo seu devido tratamento na esfera legal. As leis brasileiras já reconhecem a

síndrome de *burnout* como um agente causador de doenças profissionais ou doenças do trabalho[13]. Embora haja uma diferença entre *stress* e exaustão profissional, nem sempre os médicos têm conseguido fazer um diagnóstico preciso da doença, atendo-se muitas vezes aos sintomas e não à causa da doença.

É importante destacar que o *burnout*, sendo colocado como *stress* crônico, que a pessoa vivencia no ambiente de trabalho, não se relaciona com aspectos positivos, como acontece no caso do *stress*. Desse modo, a possibilidade de o sofrimento se manifestar mais intensamente, comprometendo os recursos que a pessoa possui para lidar com aquele pode acontecer através do encontro de vários sintomas, como, por exemplo, a ansiedade acentuada.

De acordo com Hart (2001), o *burnout* seria, inicialmente, uma exaustão emocional, quando a pessoa sente que não pode mais dar nada de si mesma. Em seguida desenvolve atitudes e condutas negativas com relação aos usuários, clientes, organização e trabalho, sendo assim uma experiência subjetiva que envolve atitudes e sentimentos que vêm acarretar problemas de ordem prática e emocional ao trabalhador e à organização. Por outro lado, o *stress* se diferencia de *burnout* - *burn*-"queima" e *out*-"exterior" - ou simplesmente exaustão, porque envolve mais atitudes e condutas, um esgotamento pessoal com interferência na vida do sujeito. O fator gerador está não apenas no volume de trabalho, mas também no ambiente.

A Associação Internacional para o Cuidado com o stress (ISMA-BR) demonstra, em estudo estatístico, que 70% dos brasileiros economicamente ativos sofrem os efeitos negativos dos *stress*. E mais 30% são vítimas da síndrome de *burnout*. (ROSSI, 2004).

Portanto, esta síndrome é o resultado do *stress* emocional desenvolvido na interação com outras pessoas. Algo diferente do *stress* genérico, a síndrome de burnout geralmente incorpora sentimentos de fracasso. Seus principais indicadores são: cansaço emocional, despersonalização e falta de realização pessoal no trabalho. Esses indicadores podem desenvolver-se naqueles sujeitos cujas

[13] No Brasil, a promulgação da Lei n. 3.048/99 (CID10 Grupo V - Síndrome de *Burn-Out* – Z73.0), reconhecendo a síndrome como doença do trabalho, foi um grande avanço para a área da saúde.

situações são vivenciadas por pessoas em qualquer tipo de atividade. No entanto, deve ser entendida como uma resposta ao *stress* laboral, que aparece quando falham as estratégias funcionais de enfrentamento que o sujeito pode empregar e se comporta como variável mediadora entre *stress* percebido e suas conseqüências. Esse enfrentamento é definido por França e Rodrigues (1997).

Maslach (1992) foi a pesquisadora que definiu a síndrome de uma forma mais contundente como "Síndrome de fadiga emocional, despersonalização e de uma auto-estima reduzida, que pode ocorrer entre indivíduos que trabalham em contato direto com clientes ou paciente".

A primeira definição dada por Freudenberger (apud Silva, 2000) afirma que "*burnout* é o resultado de esgotamento, decepção e perda de interesse pela atividade de trabalho que surge nas profissões que trabalham em contato direto com pessoas em prestação de serviço como conseqüência desse contato direto no seu trabalho".

A partir dos estudos de Freudenberger (1974), as pesquisas foram se multiplicando nessa direção e passaram a constituir uma base conceitual extremamente importante para a evolução dos conceitos relativos à síndrome de *burnout*. Sem dúvida alguma, seus artigos são considerados como um marco desencadeador de outras inúmeras pesquisas em todo mundo.

Todavia, grosso modo, observa-se nos estudos que a síndrome de *burnout*, ao longo de seu processo de construção, tem sido abordada sob quatro perspectivas, de conceituação e de abrangência segundo Carlotto (2001): clínica, sócio-psicológica, organizacional e a sócio-histórica. Na primeira abordagem que é a clínica, seguindo a linha de compreensão a partir dos artigos de Freudenberger em 1974, a síndrome é na essência o mesmo que exaustão física e emocional, geralmente causado pelo empenho demasiado do profissional ao desenvolver sua atividade, no trabalho, sendo mais afetados freqüentemente os profissionais que se dedicam aos trabalhos na área de serviços humanos. A segunda abordagem, ou seja, a sócio-psicológica, conceituada por Maslach e Jackson (1982), que, a partir de seus estudos, pontuou ser o ambiente laboral, a base das variáveis produtoras de *burnout*, principalmente as características relacionadas ao trabalho que o sujeito desenvolve. A síndrome é entendida como uma reação à tensão emocional crônica, gerada a partir do contato direto e excessivo com outros seres humanos, já que

cuidar exige tensão emocional constante, atenção permanente e grandes responsabilidades profissionais. Na abordagem organizacional, seu principal representante é Cary Cherniss (1983). Segundo sua teoria os fatores desencadeadores de *burnout* são as características organizacionais que podem gerar um desajuste entre as necessidades apresentadas pelo trabalhador e os interesses da instituição. Finalmente, a sócio-histórica: abordada por Seymour Sarason, a autora de maior destaque dessa corrente que aponta ser o atual papel da sociedade, baseada principalmente em valores individualistas, ser o determinante na disposição ao *burnout*, mais que características pessoais e/ou institucionais.

De modo geral, entre os pesquisadores há concordância no fato de que o *burnout* pode apresentar-se em pessoas entusiastas e idealistas, que, no contato com o mundo profissional, vão se transformando em seu jeito de ser e apresentando transtornos de seu comportamento que podem interferir no nível pessoal, social e institucional.

Além disso, é interessante destacar estas considerações, sobre o papel da despersonalização, de Moreno - Jiménez, Oliver e Aragoneses (1991, p. 276):

> Cabe ressaltar o papel desempenhado pela Despersonalização que, apesar desta resposta poder ser uma via de enfrentamento aceitável ao produzir uma distância interpessoal entre os beneficiários do próprio trabalho, levando a uma preocupação distanciada do exercício da profissão, tal reposta se comporta de forma claramente negativa quando associada à exaustão emocional, produzindo um sentimento inefetivo de controle da situação, intrinsecamente combatido no desempenho profissional dos trabalhadores em serviços humanos.

A síndrome do *burnout* é entendida como uma resposta emocional por Maslach e Jackson (1982), que a entendem como um conceito que abrange três componentes multidimensionais:

a) exaustão emocional: estado em que a pessoa sente haver esgotado toda sua energia afetiva por estar em contato com os problemas diários, surgindo assim sintomas de cansaço, irritabilidade, depressão, ansiedade e doenças, principalmente aquelas denominadas de adaptação ou psicossomáticas;

b) despersonalização: estado em que ocorre o desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas e de cinismo para com as pessoas de seu trabalho. Geralmente, aqui o embotamento da afetividade leva a uma atitude de “frieza”, e as pessoas passam a ser são tratadas como "coisas";

c) falta de envolvimento pessoal no trabalho: estado em que ocorre uma redução da realização pessoal no trabalho, no atendimento, ou contato com as pessoas.

Como processo pode-se dizer que ó início do *burnout* é lento, porém à medida que vai se adiantando surge um sentimento de desgaste emocional (físico e psíquico); um sentido de despersonalização (alienação, isolamento), e chega-se ao ponto em que a pessoa começa a sentir-se ressentida e incompetente profissionalmente. (MASLACH e LEITER, 1999).

A maioria das pessoas espera mais do seu emprego do que do seu salário. Todos querem executar um trabalho que tenha sentido, ou seja, sentir no final do dia que aquilo que fizeram contribuiu para que tenha propósito. Para a vítima do *burnout*, trabalhar torna-se sem sentido e o entusiasmo é substituído pelo cinismo (“para que ligar?”), especialmente em pessoas antes muito dedicadas e entusiasmadas com seu trabalho. É o que Morais (1997, p. 76) chamar de *stress* existencial. “[...] aquele que decorre de conflitos de valores e da ausência de sentido e é causado por uma complexa trama de sociopatias atuais.”

Já Gil-Monte e Peiró (1997) consideram que, no primeiro momento, o indivíduo percebe a evidência de uma tensão, o stress. No segundo momento, aparecem sintomas de fadiga e esgotamento emocional, concomitantemente a um aumento do nível de ansiedade e, finalmente o indivíduo desenvolve estratégias de defesa, que utiliza de maneira constante. Essas estratégias consistem em mudanças de atitudes e comportamentos que incluem indiferença e distanciamento emocional do trabalho.

Dejours (1987, p.15) nos oferece um conceito de sofrimento e sua relação com o trabalho, que julgo oportuna citar:

> O sofrimento designa então, em uma primeira abordagem, o campo que separa a doença da saúde. Dentro de uma segunda acepção, o sofrimento designa um campo pouco restritivo. Ele é concebido como uma noção específica válida em Psicopatologia do Trabalho, mas certamente não transferível a outras disciplinas, notadamente à psicanálise. Entre o homem e a organização prescrita para a realização do trabalho, existe, às vezes, um espaço de liberdade que autoriza uma negociação, invenções e ações de modulação do modo operatório, isto é, uma invenção do operador sobre a própria organização do trabalho, para adaptá-la às suas necessidades, e mesmo para torná-la mais congruente com seu desejo. Logo que esta negociação é conduzida ao seu último limite, e que a relação homem/organização do trabalho fica bloqueada, começa o domínio do sofrimento – e da luta contra o sofrimento.

Abordado por outra faceta, observa-se que o sofrimento especialmente em adultos se faz presente especialmente quando sua relação com o trabalho experimenta bloqueios e maus resultados constantes. O *burnout* ocorreria, portanto, quando os recursos pessoais se mostram inaptos e insuficientes para atender às demandas ou, também, quando não se obtém o retorno esperado. Diz-se nessas circunstâncias que faltam estratégias para um enfrentamento adequado.

"Não há ventos favoreceis para os que não sabem para onde vão."

Seneca

CAPÍTULO 2
METODOLOGIA APLICADA

O presente estudo tem caráter descritivo e comparativo. É um estudo de campo que se baseia em inventários fatoriais de tipo quantitativo largamente usados em pesquisa científica, dentro e fora do Brasil. Mas preocupa-se também em considerar os aspectos qualitativos necessariamente envolvidos em uma questão que tem uma dimensão de sentido que escapa a mensurações, Tanto mais que os sujeitos da pesquisa são sacerdotes que após muitos anos de aprimoramento espiritual calcado em valores religiosos se dedicam ao cuidado humano-afetivo e espiritual-religioso de jovens que almejam se consagrar eles próprios a um exigente ideal religioso cristão. São perspectivas de vida que não podem ser abraçadas pela via de indicadores psicossomáticos quanto ao grau e tipo do cuidado de si. Endosso neste trabalho o que diz Silva (1996, p. 92) quando afirma que a pesquisa qualitativa

> [...] tem se apresentado como uma modalidade de pesquisa extremamente útil para a psicologia, visto que permite o estudo de conceitos relativos a sentimentos, emoções (dor, sofrimento, beleza, esperança, amor) da forma como se dão na experiência dada pelas pessoas.

2. 1 Campo de estudo

No Instituto Acolher – ITA[14], no decorrer de seis anos (de julho de 2000 a dezembro de 2007) foram realizados dois estudos[15] (PINTO, 2007; SILVA, 2008) por psicoterapeutas membros do Instituto com larga experiência no atendimento a padres e religiosos. O primeiro desses estudos (PINTO, 2007) surgiu como resposta a uma dupla necessidade, a de individuar o que parece ser típico e provavelmente específico a padres e a de encontrar formas de atendimento psicoterapêutico que embora de curta duração fossem válidas quanto à metodologia e seriedade de condução. O segundo (SILVA, 2008) teve como meta fazer um levantamento dos tipos de diagnóstico mais freqüentes em padres sob cuidados psicoterapêuticos. Partiu do exame de cento e quarenta e nove prontuários de clientes atendidos por doze terapeutas que atuam no ITA. Todos esses profissionais foram individualmente entrevistados com o objetivo de verificar se o diagnóstico proposto pela

[14] No decorrer dos anos de 2000 a 2006, o ITA registrou o atendimento de mais de 500 padres e religiosos.

[15] Tese de doutorado de Pinto, E. B., 2007 e Dissertação de Mestrado de Silva, R. E., 2008.

pesquisadora era o mais adequado para cada caso. Os critérios e classificações diagnósticas usados foram os do DSM IV-TR, em correspondência com o CID 10.

O presente estudo é autônomo com relação aos dois acima citados. Mas se realizou fazendo referência à experiência e aos dados acumulados também por esses dois outros colegas. Tem, no entanto, suas características próprias. Todos seus sujeitos são padres e exercem o ministério no Brasil, em especial na região centro-sul, mas têm um ponto e uma atividade que os diferenciam dos demais presbíteros, a de atuar na formação de seminaristas católicos.

A amostra final de minha pesquisa é constituída por 103 padres formadores. Destes, 78 são presbíteros diocesanos e 25 são presbíteros religiosos[16]. Todos estão na faixa etária entre vinte e cinco e cinqüenta e sete anos. Só aos poucos a pesquisadora chegou a esse grupo de sujeitos, uma vez que inicialmente era sua intenção estudar o stress pastoral no conjunto dos presbíteros do Brasil, focando de maneira específica a questão que os autores J. Ciarrocchi e J. R. Wicks (2000) chamaram de "fadiga de compaixão"[17], termo religioso que seguramente corresponde ao que os psicólogos batizaram com os nomes de *stress*, *burnout*. Interessava-me, além disso, chegar a uma descrição mais precisa das estratégias de enfrentamento (*coping*) usadas pelos membros do clero quando colocados sobre pressão, em virtude das tarefas de ajuda por eles desempenhadas nas comunidades religiosas em que atuam como formadores, dentro de condições bastante específicas [18].

2. 2 Instrumentos utilizados para a coleta de dados

Os instrumentos usados podem ser divididos em dois blocos.

[16] Padre diocesano é aquele que pertence a um a igreja particular ou diocese e nela se incardina, e religioso padre é o religioso (*adscrito*) que pertence a um instituto religioso que, além de religioso, torna-se também padre.

[17] CIARROCCHI, Joseph e WICKS Robert J. *Psychoteraphy with priests, protestant clergy and catholic religious: a practical guide.* Connecticut: Psychosocial Press, 2000.

[18] Uma descrição mais exata das condições em que se verifica hoje a formação do futuro padre pode ser encontrada em um outro estudo feito pela equipe do ITA: Santos (2008, capítulo 1). Santos oferece também uma bibliografia crítica sobre o tema.

Bloco 1

Deste primeiro bloco constam três questionários de importância secundária quanto à coleta de informações pertinentes ao mérito da pesquisa, mas importantes por especificar os dados dos respondentes e expressar seu consentimento e o da instituição quanto às condições éticas da pesquisa.

Atendendo à Resolução 196, de 10-10-1996, da CONEP (Comissão Nacional de Ética em Pesquisa), que objetiva assegurar os direitos e deveres que dizem respeito à comunidade científica, aos sujeitos das pesquisas e ao Estado, encaminhou-se o projeto do estudo ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Religião (CRE), da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUS/SP), para que fosse analisado e, posteriormente, aprovado e liberado para sua execução.

Em todos os encontros os participantes foram informados que fariam parte de um estudo sobre *stress*, *burnout* e *coping* em padres formadores dos futuros padres. As explicações gerais sobre os objetivos da pesquisa e as instruções de preenchimento foram feitas pela autora a um só tempo, em cada sessão de aplicação, após o que se procedeu ao esclarecimento de dúvidas e ao preenchimento *in loco* dos formulários. Os encontros em questão eram diretamente organizados pela OSIB (Organização dos Seminários e Institutos do Brasil) e foi com a permissão desta que se fez a aplicação dos instrumentos da pesquisa aos participantes, que se mostraram em todas as ocasiões muito receptivos e interessados em contribuir com a pesquisa. O número dos não-respondentes foi por essa razão sempre baixo, em especial quando comparado ao retorno obtido em pesquisas com o Clero realizadas no Brasil, mesmo quando feitas por instituições especializadas como o CERIS (cf. CERIS, 2004, p. 7).

Elaborou-se também, em consonância com a legislação vigente sobre pesquisa que envolve seres humanos, um termo de consentimento livre e esclarecido, no qual os participantes foram elucidados sobre a proposta do estudo e de seus direitos, garantindo assim o anonimato e a livre participação. O documento mencionado foi entregue, juntamente com os instrumentos utilizados na pesquisa. Salientou-se que a metodologia estatística adotada impossibilitaria, por si só, o acesso à identidade dos respondentes. De fato, os programas de análise fatorial

usados na pesquisa impedem o acesso aos indivíduos que respondem. Eis os instrumentos repassados aos participantes:

- Termo de consentimento livre e esclarecido para a participação na pesquisa (Anexo - A).
- Termo de consentimento institucional pós-esclarecido (Anexo - B).
- Questionário de informações gerais sobre o respondente (Anexo - C): o objetivo deste instrumento foi o de delinear o perfil dos respondentes de modo a permitir posteriores comparações entre eles. Os itens que o compõem são: função exercida no seminário, ano de nascimento, cargo exercido, tempo de trabalho na função, grau de satisfação no trabalho; trabalho como ajuda na vivência do sacerdócio e continuidade do trabalho em relação aos estudos depois da ordenação presbiteral.

Bloco 2

O Bloco 2 reúne os quatro questionários técnicos usados na pesquisa e respondidos por todos os 103 participantes da mesma.

- O Maslach Burnout Inventory- MBI (MASLACH e JACKSON, 1981). (Anexo - D).

O Maslach Burnout Inventory, de Maslach e Jackson (1981) é um instrumento com 22 itens, no qual se oferece ao sujeito uma série de enunciados sobre seus sentimentos e pensamentos, em relação a diversos aspectos de interação contínua do sujeito com seu trabalho e seu desempenho.

O questionário que é auto-aplicável utiliza-se da escala tipo Likert, com sete pontos para as respostas dos respondentes e para a apuração dos resultados.

A apuração do MBI é realizada através de escala padronizada, fazendo-se a soma das quantidades encontradas dentro de cada quadro em destaque, em seguida são transferidas para a coluna “PD” correspondente. Posteriormente, consulta-se a tabela para obter a pontuação “PT”. Os fatores são definidos como: “EE” - “Exaustão Emocional”, “D” - “Despersonalização”, e, “RP” – “Realização Profissional”.

- Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman (Anexo - E).

O instrumento Inventário de Estratégias de *Coping,* proposto por Lazarus e Folkman (1984), corresponde a um questionário composto por de 66 itens, incluindo pensamentos e ações utilizados pelo sujeito para lidar com demandas internas ou externas de determinado evento estressante.

Esse instrumento foi traduzido, adaptado e validado para o português por Savóia, Santana e Mejias (2000). Objetivando verificar a validade, confiabilidade e adequabilidade para a realidade brasileira, Savóia, Santana e Mejias concluíram ser necessária a reorganização dos itens, mantendo, no entanto, os oito fatores classificatórios propostos por Lazarus e Folkman (1984).

Cada item do instrumento oferece quatro opções de resposta, com valores variáveis do zero a três, usando a escala tipo Likert. Nesta escala, o zero é utilizado para identificar o "*não uso da estratégia*", o número um para "*usei um pouc*o", o número dois para "*usei bastante*", e o número três para "*usei em grande quantidade*".

- O Inventário de Sintomas de stress para Adultos de Lipp – ISSL. (Anexo F)

Este instrumento, construído e validado por Lipp (2000), relaciona sintomas somáticos e psíquicos apresentados em um mesmo questionário. Ele permite um levantamento da sintomatologia, tipo e intensidade do stress presente. Permite ainda a obtenção de indicação da fase de *stress* em que o sujeito se encontra: alerta, resistência quase-exaustão e exaustão, incluindo, além disso, a categoria "sem *stress*", bem como a determinação do tipo de sintomas predominantes, físicos e (ou) psicológicos em três condições temporais: nas últimas 24 horas, na última semana e no último mês.

A avaliação dos resultados se faz por meio da utilização de tabelas que transformam os dados brutos em percentuais, o que facilita a análise dos dados obtidos.

- Questionário para Avaliação dos Estressores Diários elaborado pela autora deste estudo (Anexo - G).

Este instrumento foi elaborado pela pesquisadora em função dos objetivos da pesquisa. Consta de duas partes: a primeira é composta por situações relativas à

atuação cotidiana do formador na casa de formação; a segunda apresenta questões abertas por meio das quais os padres formadores podem fazer uma avaliação individual e subjetiva sobre o *stress* por eles percebido no ambiente formativo em que exercem seu papel de formadores.

2. 3 Fases operacionais da coleta dos dados

Os trabalhos de coleta dos dados se deram em duas fases bem distintas, embora conectadas entre si. Essas duas fases têm origem na maneira como a pesquisa se desenvolveu. A Fase "A" da coleta corresponde ao momento em que a pesquisadora ainda tinha em mente trabalhar com os presbíteros em geral enquanto cuidadores[19]. Visava estabelecer os primeiros contatos diretos com a população-alvo através da aplicação dos instrumentos da pesquisa para testar sua aplicabilidade. Com esse material foram feitas as primeiras análises fatoriais que comprovaram a validade dos instrumentos quando aplicados a membros do clero católico. Nessa fase os sujeitos da amostra foram surgindo de forma casual dada a precariedade de recursos da pesquisadora. Confirmou-se com isso a extrema dificuldade de se chegar de maneira estatisticamente válida ao conjunto dos padres do Brasil. Só na Fase "B" foi possível se afunilar a amostragem apenas dos padres que atuam na formação em seminários católicos do Brasil, com o que se logrou chegar a uma amostragem representativa, mesmo que não tecnicamente ideal dos sujeitos da pesquisa.

FASE A

Esta fase pode ser dividida em cinco momentos que correspondem a datas e locais diferentes, por ocasião de encontros de natureza diversa nos quais o Instituto ITA e a própria pesquisadora estavam de alguma maneira envolvidos.

O primeiro desses encontros aconteceu em 2005, contando com a assessoria de um colega e profissional do ITA que estava a par de meu projeto de pesquisa. O

[19] Também com os dados colhidos nesta Fase A (com padres em geral) foi feita uma análise fatorial. Os resultados desta não serão nem apresentados nem comentados aqui, mas serviram como primeira indicação para a autora da pesquisa no que se refere à validade dos instrumentos utilizados quando aplicados a membros do clero católico. Poderia ser feita uma comparação entre os resultados dessa primeira análise fatorial e a segunda (a que será efetivamente discutida na tese), mas isso levaria a prolongar demasiado a discussão. Basta dizer que há uma identidade de base entre uma e outra análise fatorial.

encontro, voltado para uma temática psicológica, reunia padres de dioceses do estado da Bahia. Dele participaram 60 presbíteros. Por ser o encontro assessorado por um membro do ITA, previamente treinado para tanto, optou-se pela aplicação coletiva dos questionários, sendo esta realizada no próprio local onde acontecia o evento e ainda durante a sua realização.

Foram usados dois instrumentos de aferição do *stress* e do *burnout*. Quando da aplicação dos instrumentos, optou-se por incluir na amostra todos os participantes do encontro, sendo, assim, distribuídos 60 questionários sobre s*tress* e 60 questionários sobre *burnout*. Dos questionários distribuídos retornaram: do *stress,* 41 devidamente preenchidos, 08 incompletos e 01 em branco, e 10 não retornaram. Dos inventários sobre o *burnout*, 50 voltaram devidamente preenchidos, 06 incompletos e 04 em branco. Para o estudo propriamente dito foram usados somente os questionários respondidos pelos que eram padres.

O segundo encontro aconteceu também em 2005, em uma diocese do Estado de São Paulo, na qual a autora assessorou um encontro para o clero. O tema tratado incluía a questão do *stress* pastoral. Participavam dele 28 presbíteros, dos quais poucos atuavam na formação. Todos foram convidados a responder não só aos dois inventários de Maslach e Lipp, como também ao Inventário de Estratégias de Coping de Lazarus e Folkman. Todos os 28 conjuntos relativos ao *stress*: e ao *burnout* retornaram devidamente preenchidos; dos relativos ao *coping*, 25 estavam devidamente preenchidos e 3 em branco.

O terceiro encontro aconteceu em São Paulo, em maio de 2006, por ocasião da XXª. Assembléia Regional da OSIB (Organização dos Seminários e Institutos do Brasil – Sul 1) do Regional Sul I da CNBB. Todos os participantes trabalhavam no campo da formação. Eram cerca de 100 pessoas entre padres e diáconos. A autora era uma das assessoras desse encontro, juntamente com outros membros do Instituto Acolher-ITA. Isto permitiu o estabelecimento de um contato pessoal direto com os formadores presentes, facilitando a aplicação dos instrumentos aos cerca de 100 participantes presentes. As explicações gerais alusivas aos objetivos da pesquisa e as instruções de preenchimento foram feitas pela autora a um só tempo. Em virtude da extensão do trabalho a ser feito, permitiu-se que as folhas de respostas fossem levadas pelos que não lograram responder a todos os formulários. Não ocorreram problemas na devolução do material. Dos questionários sobre o

stress: 89 voltaram devidamente preenchidos, 10 incompletos e 02 em branco; sobre o *burnout:* 89 devidamente preenchidos, 05 incompletos, 06 em branco; sobre o *coping*, 81 foram devidamente preenchidos, 14 estavam incompletos e 05 em branco.

O quarto encontro ocorreu em Itaici, em Indaiatuba - São Paulo, em julho de 2006. Esse encontro aconteceu em âmbito nacional. Dele participaram mais ou menos 400 presbíteros provenientes de quase todas as dioceses do Brasil. Para a aplicação dos instrumentos, a autora solicitou dos organizadores do evento autorização para ocupar uma parte do encontro com a aplicação dos questionários. Obtida a autorização, ela própria expôs sumariamente aos padres os objetivos da pesquisa, solicitando sua participação voluntária, por se tratar de um tema do interesse de todos. A aplicação dos instrumentos foi coletiva, dando-se no próprio local das atividades. Foram distribuídos aleatoriamente 145 questionários sobre o *stress*, 135 sobre o *burnout* e 120 sobre o c*oping*. Retornaram: do *stress,* 81 devidamente preenchidos, 12 incompletos e 7 em branco, e 45 não retornaram; do *burnout*, retornaram 90 devidamente preenchidos, 5 incompletos, 15 em branco e 25 não retornaram; sobre o *coping*: 79 devidamente preenchidos, 11 incompletos ,8 em branco e 22 não retornaram.

O quinto se deu de forma premeditada e em condições peculiares. Surgiu da necessidade sentida pela pesquisadora de um conhecimento mais minucioso dos aspectos pessoais dos sujeitos, uma vez que a leitura dos resultados até então obtidos parecia não chegar à realidade concretamente experimentada pelos formadores em seus lugares de trabalho. O desejo de imergir no mundo dos formadores motivou a autora a criar um novo questionário, especificamente orientado para a realidade do padre formador. Todos os 18 itens desse questionário foram levantados a partir de falas escutadas pela pesquisadora durante encontros, assessorias e conversas tanto individuais quanto grupais. Elaborou-se, assim, um instrumento destinado à verificação de situações estressantes típicas dos ambientes seminarísticos. O questionário, que serviu também como roteiro para entrevistas e conversas, consta de duas partes. Uma delas contém dados de identificação; outra se refere a situações do cotidiano do formador na casa de formação. Tem como objetivo descrever o perfil dos formadores de maneira a caracterizar essa população que àquela altura já havia sido decidida que seria o objeto da pesquisa. Dessa parte

constam os seguintes dados: ano de nascimento, função, cargo específico, tempo de trabalho na formação.

Na segunda parte foram acrescentadas algumas questões abertas que visavam ajudar os formadores a fazerem uma avaliação subjetiva mais pessoal dos estressores que percebem em seu ambiente de trabalho.

O instrumento é constituído por 18 itens supostamente causadores de *stress* em formadores. Os entrevistados são convidados a avaliar o efeito de cada um desses itens sobre eles próprios, classificando-os em uma escala de 01 a 03. Nessa escala, o número 01 equivale a “muitíssimo”, o número 02 a “muito” e o número 03 a “pouco”.

A aplicação do instrumento aconteceu no mês de julho de 2007, em Taubaté – SP, durante a realização do Curso de Especialização para 50 Formadores de Seminários e Casas de Formação, organizado em parceria com OSIB SUL I e a Faculdade Dehoniana. A assessoria de parte dessa etapa era de responsabilidade do Instituto Acolher – ITA. Portanto, a realização da coleta de dados foi utilizada em uma parte do tempo do curso em comum acordo com os seus organizadores.

Em conversa informal com todo o grupo, foi pedido que cada formador pensasse em como costumava agir em situações comuns no seu dia-a-dia de trabalho, a fim de marcar a resposta mais conveniente em cada item.

O questionário foi distribuído e aplicado pela autora em todos os participantes. De início todos os formadores livremente concordaram e se prontificaram para responder ao instrumento. Não ocorreram problemas com a sua devolução. Foram devolvidos 30 questionários devidamente preenchidos, 15 incompletos, 5 em branco.

FASE B

Como já foi mencionado inicialmente, nosso projeto inicial apresentava como foco os presbíteros, diocesanos ou religiosos, inseridos em pastorais. Entretanto, inúmeras foram as dificuldades registradas ao longo da coleta de dados, devido à diversidade e ao acúmulo de atividades pastorais assumidas pelo presbítero no contexto eclesial da Igreja hoje.

Portanto, privilegiou-se para a realização do presente estudo a população dos padres diocesanos e religiosos formadores que estavam trabalhando em casas de

formação, por ser um grupo mais homogêneo e pelo contato direto nos encontros de reflexão para psicólogos e formadores desenvolvidos pelo Instituto Acolher – ITA.

O procedimento utilizado para a inclusão dos sujeitos, ou seja, o estar trabalhando na formação, forneceu ainda a possibilidade de a reflexão efetuar-se sobre os resultados obtidos de padres formadores que versavam sobre o cotidiano de suas práticas profissionais, experiências comuns, de homens comuns com uma missão diferenciada na sociedade, mas que para esse ministério devem “ser escolhidos sacerdotes de vida exemplar e na posse de diversas qualidades: "maturidade humana e espiritual, experiência pastoral, competência profissional, estabilidade na própria vocação, capacidade de colaboração, preparação doutrinal nas ciências humanas (especialmente em psicologia) adequada ao cargo e o conhecimento dos modos de trabalhar em grupo" (João Paulo II, Pastores *dabo vobis*, nº. 66).

Embora tenha havido grande empenho na busca de presbíteros, não foi possível conseguir um número maior de sujeitos que preenchesse o critério para inclusão no estudo, o de estar trabalhando na casa de formação, o que causou o encerramento da coleta com 103 padres formadores, 103 padres formadores, sendo 78 padres diocesanos e 25 religiosos padres. Todos os sujeitos responderam aos três instrumentos da pesquisa, ou seja, o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL, o Inventário de *Burnout* - *Maslach Burnout Inventory* – MBI e o Inventário de Estratégias de *Coping*, de Lazarus e Folkman.

A coleta de dados através de um novo questionário mais específico para a realidade do padre formador, portanto, um grupo com um jeito semelhante quanto ao modo de exercer o ministério presbiteral, trouxe aproximações de um coletivo, pois representam o grupo a que pertencem. O que ele relata, como relata, são expressões do conjunto de experiências vividas pelo sujeito, intimamente relacionadas ao grupo do qual fazem parte. Experiências estas sempre situadas histórica e socialmente.

O Questionário de Levantamento de Atividades Diárias elaborado pela autora foi aplicado somente para os padres formadores. Tal procedimento acrescentou uma grande riqueza aos dados qualitativos, assim como uma grande interação entre os entrevistados e a entrevistadora. Cumpriu sua função que era a de mapear com maior exatidão as circunstâncias causadoras do *stress* dos padres formadores.

Algumas anotações foram feitas no decorrer da conversa informal e coletiva pela autora, como modo de complementar as informações fornecidas pelos respondentes. Nesse contexto, sentiu-se a necessidade de registrar alguns comentários e sentimentos internalizados por eles.

Os dados coletados foram registrados no próprio instrumento, utilizado como roteiro, o que facilitou a organização, a quantificação e a análise ou interpretação deles.

A partir da organização dos dados através dos diferentes instrumentos, realizou-se um estudo entre os fatores do *stress* do padre formador na casa de formação e os mecanismos de *coping* mais utilizados por eles.

As situações consideradas estressantes pelos padres formadores e vivenciadas no trabalho também foram analisadas comparativamente.

Os resultados foram verificados estatisticamente como significativos, relacionando-os com os escores obtidos pelo levantamento das atividades diárias; também se realizou uma relação de significância entre a caracterização da população, *stress*, *burnout* e *coping.*

O desenvolvimento da coleta de dados em duas fases foi importante pela necessidade da validação dos instrumentos de s*tress*, b*urnout* e c*oping* usados com os sujeitos desta pesquisa. Vale ressaltar que na fase A os instrumentos foram aplicados para o clero católico em geral e, depois, em uma segunda fase B, para os padres formadores. A primeira fase A garantiu melhor a validade da fase B. Com as duas fases, foi possível avaliar a confiabilidade das três escalas usadas para o grupo de 103 padres formadores que foram analisados segundo os objetivos e hipóteses da pesquisa, segundo o quadro teórico que se refere ao *stress*, *burnout* e *coping*, em especial na linha teórica dos autores/as que construíram estes instrumentos.

2. 4 Detalhamento do conteúdo dos instrumentos usados

2. 4. 1 Inventário de Maslach Burnout Inventory

Para a apresentação e a análise dos dados obtidos através do Maslach Burnout Inventory, foram respeitadas as três dimensões fatoriais que tornaram famoso esse instrumento, tornando-o de utilidade para várias finalidades, inclusive para o diagnóstico e acompanhamento dos casos. Os três fatores que Maslach individuou em seu Inventário receberam dessa autora nomes que mostram o seu conteúdo psicológico essencial. São eles: exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal.

- **Fator 1:** *Exaustão emocional.* É um fator definido de modo bastante preciso através de oito itens. Da sua mera leitura, é fácil perceber que eles se referem aos sentimentos de uma pessoa emocionalmente exausta devido ao trabalho. Os itens com maior saturação expressam evidentemente de maneira mais clara o conteúdo do sentimento auto-perceptivo em questão.

- Sinto-me emocionalmente esgotado pelo meu trabalho. (01) [20]
- Sinto-me consumido no fim do meu dia de trabalho. (02)
- Sinto-me cansado ao me levantar de manhã e tenho que enfrentar outro dia de trabalho. (03)
- Trabalhar com pessoas o dia todo me deixa muito “pesado”. (06)
- Sinto-me arrebentado por causa do meu trabalho. (08)
- Sinto-me frustrado no meu trabalho. (13)
- Sinto que estou trabalhando demais. (14)
- Sinto-me estressado depois de ter trabalhado diretamente com os meus formandos. (16)
- Sinto que me encontro no limite das minhas forças. (20)
- Crio facilmente um ambiente onde os formandos se sentem à vontade. (17)

[20] O número entre parênteses corresponde ao número do item na escala original de Maslach.

- **Fator 2:** *Despersonalização.* Uma dimensão que o Inventário colhe através de cinco itens que indicam atitudes e respostas impessoais e distantes dos cuidadores em relação aos que buscam seus serviços e cuidados profissionais. Como no fator anterior, os profissionais com pontuações altas nesses itens apresentam graus elevados de relacionamentos despersonalizados com os clientes, o que dá um colorido próprio à maneira como vivenciam o stress ocupacional.
- Sinto que estou tratando alguns formandos como se fossem "objetos" impessoais. (05)
- Desde que comecei a trabalhar aqui fiquei mais insensível com as pessoas. (10)
- Tenho medo de que este trabalho me deixe insensível emocionalmente. (11)
- Não me importo verdadeiramente com o que acontece com alguns formandos. (15)
- Parece-me que os formandos me culpam por alguns de seus problemas. (22)

- **Fator 3**. *Realização profissional. O fator é* composto por nove itens. Descrevem os sentimentos de competência e êxito no trabalho e a capacidade de interagir com as outras pessoas.
- Posso compreender facilmente os problemas de meus formandos. (04)
- Enfrento eficientemente os problemas dos meus formandos. (07)
- Acredito que estou influenciando positivamente as vidas de outras pessoas, através do meu trabalho. (09)
- Sinto-me cheio de energia. (12)
- Crio facilmente um ambiente onde os formandos se sentem à vontade. (17)
- Sinto-me alegre de ter trabalhado em contato direto com meus formandos. (18)
- Acredito que tenho realizado muitas coisas valiosas no meu trabalho. (19)
- No meu trabalho consigo lidar com bastante calma com os problemas emocionais. (21)

Na versão original americana, a consistência interna das três dimensões do inventário é satisfatória, pois apresenta um alpha de Cronbach que vai de 0.71 até

0,90 e os coeficientes de teste e reteste vão de 0.60 a 0.80 em períodos de até um mês (MASLACH e JACKSON, 1986).

É indispensável fazer menção a uma importante observação de Gil-Monte e Peiró (1997). Mesmo concebendo que cada fator pode ser estatisticamente visto e interpretado como uma grandeza autônoma, os autores salientam que no caso do MBI é importante que os três fatores sejam vistos em seu conjunto a modo de um construto tridimensional, ou seja, as três dimensões devem ser consideradas em seu todo e o *stress* que ela colhe pode e deve ser visto como uma síndrome.

2. 4. 2 Inventário de Estratégias de coping, de Folkman e Lazarus

A apresentação e a análise que faço dos dados obtidos através do Inventário de Estratégias de *coping* de Folkman e Lazarus respeitam os oito fatores encontrados e confirmados por seus dois autores (LAZARUS E FOLKMAN 1984). Contudo, seguindo a reorganização dos itens que compõem cada fator, proposta por Savóia, Santana e Mejias (1996), através da validação fatorial do Inventário para o Brasil, considero a seguinte composição dos fatores, mantendo as significativas designações que Lazarus e Folkman deram a cada um deles:

- **Fator 1:** *Confronto* (composto por seis itens):
- Descontei minha raiva em outra (s) pessoa (s). (47)
- Mostrei a raiva para as pessoas que causaram o problema. (17)
- Procurei fugir das pessoas em geral. (40)
- Enfrentei, como um grande desafio fiz algo muito arriscado. (34)
- Tentei encontrar a pessoa responsável para mudar suas idéias. (07)
- De alguma forma extravasei os meus sentimentos. (28)

- **Fator 2:** *Afastamento* (composto por sete itens):
- Não me deixei impressionar, recusava-me a pensar muito sobre esta situação. (41)
- Fiz como se nada tivesse acontecido. (13)
- Minimizei a situação me recusando a preocupar-me seriamente com ela. (44)
- Procurei esquecer a situação desagradável. (21)

- Fiz alguma coisa que acreditava não dar resultados, mas ao menos estava fazendo alguma coisa. (06)
- Dormi mais que o normal. (16)
- Tentei não fazer nada que fosse irreversível, procurando deixar outras opções. (10)

- **Fator 3:** *Autocontrole* (composto por cinco itens):
- Procurei encontrar o lado bom da situação. (15)
- Procurei guardar para mim mesmo os meus sentimentos. (14)
- Não deixei que os outros soubessem da verdadeira situação. (43)
- Procurei não deixar que meus sentimentos interferissem muito nas outras coisas que eu estava fazendo. (54)
- Procurei não fazer nada apressadamente, ou seguir o meu primeiro impulso. (35)

- **Fator 4:** *Suporte social* (composto por seis itens):
- Procurei um amigo ou parente para pedir conselhos. (42)
- Falei com alguém sobre como estava me sentindo. (45)
- Conversei com outra (s) pessoa (s) sobre o problema, procurando mais dados sobre a situação. (08)
- Falei com alguém que poderia fazer alguma coisa concreta sobre o problema. (31)
- Aceitei a simpatia e a compreensão das pessoas. (18)
- Procurei ajuda profissional. (22)

- **Fator 5:** *Aceitação de responsabilidade* (composto por sete itens):
- Prometi a mim mesmo que as coisas serão diferentes da próxima vez. (51)
- Critiquei-me, repreendi-me. (09)
- Encontrei algumas soluções diferentes para o problema. (52)
- Compreendi que o problema foi provocado por mim. (29)
- Busquei, nas experiências passadas, uma situação similar. (48)
- Desculpei ou fiz alguma coisa para repor os danos. (25)
- Analisei mentalmente o que fazer e o que dizer. (62)

- **Fator 6:** *Fuga e esquiva* (composto por dois itens):
- Desejei que a situação acabasse ou que de alguma forma desaparecesse. (58)
- Tinha fantasias de como as coisas iriam acontecer, como se encaminhariam. (59)

- **Fator 7:** *Resolução de problemas* (composto por quatro itens):
- Eu sabia o que deveria ser feito, portanto dobrei meus esforços para fazer o que fosse necessário. (49)
- Fiz um plano de ação e o segui. (26)
- Recusei recuar e batalhei pelo que eu queria. (46)
- Concentrei-me no que deveria ser feito em seguida, no próximo passo. (01)

- **Fator 8:** *Reavaliação positiva* (composto por nove itens):
- Redescobri o que é importante na vida. (38)
- Mudei alguma coisa em mim, modifiquei-me de alguma forma. (56)
- Rezei. (60)
- Sai da experiência melhor do que eu esperava. (30)
- Modifiquei aspectos da situação para que tudo desse certo no final. (39)
- Inspirou-me a fazer algo criativo. (20)
- Encontrei novas crenças. (36)
- Pensei em urna pessoa que admiro e a tomei como modelo. (63)
- Mudei ou cresci como pessoa de uma maneira positiva. (23)

Com o objetivo de facilitar a análise dos dados obtidos com este inventário em sua aplicação aos sujeitos da pesquisa, efetuou-se a soma dos escores atribuídos a cada um dos itens de um mesmo fator e dividiu-se pelo número total de itens, identificando, assim, as maneiras mais usadas pelos padres formadores para lidar com o *stress*.

2. 4. 3 Inventário de Sintomas de Stress para Adultos - ISSL de Lipp

Para a apresentação e a análise dos dados obtidos, através do *Inventário de Sintomas de Stress para Adultos – ISSL, de Lipp,* foram respeitados os três quadros referentes às fases do stress assim como a autora os compôs. O primeiro desses quadros elenca 15 itens referentes aos sintomas físicos e psicológicos presentes nas últimas 24 horas; o segundo reúne os 15 itens referentes a sintomas físicos e psicológicos ocorridos na última semana e o terceiro, os 23 itens que identificam os sintomas ocorridos no último mês.

O alpha de Cronbach encontrado no ISSL foi de 0. 9121. Porém, convém ressaltar que vários itens que compõem o ISSL tiveram uma carga fatorial abaixo de 0.40, índice recomendado para a utilização em instrumentos psicométricos (PASQUALI, 1997).

- **Quadro 1** Composto por quinze itens realiza o levantamento dos sintomas físicos e psicológicos experimentados nas últimas 24 horas;

- Mão e pés frios. (01)
- Boca seca. (02)
- Nó no estomago (03)
- Aumento de sudorese (suadeira). (04)
- Tensão muscular. (05)
- Aperto da mandíbula/ranger dentes. (06)
- Diarréia passageira. (07)
- Insônia (dificuldade de dormir). (08)
- Taquicardia (batedeira no peito). (09)
- Hiperventilação (Respirar ofegante, rápido). (10)
- Hipertensão arterial súbita e passageira. (11)
- Mudança de apetite. (12)
- Aumento súbito de motivação. (13)
- Entusiasmo súbito. (14)
- Vontade súbita de iniciar novos projetos. (15)

- **Quadro 2** Composto por quinze itens realiza o levantamento dos sintomas físicos e psicológicos experimentados na última semana;

- Problemas com a memória. (01)
- Mal-estar generalizado, sem causa especifica. (02)
- Formigamento nas extremidades. (03)
- Sensação de desgaste físico constante. (04)
- Mudança de apetite. (05)
- Aparecimento de problemas dermatológicos (problemas de pele). (06)
- Hipertensão arterial (pressão alta). (07)
- Cansaço constante. (08)
- Aparecimento de úlcera. (09)
- Tontura/sensação de estar flutuando. (10)
- Sensibilidade emotiva excessiva (estar muito nervoso). (11)
- Dúvida quanto a si próprio. (12)
- Pensar constantemente em um só assunto. (13)
- Irritabilidade excessiva. (14)
- Diminuição da libido (sem vontade de sexo). (15)

- **Quadro 3.** Composto por vinte e três, itens realiza o levantamento dos sintomas físicos e psicológicos experimentados no último mês, e dos sintomas mais significativos do *stress* na fase da exaustão.

- Problemas com a memória. (01)
- Dificuldades sexuais. (02)
- Insônia. (03)
- Náusea. (04)
- Tiques. (05)
- 06. Hipertensão arterial continuada. (06)
- Problemas dermatológicos prolongados. (07)
- Mudança extrema de apetite. (08)
- Excesso de gases. (09)
- Tontura freqüente. (10)
- Úlcera. (11)

- Enfarte. (12)
- Impossibilidade de trabalhar. (13)
- Pesadelos. (14)
- Sensação de incompetência em todas as áreas. (15)
- Vontade de fugir de tudo. (16)
- Apatia, depressão ou raiva prolongada. (17)
- Cansaço excessivo. (18)
- Pensar/falar constantemente em um só assunto. (19)
- Irritabilidade sem causa aparente. (20)
- Angústia/ansiedade diária. (21)
- Hipersensibilidade emotiva. (22)
- Perda do senso de humor. (23)

O Inventário de Lipp é útil para a localização da fase e da intensidade do *stress* em que a pessoa se encontra. Lipp, com base em seus estudos, julga possível individuar quatro fases, sendo que o processo pode estar em qualquer um destes níveis, podendo ou não ir adiante. Sem dúvida uma indicação diagnóstica importante (LIPP, 2000).

A fase de alerta

A fase de resistência,

A fase de quase-exaustão

A fase de exaustão.

2. 4. 4 Instrumento de levantamento dos estressores diários elaborado pela autora deste estudo.

O instrumento é formado por duas partes: a primeira com 18 itens específicos indaga sobre a atuação do formador, ao passo que a segunda contém questões abertas que permitem ao respondente expressar melhor o que é dele próprio.

Os resultados obtidos através desse instrumento não foram submetidos à análise fatorial por razões técnicas e em função de seus objetivos. Estatisticamente

os resultados foram verificados através das médias de cada item e média de domínio. Naturalmente estes dados se prestaram mais facilmente a uma análise qualitativa.

Os itens que compõem este questionário são os seguintes:

- A sobrecarga de atividades burocráticas e de trabalho. (01)
- A comunicação com os superiores e/ou responsáveis pela formação. (02)
- A elaboração da rotina das atividades diárias. (03)
- O ambiente de trabalho na casa formativa. (04)
- O planejamento de cuidados a serem prestados aos formandos. (05)
- O acompanhamento personalizado a cada formando. (06)
- O seguimento dos formandos durante a etapa formativa. (07)
- A avaliação dos cuidados aos formandos. (08)
- A delegação de tarefas para outros membros da equipe formativa. (09)
- Manter as condições necessárias para o bom funcionamento da casa. (10)
- Definições de atividades de cada formando. (11)
- A oportunidade para discutir as experiências, tanto positivas quanto negativas do cotidiano. (12)
- A evolução do planejamento de cuidados para com os formandos. (13)
- O encaminhamento do formando para sua casa. (14)
- O relacionamento com os familiares dos formandos durante a etapa formativa. (15)
- O relacionamento com a equipe formativa. (16)
- O planejamento de cuidados para consigo mesmo. (17)
- O planejamento de tempo para o cultivo de sua espiritualidade. (18)

No que diz respeito à apresentação e análise das questões abertas, que constam do instrumento de levantamento de atividades diárias, as respostas foram agrupadas e identificadas como áreas distintas de *stress*, conforme as informações fornecidas pelos próprios respondentes, o que deu à leitura dos dados uma ênfase no diferencial qualitativo das respostas. Com essa finalidade se perguntava:

1. Você se sente estressado no seu trabalho como formador? Sim. Por quê?

Não. Por quê?

2. O que você faz para não se sentir estressado?

2. 5 As técnicas estatísticas adotadas

Os dados obtidos foram organizados e armazenados em uma planilha eletrônica, do programa *EXCEL* (*Windows XP* 2000) e posteriormente, analisados com o auxílio do programa SPSS (*Statistical Package for the Social Science* 12.0) for *Windows*, *Word* e *Excel* (*Office WXP* 2000) sob a supervisão de um profissional do *PGS Medical Statistics*[21] especialista na utilização desses recursos.

As respostas aos instrumentos do estudo (Inventário de Sintomas de *stress* para Adultos de Lipp – ISSL; *Maslach de Burnout Inventory – MBI* - Escala de Coping – Adaptação e Inventário de Coping) foram condensadas em tabelas descritivas desde as categorias de ano de nascimento, função, cargo específico e tempo de trabalho de formação.

Para análise dos resultados, foram utilizados testes não paramétricos, levando-se em conta a natureza das distribuições a variabilidade das medidas efetuadas, uma vez que os valores individuais são originários uma mesma escala (variáveis qualitativas). Foram ainda computadas estatísticas descritivas (tendência central e dispersão), assim como efetuados os cálculos do *Alpha de Cronbach*, um dos indicadores psicométricos mais utilizados para verificar a fidedignidade e consistência estatística interna do instrumento. Quanto mais próximo o indicador estiver do número um (1) melhor será sua precisão.

[21] Fundada em 1981, a PGS/Medical Statistics atua no mercado brasileiro e internacional há mais de 25 anos, atendendo clientes na área da pesquisa clínica.

Nota: Mencionou-se que antes da pesquisa propriamente dita foi realizada uma sondagem preliminar com um grupo mais amplo de presbíteros de vários estados do Brasil. O material coletado foi submetido a uma análise fatorial que substancialmente aponta para os mesmos fatores encontrados na amostragem constituída pelos presbíteros formadores. Por razões de economia não apresento aqui o confronto entre as duas amostragens. Tudo indica porém que a problemática de fundo e os estressores presentes nas duas amostragens correspondam aos mesmos fatores atuantes nos dois grupos.

Isso significa que os itens são homogêneos em sua mensuração e produzem a mesma variância (Pasquali, 1997), caracterizando uma segurança para a medida do fenômeno que se quer avaliar.

Na análise dos dados, usou-se a distribuição de freqüências, com números absolutos e percentuais para a caracterização da população estudada. Na análise de correlações e comparações de variáveis, para verificação de grupos de variáveis, foram vários testes.

O teste qui-quadrado (teste da razão de verossimilhanças, ou teste de Fisher generalizado, com tabelas contendo valores inferiores a 5 unidades) foi usado preliminarmente para verificar a existência de associação entre as respostas. O teste qui-quadrado, permite fazer um estudo relacional entre variáveis, ou seja, determinar o tipo de relação existente entre elas: dependente ou independente. Esse teste é empregado para fazer comparações entre freqüências.

O nível de significância utilizado para testar a associação foi de 5% ($\alpha = 0,05$). A associação significativa indica se a associação entre a presença ou não de stress e cada variável é ou não estatisticamente significante ou significativa (é significativa se o nível de significância calculado para a variável for menor que 0.05, e, não, se for maior).

Foi realizada, como instrumento mais refinado, a análise fatorial para o questionário de coping, sendo calculadas as porcentagens de variação explicadas por cada fator, dos casos com 66 itens. Para avaliar a homogeneidade entre as questões envolvidas em cada fator de cada instrumento, foram calculados os coeficientes de alfas de Cronbach.

O método para extração de fatores foi o dos componentes principais, sem rotação ortogonal. Os fatores encontrados a partir da distribuição de seus componentes e de seus autovalores (*eigenvalue* ≥ 1, 000) mostram a proporção da variância que cada fator é capaz de reter. A soma dos autovalores é igual ao número de variáveis na análise. Cada fator que tem um autovalor acima de 1 permite identificar uma distribuição fatorial bem delimitada.

Níveis descritivos (p) inferiores a 5% foram considerados significantes.

Outro recurso estatístico foi o dos coeficientes de correlações de Spearman. Este é normalmente denominado pela letra grega ρ (rho), é uma medida de

correlação não-paramétrica - Isto é, ele avalia uma função monótona arbitrária que pode ser a descrição da relação entre duas variáveis, sem fazer nenhuma suposiçao sobre a distribuição de frequências das variáveis. Ao contrário do coeficiente de correlação de Pearson não requer a suposição que a relação entre as variáveis seja linear, nem que as variáveis sejam medidas em intervalos de classe, podendo, assim, ser usado para as variáveis medidas no nível ordinal.

Esses recursos estatísticos foram utilizados, para estabelecer a validação das escalas: Inventário de *Maslach Burnout Inventory Burnout* (*Maslach*), Estratégias de *Coping* de Folkman e Lazarus *Coping* e Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp - ISSS (Lipp). Também foram empregados na correlação entre os fatores de *coping* e os *burnout* e *stress* com nível de significância de 5%.

Com o até aqui exposto, podemos passar ao Capítulo 3, no qual serão apresentados os resultados encontrados nas respostas dadas pelos 103 respondentes da pesquisa.

"Andar alguns passos, a cada dia na direção traçada é tão importante como debater o rumo e questionar se caminhamos nele."

Danilo Gandin

CAPÍTULO 3
DADOS ENCONTRADOS

O terceiro capítulo corresponde à apresentação dos dados encontrados como resultado das respostas dos 103 sujeitos da pesquisa a questões propostas nos três questionários usados. Com a finalidade de proporcionar uma melhor visualização e compreensão dos muitos dados obtidos, a apresentação dos resultados será realizada por tópicos referentes na seqüência à/aos:

3. 1. Avaliação da confiabilidade e consistência interna dos 3 instrumentos.

3. 2. Caracterização da amostragem estudada

3. 3. Dados relativos aos níveis de *stress* e *burnout*

3.3.1. Níveis de *stress*

3.3.2. Índices de prevalência nos fatores para a síndrome de *Burnout*

3. 4. Dados relativos às estratégias de *coping* encontradas na amostragem.

3. 5. Correlações encontradas entre os instrumentos utilizados

3. 1 Avaliação da confiabilidade da consistência interna dos 3 instrumentos.

Visando responder aos objetivos desta pesquisa, um cuidado inicial é o de verificar a validade dos três instrumentos usados no caso específico dos sujeitos de nosso estudo. Trata-se de ver se os inventários (*Inventário de Maslach de Burnout*, Inventário de Sintomas de *stress* para Adultos de Lipp. (ISSL), e Inventário de Estratégias de *Coping* de Folkman e Lazarus) valem ou não para os padres formadores. A pergunta a ser feita é a seguinte: aplicados aos formadores, esses Inventários acusarão a mesma distribuição fatorial encontrada por seus criadores e por inúmeras pesquisas realizadas a partir desses instrumentos? Para tanto, conforme os procedimentos e critérios explicitados no item 2.5 do capítulo 2, as

respostas a cada um dos três Inventários foram submetidas a uma nova análise fatorial.

3. 1. 1 Avaliação da confiabilidade do instrumento de Cristina Maslach

Para a realização da análise fatorial, incluímos os 22 itens que compõem o MBI, que se encontram descritos na matriz estrutural. Aceitando-se que, de acordo com manual do MBI, os fatores são independestes entre si (MASLACH, JACKSON e LEITER, 1981), foi utilizado o método de extração de fatores usando componentes principais, sem rotação. Os três fatores encontrados a partir da distribuição de seus componentes e de seus autovalores (*eigenvalue* ≥ 1, 000) nos permitiram identificar uma distribuição fatorial bem delimitada tanto em termos de proximidade dos itens na análise quanto em termos de aderência à teoria.

Tabela – III,1 - Coeficiente de fidedignidade alphas para os fatores da escala *burnout*.

Para os fatores	Itens	n	Alpha de Cronbach
Para os itens		22	0.749
1. Exaustão Emocional (EE)	01-02-03-06-08-13-14-16-20	09	0.865
2. Despersonalização (D)	05-10-11-15-22	05	0.688
3. Realização Profissional (RP)	04-07-09-12-17-18-19-21	08	0.788

O teste de fidedignidade avaliado, neste estudo, constatou que o alpha de Cronbach foi adequado para a realização pessoal no trabalho (alpha = 0.788), para exaustão emocional (alpha = 0.865), e alcançou um valor moderado para despersonalização (alpha = 0.688), o que possibilita a criação de um índice a partir da média dos escores atribuídos aos itens pertencentes a essas subescalas.

De acordo com Lautert (1995), a subescala de despersonalização possui fidedignidade mais baixa nas diferentes investigações, exceto quando aplicada em norte-americanos, no idioma original em que ela foi elaborada. Quanto à fidedignidade da subescala de realização profissional, esta se apresenta mais alta em outros idiomas do que no original, resultado confirmado pelo índice obtido neste estudo (Tabela III,2).

Os resultados permitem concluir que o MBI apresenta suficiente validação fatorial e a consistência interna de suas escalas é aceitável para avaliar o nível de *burnout* nos padres formadores.

Pelos dados apresentados, evidencia-se que todos os valores do coeficiente de Cronbach possuem um peso fatorial superiores ao alpha =0.40. Esta evidencia é suficiente para admitir uma boa consistência interna, portanto satisfatória para o instrumento, conforme propõe (PASQUALI, 1997).

Tabela – III,2 - MBI - Teste alpha de Cronbach. comparação transcultural

Subescalas – itens		Espanha	Holanda	EUA	Portugal	NEPASB*	Neste estudo
EE	9	0.89	0.90	0.90	0.82	0.84	0.865
RP	8	0.80	0.82	0.71	0.94	0.76	0.788
DE	5	0.63	0.66	0.79	0.67	0.57	0.688

Nota: EE: Exaustão Emocional; DE: Despersonalização; RP: Realização Profissional.

Fonte: Correia (1997) p. 6; Benevides-Pereira, A.M.T. (2002), p.77.
***** Atualmente Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Estresse e Burnout, (GEPEB) Maringá/PR

Ainda na Tabela III, 2 verifica-se que os níveis de *burnout* diferem de cultura para cultura e que diversos estudos realizados em diferentes nações têm apontado para resultados que diferem parcial ou totalmente, sugerindo variações quanto à cultura, o que indica a necessidade de estudos individualizados para cada cultura.

3. 1. 2 Avaliação da confiabilidade do instrumento de Lazarus e Folkman

A confiabilidade do instrumento de *coping* foi verificada pela análise que compõem o instrumento, a partir da tradução, adaptação e validação realizada por Savóia, Santana e Mejias (1996), para a realidade brasileira.

Inicialmente, verificou-se a confiabilidade do Inventário de Estratégias de Enfrentamento de Folkman e Lazarus para esta pesquisa, uma vez que os valores do alpha de Cronbach foram superiores ao valor mínimo aceitável, tanto para o total da população em conjunto. Quanto aos fatores de enfrentamento, pode-se observar que os fatores confronto, afastamento, suporte social, aceitação de

responsabilidade, fuga e esquiva, resolução de problemas e reavaliação positiva apresentam valores de alpha de Cronbach superiores a 0.40 sendo, portanto, esses fatores escolhidos para a análise estatística (Tabela III, 3).

Tabela III,3 - Resultados dos coeficientes da correlação alpha de Cronbach para o Inventário de Estratégias de Enfrentamento de Folkman e Lazarus, segundo os fatores e o número de itens para o grupo de padres formadores

Para os Fatores	Itens	n	Alpha de Cronbach
Para os itens		66	0.885
1. Confronto	47, 17, 40, 34, 07, 28	06	0.500
2. Afastamento	41, 13, 44, 21, 06, 16,10	07	0.504
3. Autocontrole	15, 14, 43, 54, 35	05	0.139
4. Suporte social	42, 45, 08, 31, 18, 22	06	0.715
5. Aceitação de responsabilidade.	51, 09, 52, 29, 48, 25, 62	07	0.731
6. Fuga e esquiva	58-59	02	6.636
7. Resolução de problemas	49, 26, 46, 01	04	0.453
8. Reavaliação positiva	38, 56, 60, 30, 39, 20, 36, 63, 23	09	0.720

A análise fatorial da escala de Coping apresentou um valor de alpha de Cronbach superior a alpha =0.40 para: Fator 1 (confronto = alpha =0.500), Fator 2 (afastamento = alpha =0.504) e o Fator 7 (resolução de problemas = alpha =0.453); um valor moderado para o Fator 6 (fuga e esquiva = alpha =0.636) e um índice no nível esperado para o Fator 4 (suporte social = alpha =0.715), o Fator 5 (aceitação de responsabilidade = alpha =0.731) e o Fator 8 (reavaliação positiva = alpha =0.720). O alpha de Cronbach do conjunto dos itens de todos os fatores foi de 0.885.

Nesta análise, o fator 3 de coping - autocontrole (itens: 15-14-43-54-35) obteve-se valor de alpha de Cronbach inferior a alpha = 0.40. Este resultado revela que a medida real do fator estudado não é satisfatória, para este estudo.

O inventário de estratégias de *coping* de Lazarus e Folkman (1984), para este estudo, a partir da avaliação da sua confiabilidade pelo Método de Coeficiente de Alpha de Cronbach, foi composto pelos 66 itens, distribuídos nos 8 fatores e apresentando consistência interna tendo por base os estudos de (PASQUALI, 1997).

3. 1. 3. Avaliação da confiabilidade do instrumento de Marilda Lipp

O Inventário de ISSL de Lipp para este estudo, a partir da avaliação de sua confiabilidade pelo Método do coeficiente de Cronbach, foi verificada pela análise dos seus 53 itens, apresentados em três quadros, subdivididos em sintomas físicos e psíquicos e diferentes períodos de tempos manifestados pelos participantes.

Tabela – III,4 - Coeficiente de fidedignidade alphas de Cronbach para os fatores da escala de Marilda Lipp (*stress*)

Para os Fatores	Itens	n	Alpha de Cronbach
Para os itens		53	0.880
Quadro 1			
Sintomas físicos nas últimas 24h	f11; f12; f13;f14; f15; f16; f17; f18; f19; f110; f111; f112	12	0.504
Sintomas psicológicos nas últimas 24h	p113; p114; p115.	03	0.489
Quadro 2			
Sintomas físicos na última semana	f21; f22; f23; f24; f25; f26; f27; f28; f29; f210.	10	0.630
Sintomas psicológicos na última semana	p211; p212; p213; p214; p215.	05	0.378
Quadro 3			
Sintomas físicos no último mês	f31; f32; f33; f34; f35; f36; f37; f38; f39; f310; f311;	11	0.459
Sintomas psicológicos no último mês	p313; p314; p315; p316; p317; p318; p319; p320; p321; p322; p323.	11	0.728

Observando os dados da Tabela III, 4 é possível dizer que alpha de Cronbach no quadro 1 mostrou um valor adequado para Fator 1 (sintomas físicos nas últimas 24h - alpha =0.504) e Fator 2 (sintomas psicológicos nas últimas 24h - alpha = 0.489); No quadro 2, o alpha alcançou um valor moderado para Fator 3 (sintomas físicos na última semana - alpha = 0.630) e um valor inferior alpha = 0.40 no Fator 4 (sintomas psicológicos na última semana - alpha = 0.378). O quadro 3 também apresenta um valor adequado para o Fator 5 (sintomas físicos no último mês - alpha = 0.459) e um índice no nível esperado para o Fator 5 (sintomas psicológicos no último mês - alpha = 0.728).

Entretanto, merece um destaque o quadro 2 em seu Fator 4 (sintomas psicológicos na última semana - alpha = 0.378), que apresentou um valor inferior alpha = 0.40, o que evidencia não ser suficiente para admitir uma boa consistência interna conforme propõe Pasquali (1997).

Vale dizer também que o item f312 (enfarte) pertencente ao quadro 3 (sintomas físicos no último mês) foi retirado da análise por conter somente zeros.

Aplicando a análise de confiabilidade obteve-se o coeficiente Alpha de 0.880 ,que significa confiabilidade do instrumento. Portanto, os itens refletem o verdadeiro valor para o conceito intencional: medir nível de *stress*.

3. 2 Caracterização da amostragem estudada

Inicialmente, serão apresentados os resultados que servem para caracterizar quem são os padres em estudo. Os dados de que dispomos serão apresentados em tabelas, segundo as seguintes variáveis: função, ano de nascimento, cargo específico no seminário, tempo de trabalho na formação, satisfação com trabalho como formador, o trabalho do formador enquanto ajuda no próprio sacerdócio e a continuidade dos estudos após a ordenação presbiteral. Observe-se que na literatura corrente sobre o *stress* e o *burnout* se considera muito a ligação entre indicadores desse tipo e as complicações que a pessoa encontra em suas tarefas da vida cotidiana (cf. MASLACH et al. 1999).

Tabela III,5 - Distribuição da amostragem de padres formadores, de acordo com função e ano de nascimento

Variável	**n**	**%**
Função		
Padre diocesano	78	75.7
Religioso padre	25	24.3
Ano de nascimento		
Antes de 1950-1960	22	21.4
Entre 1961-1971	33	32.0
Entre 1972-1982	48	46.6
Base: 103 respondentes		

De acordo com a Tabela III,5, 103 pessoas participaram da pesquisa. O maior percentual de padres formadores respondentes está nos padres formadores diocesanos (75.7%), seguidos dos religiosos padres (24.3 %).

Verifica-se ainda que dos 103 participantes que responderam à questão, todos eles informaram sua idade. A faixa etária do grupo pesquisado se caracterizou por apresentar um grupo com idade entre 37 e 47 anos (32.0%). Nenhum deles se apresenta com menos de 25 anos de idade. Entretanto, merece destaque o maior seguimento que inclui 48 participantes correspondendo à faixa etária de padres formadores mais jovens, isto é, de (46.6% entre 26 - 36 anos). Em contrapartida, vê-se que faz parte da amostra um grupo de padres formadores mais idosos (21.4%, entre 48 e 58 anos).

Tabela III,6 - Distribuição da amostragem de padres formadores de acordo com cargo específico

Variável	**n**	**%**
Cargo específico		
Reitor	69	67.0
Vice reitor	14	13.6
Diretor espiritual	7	6.8
Outros: professores, ecônomo, diretor de estudos, assistentes.	13	12.6
Base: 103 respondentes		

De acordo com a Tabela III,6, mais da metade dos 103 respondentes (67.0%) é formada por padres formadores cujo cargo específico é o de reitor. Em seguida aparece vice-reitor (13.6%), seguido de outros onde estão incluídos professores, ecônomos, diretores de estudos e assistentes (12.6%) e finalmente diretor espiritual (6.8%).

Tabela III,7 - Distribuição da amostragem de padres formadores de acordo com tempo de trabalho na formação.

Variável	**n**	**%**
Tempo de trabalho de formação		
> 1 ano	17	16.5
01 a 05	58	56.3
06 a 10	28	27.2
Total	103	100.0
Base: 103 respondentes		

No que se refere ao tempo de trabalho na formação, dos 103 respondentes (Tabela III,7), observa-se um percentual de 56.3% da população na faixa de 01 a 05 anos de tempo de trabalho na casa de formação, seguindo-se 27.2% de padres formadores na faixa de 6 a 10 anos de trabalho. Observa-se que apenas 16.5 % contam com menos de um ano de trabalho na formação.

Tabela III,8 - Distribuição da amostragem de padres formadores de acordo com grau de satisfação no trabalho, trabalho como ajuda no próprio sacerdócio e continuidade dos estudos após ordenação presbiteral

Variável	**n**	**%**
Pensando em todos os aspectos do trabalho de formador sinto-me		
Mais ou menos bem	30	29.1
Bem	52	50.5
Muito bem	21	20.4
O trabalho de formador como uma ajuda no próprio sacerdócio		
Pequena	17	16.5
Grande	52	50.5
Muito grande	34	33.0
Continuidade dos meus estudos após o presbiterado estou:		
Estudando mais	23	22.3
Não estou estudando mais	80	77.7
Base: 103 respondentes		

Quanto ao grau de satisfação no trabalho formativo (Tabela III, 8), verifica-se que 50.5% dos respondentes apresentaram sentir-se “Bem” em todos os aspectos do trabalho, seguido de 29.1% que declararam sentir-se “mais ou menos bem”. Os que manifestaram o grau de satisfação “muito bem”, correspondem a 20.4% dos respondentes. Entretanto, se somados os que apresentam grau de satisfação “bem” e ‘muito bem” aumentaremos assim o grupo de padres que relatam um bom grau de satisfação em todos os aspectos do trabalho formativo (70.9%).

Em relação ao trabalho do formador como ajuda na vivência do próprio sacerdócio, verificou-se que um percentual de 50.5% que relataram como “grande” ajuda, seguido de 33.0% que relatam ser “muito grande” a ajuda e apenas 16.5% dos respondentes consideram a trabalho na formação como “Pequena” ajuda na vivência do próprio sacerdócio. Mais uma vez, se juntarmos os grupos que

responderam ser de “grande” ajuda com os de “muito grande” a ajuda o trabalho formativo na vivência do sacerdote, teremos então um total de 83.5 %.

Finalmente ainda na Tabela III, 8, chama a atenção o fato de mais da metade dos respondentes (mais de dois terços dos participantes, 77.7%) não terem dado continuidade à sua formação acadêmica seja através de cursos de especialização, seja mesmo pós-graduação, após a ordenação sacerdotal. Os que afirmaram a continuidade nos estudos foram apenas 22.3% dos respondentes.

No entanto, é importante esclarecer que a Tabela III,8 apresenta informações de grande valia para a finalidade desta pesquisa, como a satisfação que o formador sente em todos os aspectos do trabalho formativo, o trabalho formativo como uma ajuda no próprio sacerdócio e, por fim, a continuidade nos estudos após a ordenação sacerdotal.

3. 3 Dados relativos aos níveis de *stress* e *burnout*

3. 3. 1 Níveis de *stress*

O Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp. (ISSL) permite a obtenção de indicação da fase de *stress* em que o sujeito se encontra variável, de “alerta” até “exaustão”, e incluindo, além disso, a categoria “sem *stress*”, bem como a determinação do tipo de sintomas predominantes, físicos e/ou psicológicos em três condições temporais: nas últimas 24 horas, na última semana e no último mês. Os resultados originados da aplicação do ISSL na presente pesquisa, com relação ao processo de *stress*, às fases do *stress*, sintomas de *stress* são apresentados nas próximas tabelas.

Tabela III,9 – Cruzamento de acordo com a ocorrência do processo de *stress* e função

Variável	**Processo do *stress***						
Função	Sem *Stress*		*Stress*		Total		p
Padre diocesano	43	(55.1%)	35	(44.9%)	78	(100.0%)	
Religioso padre	17	(68.0%)	8	(32.0%)	25	(100.0%)	0.256
Total	60	(58.3%)	43	(41.7%)	103	(100.0%)	
Base: 103 respondentes							

A Tabela III,9 revela que, da população dos 103 respondentes, 58.3% não apresentam experiência de s*tress* enquanto 41.7% já apresentaram experiência de s*tress*. Verifica-se também que 44.9% são padres diocesanos e 32.0%, religiosos padres.

Após ter sido verificada a ocorrência do processo de s*tress* nos participantes e diagnosticada a fase em que se encontravam, procedeu-se à análise do tipo de sintoma predominante nos participantes que apresentam s*tress*. Verificou-se que havia maior prevalência de sintomas de um tipo ou de outro na amostra e, posteriormente, foram comparados os resultados dos dois grupos, padres diocesanos e religiosos padres, a fim de verificar se havia diferença relacionada com a função.

Tabela III,10 - Cruzamento de acordo com fases e função

	Fase de s*tress*			**Total**	**p**
Função	Resistência	Quase-exaustão	Exaustão		
Padre diocesano	31 (88.6%)	3 (8.6%)	1 (2.9%)	35 (100.0%)	
Religioso padre	7 (87.5%)	1 (12.5%)	0 (0.0%)	8 (100.0%)	0.774
Total	38 (88.4%)	4 (9.3%)	1 (2.3%)	43 (100.0%)	
Base: 43 respondentes com experiência de *stress*					

Pode-se verificar na Tabela III,10 que dos 43 respondentes que indicaram a experiência de stress, 88.4% se encontram na fase de resistência, 9.3% na fase de quase exaustão., e apenas 2.3% na fase de exaustão. Percebe-se ainda que os participantes com experiência de *stress* revelaram estar mais freqüentemente na fase de resistência, sendo 88.6% padres diocesanos e 87.5%, religiosos padres.

Observa-se ainda que nas outras duas fases: a de quase-exaustão mostra que os religiosos padres apresentaram índice mais elevado (12.5%) que os padres diocesanos, em contrapartida na fase de exaustão estão com índices mais elevados, apesar de eles representarem apenas 2.9%.

Tabela III,11 - Cruzamento de acordo com sintomas de *stress* e função.

	Sintomas de *Stress*						Total		p
Função	Físico		Os dois		Psicológico				
Padre diocesano	6	(17.1%)	4	(11.4%)	25	(71.4%)	35	(100.0%)	
Religioso padre	4	(50.0%)	0	(0.0%)	4	(50.0%)	8	(100.0%)	0.101
Total	10	(23.3%)	4	(9.3%)	29	(67.4%)	43	(100.0%)	
Base: 43 respondentes com experiência de stress									

Verifica-se na Tabela III,11 que dos 43 respondentes com experiência de stress, 71.4% dos padres diocesanos e 50.0% dos religiosos padres apresentaram sintomas de *stress* psicológicos. Nos religiosos padres houve incidência mais elevada de sintomas físicos (50.0%) que nos diocesanos padres (17.1%). Os resultados aqui registrados apresentam uma diferenciação entre padres diocesanos e religiosos padres, no que diz respeito a sintomas. Ainda que no total os sintomas psicológicos apareçam em primeiro lugar, esse não é o caso dos participantes religiosos padres, uma vez que não se encontra nenhum deles com sintomas físicos e psicológicos, ou seja, os dois.

Os resultados obtidos revelam que o *stress* ocorre mais freqüentemente entre os padres diocesanos do que entre os religiosos padres. Mostra ainda um predomínio da sintomatologia psicológica sobre a física no caso dos padres diocesanos, enquanto entre os religiosos padres os sintomas físicos têm a mesma semelhança que os psicológicos, ou seja, 50.0%.

Tabela III,12 - Cruzamento de acordo com ocorrência do processo de *stress* e ano de nascimento

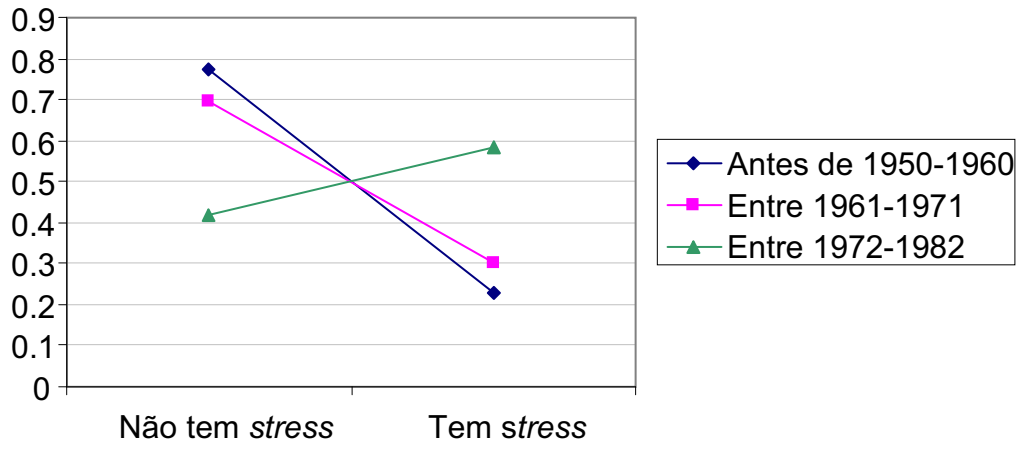
	Sem *Stress*		*Stress*		Total		p
Antes de 1950-1960	17	(77.3%)	5	(22.7%)	22	(100.0%)	
Entre 1961-1971	23	(69.7%)	10	(30.3%)	33	(100.0%)	0.005
Entre 1972-1982	20	(41.7%)	28	(58.3%)	48	(100.0%)	
Total	60	(58.3%)	43	(41.7%)	103	(100.0%)	
Base: 103 respondentes							

Na Tabela III,12, os dados registrados revelarem que foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de resultados para stress nas categorias de ano de nascimento ($p < 0.05$).

Dos 43 respondentes com experiência de *stress* com ano de nascimento entre 1972-1982, contatou-se o índice mais elevado da ocorrência do processo de *stress* (58.3%), seguido de 30.3% dos padres formadores, com ano de nascimento entre 1961-1972. Ocorreu uma diminuição de *stress* no ano de nascimento referente às datas de 1950-1960, que é de 22.7%.

Observa-se que a chance de ter *stress* nos padres formadores mais novos, ou seja, com a data de nascimento superior a 1972, é significativamente maior do que nos padres formadores mais idosos, com a data de nascimento inferior a 1971, o que pode ser também verificado no Gráfico 1.

Gráfico III,1 – Cruzamento ano de nascimento x *stress*



O Gráfico III,1 permite uma melhor visualização dos resultados, nos quais é possível verificar que são os padres mais jovens que experimentam mais *stress* (58.3%) em contrapartida a um percentual bem menor dos padres mais idosos , ou seja, 22.7% sentem *stress*.

Tabela III,13 - Cruzamento de acordo com fases de *stress* e ano de nascimento

Ano de nascimento	Fases do *Stress*						Total		p
	Resistência		Quase-exaustão		Exaustão				
Antes de 1950-1960	5	(100.0%)	0	(0.0%)	0	(0.0%)	5	(100.0%)	
Entre 1961-1971	10	(100.0%)	0	(0.0%)	0	(0.0%)	10	(100.0%)	0.327
Entre 1972-1982	23	(82.1%)	4	(14.3%)	1	(3.6%)	28	(100.0%)	
Total	38	(88.4%)	4	(9.3%)	1	(2.3%)	43	(100.0%)	

Base: 43 respondentes com experiência de *stress*

Verifica-se na Tabela III,13 que dos 43 respondentes que relataram experiência de *stress*, tanto os que se encontram com ano de nascimento entre 1961-1971, quanto 1950 a 1960, apresentam-se com 100.0% dos participantes na fase de resistência, seguidos dos respondentes com nascimento entre 1972-1982, portanto os mais jovens (82.1%). Na fase de quase-exaustão, novamente os respondentes com nascimento entre 1961-1971, quanto de 1950 a 1960, apresentam 0.0% de preponderância. Entretanto, nessa mesma fase de quase-exaustão os participantes, com nascimento entre 1972-1982, apresentam o predomínio de 14.3%. Observa-se também que na fase de exaustão que, enquanto os respondentes com nascimento entre 1961-1971 e de 1950 a 1960 apresentam-se com 0.0% de dominação, os respondentes de nascimento de 1972 a 1982 apresentam o preponderância de (3.6% dos participantes. Portanto, é possível verificar que existe uma concentração de respondentes de diferentes idades na fase da resistência, enquanto ocorre uma expressiva diminuição nas fases de quase-exaustão e exaustão. Entretanto, merece um destaque ainda nessa tabela o fato de os participantes com nascimento entre 1972-1982, portanto os mais jovens, se encontrarem presentes em todas as fases.

Tabela III,14 - Cruzamento de acordo com sintomas de *stress* e o ano de nascimento.

	Sintomas de *Stress*								
Ano de nascimento	**Físico**		**Os dois**		**Psicológico**		**Total**		**p**
Antes de 1950-1960	2	(40.0%)	0	(0.0%)	3	(60.0%)	5	(100.0%)	
Entre 1961-1971	1	(10.0%)	1	(10.0%)	8	(80.0%)	10	(100.0%)	0.593
Entre 1972-1982	7	(25.0%)	3	(10.7%)	18	(64.3%)	28	(100.0%)	
Total	10	(23.3%)	4	(9.3%)	29	(67.4%)	43	(100.0%)	

Base: 43 respondentes com experiência de *stress*

Nos 43 respondentes que apresentaram processo de *stress*, os sintomas psicológicos prevalecem (Tabela III,13). Os respondentes com nascimento entre 1961-1971 que apresentaram índices de sintomas psicológicos são 80.0%, seguidos dos respondentes com nascimento entre 1972-1982 com (64.3%) e, finalmente, os com nascimento entre 1950-1960, que são 60.0%.

Os resultados relativos à ocorrência de *stress* entre os padres formadores revelam que os adultos jovens, ou seja, com a data de nascimento depois de 1972, são significativamente em maior numero do que nos o *stress* nos padres formadores mais idosos, com nascimento antes de 1971. Esses dados podem estar relacionados com o fato de esses adultos jovens estarem mais sobrecarregados, tanto pela execução das atividades na casa de formação, quanto pelas demandas da vida cotidiana.

Finalmente, é possível verificar nesta amostragem que os participantes em processo de *stress* se encontravam, em sua grande maioria, na fase de resistência, em que um montante maior de energia é utilizado, gerando uma sensação de desgaste generalizado para restabelecer a homeostase do organismo e com os sintomas psicológicos mais presentes.

3.3.2 Índices de prevalência dos fatores relativos à síndrome de *burnout*

Tendo em vista os objetivos propostos neste estudo, passo a seguir a analisar os indicadores de *burnout*, segundo as respostas dadas ao Inventário de Burnout de Cristina Maslach, classificados em três dimensões: exaustão emocional;

despersonalização e realização profissional. Verificou-se que os itens “ano de nascimento e tempo de trabalho por exaustão emocional” assim como “ano de nascimento e tempo de trabalho por despersonalização” apresentaram diferenças estatisticamente significativas entre os respondentes, tomadas como base (p > 0.05).

Tabela III,15 - Cruzamento de acordo com ano de nascimento com índice de exaustão emocional

	Exaustão emocional						Total		p
Ano de nascimento	**Baixa**		**Moderada**		**Alta**				
Antes de 1950-1960	15	(68.2%)	5	(22.7%)	2	(9.1%)	22	(100.0%)	
Entre 1961-1971	13	(39.4%)	14	(42.4%)	6	(18.2%)	33	(100.0%)	0.001
Entre 1972-1982	11	(22.9%)	16	(33.3%)	21	(43.8%)	48	(100.0%)	
Total	39	(37.9%)	35	(34.0%)	29	(28.2%)	103	(100.0%)	
Base: 103 respondentes									

A Tabela III,15 nos permite observar que foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições dos resultados do domínio “exaustão emocional” nas categorias de ano de nascimento (p < 0.05). Tais diferenças encontradas estão entre as categorias de exaustão emocional “alta” e exaustão emocional “baixa”, com 68.2%.

Verifica-se ainda que a chance de obter a classificação relativa a exaustão emocional “baixa” (68.2%), para padres formadores com ano de nascimento antes de 1960, é significativamente maior do que a mesma chance em padres formadores com nascimento depois de 1960.

Na análise do Gráfico III,2, pode-se verificar também que os formadores mais jovens que nasceram após 1972 apresentam maior proporção de respostas “alta” para exaustão emocional e os mais idosos, respostas “baixa”.

Gráfico – III,2 – Cruzamento ano de nascimento por exaustão emocional

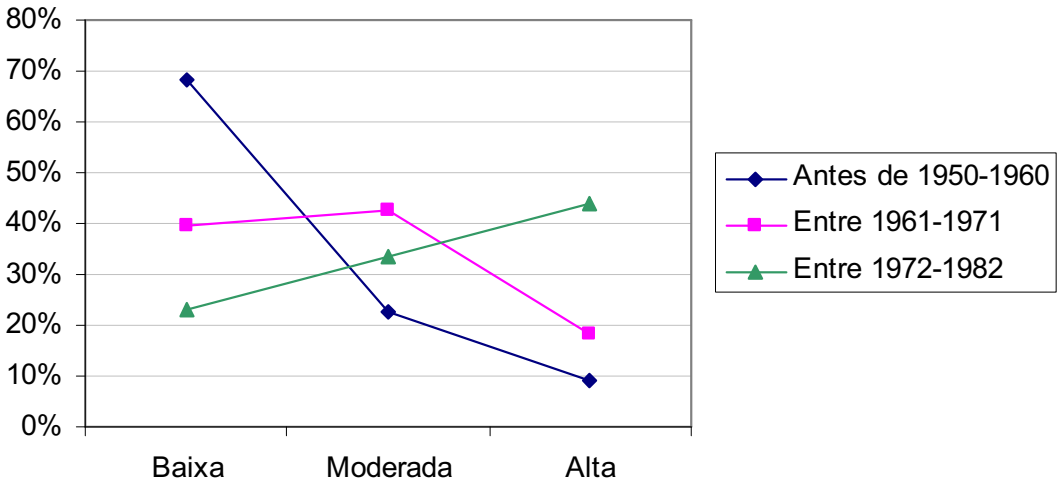


Tabela III,16 - Cruzamento de acordo com o tempo de trabalho e o índice de exaustão emocional

	Exaustão emocional						Total		p
Tempo de trabalho	**Baixa**		**Moderada**		**Alta**				
Menos de um ano	7	(41.2%)	7	(41.2%)	3	(17.6%)	17	(100.0%)	
Entre 01 e 05 anos	20	(34.5%)	15	(25.9%)	23	(39.7%)	58	(100.0%)	0.038
Entre 06 e 10 anos	12	(42.9%)	13	(46.4%)	3	(10.7%)	28	(100.0%)	
Total	39	(37.9%)	35	(34.0%)	29	(28.2%)	103	(100.0%)	
Base: 103 respondentes									

A Tabela III, 16 permite verificar que foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de resultados do domínio "exaustão emocional" nas categorias de tempo de trabalho ($p < 0.05$). Portanto, as diferenças encontradas estão entre as categorias - "moderada" e "alta".

Os padres formadores com tempo de trabalho entre 1 a 5 anos de trabalho na formação apresentam maior número de resposta de exaustão emocional "alta" (39.7%), com relação à moderada (25.9%).

Verifica-se ainda que as respostas para esse grupo se distribuem de maneira diferente das respostas dos outros dois grupos como se pode visualizar melhor no Gráfico 3.

Gráfico III,3 – Cruzamento tempo de trabalho x exaustão emocional

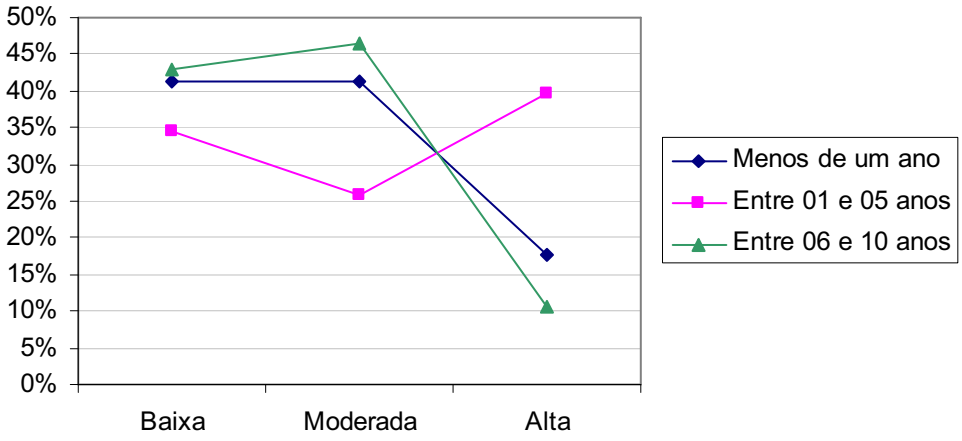


Tabela III,17 - Cruzamento de acordo com ano de nascimento e despersonalização.

	Despersonalização						Total		p
Ano de nascimento	**Baixa**		**Moderada**		**Alta**				
Antes de 1950-1960	13	(59.1%)	9	(40.9%)	0	(0.0%)	22	(100.0%)	
Entre 1961-1971	18	(54.5%)	9	(27.3%)	6	(18.2%)	33	(100.0%)	0.041
Entre 1972-1982	21	(43.8%)	16	(33.3%)	11	(22.9%)	48	(100.0%)	
Total	52	(50.5%)	34	(33.0%)	17	(16.5%)	103	(100.0%)	
Base: 103 respondentes									

A Tabela III,17 mostra que foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de resultados do domínio relativo à despersonalização nas categorias de ano de nascimento ($p < 0.05$). Observa-se que essas diferenças podem ser encontradas entre as respostas - “moderada” e “alta”.

Verifica-se ainda que os padres formadores com nascimento antes de 1960 revelam chance de ser classificados na categoria de despersonalização “alta”, significativamente menor (0.0%) do que os demais.

Observa-se no Gráfico III,4 que os padres formadores com mais idade apresentam maior número de resultados - “moderada” (40.9%) para a categoria despersonalização.

Gráfico – III,4 – Cruzamento ano de nascimento x despersonalização

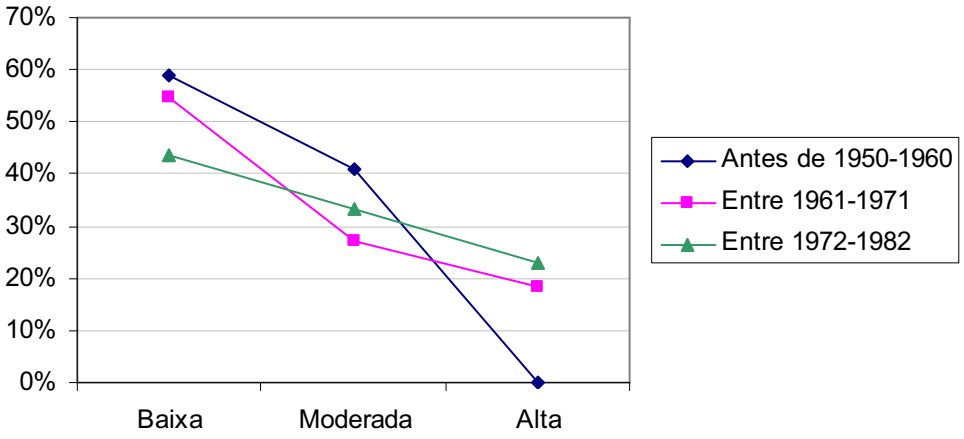


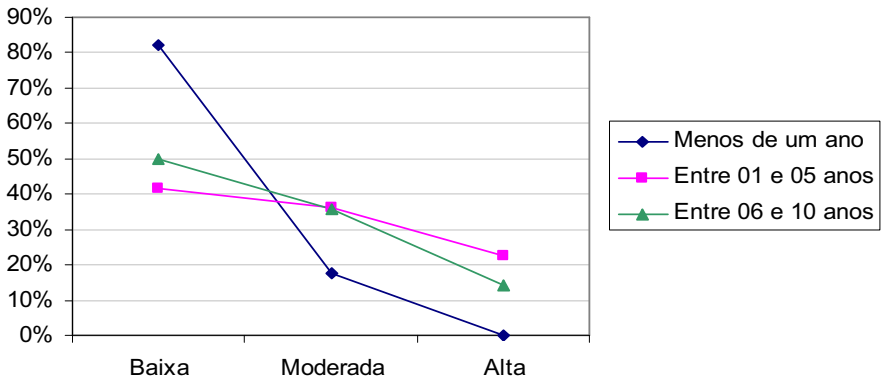
Tabela III,18 - Cruzamento de acordo com tempo de trabalho e despersonalização

	Despersonalização						Total		p
Tempo de trabalho	**Baixa**		**Moderada**		**Alta**				
Menos de um ano	14	(82.4%)	3	(17.6%)	0	(0.0%)	17	(100.0%)	
Entre 01 e 05 anos	24	(41.4%)	21	(36.2%)	13	(22.4%)	58	(100.0%)	0.015
Entre 06 e 10 anos	14	(50.0%)	10	(35.7%)	4	(14.3%)	28	(100.0%)	
Total	52	(50.5%)	34	(33.0%)	17	(16.5%)	103	(100.0%)	
Base: 103 respondentes									

Na Tabela III, 18, observa-se que foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de resultados do domínio com relação à despersonalização nas categorias de tempo de trabalho ($p < 0.05$). Observa-se também que as diferenças encontradas estão entre a categoria “baixa” e “alta”.

Pode-se destacar que os padres formadores com menos de um ano de trabalho apresentam a chance de ser classificados em despersonalização “baixa” significativamente maior (82.4%) do que os demais padres formadores, o que pode ser confirmado no Gráfico III,5.

Gráfico – III,5 – Cruzamento tempo de trabalho x despersonalização



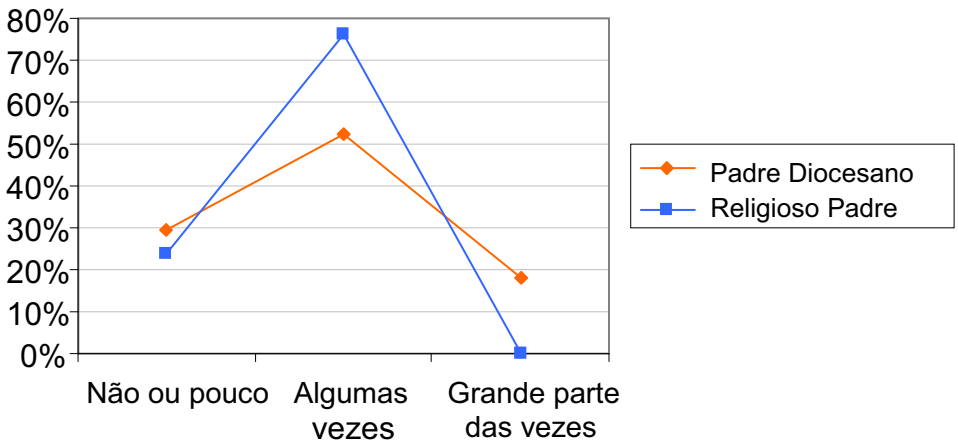
3. 4 Dados relativos às estratégias de *coping* encontradas na amostragem

A análise referente às estratégias de *coping* utilizadas pelos participantes apresentam diferenças estatísticas significantes. A Tabela III,19 apresenta as que foram estatisticamente mais significativas no referente à questão "confronto" e a Tabela III,20 as referentes à questão "afastamento", levando em conta a variável cargo específico, tomando como base ($p > 0.05$).

Tabela III,19 - Cruzamento de acordo com função e categoria confronto

	Confronto				
Função	**Não ou pouco**	**Algumas vezes**	**Grande parte das vezes**	**Total**	**p**
Padre diocesano	23 (29.5%)	41 (52.6%)	14 (17.9%)	78 (100.0%)	
Religioso padre	6 (24.0%)	19 (76.0%)	0 (0.0%)	25 (100.0%)	0.008
Total	29 (28.2%)	60 (58.3%)	14 (13.6%)	103 (100.0%)	
Base: 103 respondentes					

Gráfico – III,6 - Cruzamento funções x confronto



Na Tabela III, 19, observa-se que foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de respostas à questão "confronto" nas categorias de função ($p < 0.05$). As diferenças encontradas se encontram nas categorias "algumas vezes" e "grande parte das vezes".

Também se verifica, pelos dados apresentados na Tabela III,19, que a chance de utilizar "confronto" "grande parte das vezes" é significativamente maior (17.9%), em padres diocesanos. Através do Gráfico III,5, também se observa que o número de respostas "algumas vezes" é significativamente maior (76.0%) em religiosos padres.

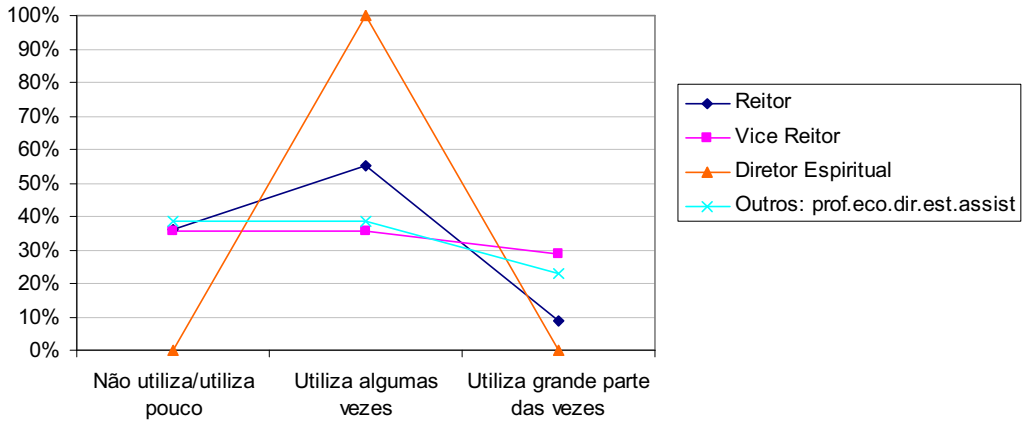
Tabela III,20 - Cruzamento de acordo com cargo específico e categoria afastamento

	Afastamento - utiliza:				
Cargo específico	**Não ou pouco**	**Algumas vezes**	**Grande parte das vezes**	**Total**	**p**
Reitor	25 (36.2%)	38 (55.1%)	6 (8.7%)	69(100.0%)	
Vice reitor	5 (35.7%)	5 (35.7%)	4 (28.6%)	14(100.0%)	
Diretor espiritual	0 (0.0%)	7 (100.0%)	0 (0.0%)	7(100.0%)	0.025
Outros: prof. eco. dir.est. assist.	5 (38.5%)	5 (38.5%)	3 (23.1%)	13(100.0%)	
Total	35 (34.0%)	55 (53.4%)	13 (12.6%)	103(100.0%)	
Base: 103 respondentes					

Verifica-se na Tabela III,20 que foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de respostas à questão "afastamento" nas categorias de cargo específico ($p < 0.05$). As diferenças encontradas estão nas categorias "algumas vezes" e "grande parte das vezes".

Também se averigua pelos dados do Gráfico III,7 que a chance do diretor espiritual utilizar "afastamento" "algumas vezes" é significativamente maior (100.0%), que as outras categorias para os cargos. O número de respostas se encontra bem distribuído entre as categorias para os outros cargos de reitor, vice-reitor e outros: professor, ecônomo, diretor de estudos e assistente.

Gráfico III,7 - Cruzamento cargo específico x afastamento



3. 5 Correlações encontradas entre os 3 instrumentos utilizados

Na análise estatística usando o teste de *Spearman*, foi verificado que os padres formadores estressados com as atividades da casa de formação têm correlação estatisticamente significante ($p<0.005$) para os domínios de confronto, afastamento e fuga e esquiva. A categoria "confronto" foi a mais associada aos sintomas de *stress* físicos ($p<0.0041$) conforme Tabela III,21.

√ **Coping x burnout e ISSL**

Tabela III,21 – Coeficiente de Correção de Spearman entre os fatores de coping e burnout e ISSL

		EE	DP	RP	Sintomas físicos	Sintomas psicológicos
Confronto	R	0.16	0.24	-0.10	0.28	0.22
	p-valor	0.0980	0.0131	0.3214	0.0041	0.0276
	N	103	103	103	103	103
Afastamento	R	0.21	0.06	0.07	0.09	0.20
	p-valor	0.0343	0.5271	0.4955	0.3686	0.0396
	N	103	103	103	103	103
Autocontrole	R	0.13	0.06	0.12	-0.05	0.02
	p-valor	0.2034	0.5183	0.2161	0.6085	0.8668
	N	103	103	103	103	103
Suporte social	R	0.07	0.07	0.00	0.12	0.02
	p-valor	0.4967	0.4734	0.9817	0.2302	0.8468
	N	103	103	103	103	103
Aceitação de responsabilidade	R	0.08	0.16	-0.03	-0.06	-0.08
	p-valor	0.4244	0.1161	0.7917	0.5259	0.4167
	N	103	103	103	103	103
Fuga e esquiva	R	0.13	0.23	-0.08	0.09	0.13
	p-valor	0.2058	0.0198	0.4386	0.3789	0.2035
	N	103	103	103	103	103
Resolução de problemas	R	-0.04	0.09	0.07	-0.07	-0.16
	p-valor	0.6878	0.3916	0.4947	0.4787	0.1091
	N	103	103	103	103	103
Reavaliação positiva	R	0.07	0.14	0.02	-0.06	-0.15
	p-valor	0.4555	0.1542	0.8778	0.5568	0.1211
	N	103	103	103	103	103

- Foi considerado um nível de significância de 5% (p-valor ≤ 0.05).

Observa-se, na Tabela III,21, que existem correlações positivas significativas entre “confronto” e “despersonalização”, “sintomas físicos” e “sintomas psicológicos de *stress*”, o que significa que quanto maior o uso da estratégia de confronto, maior é a despersonalização, os sintomas físicos e sintomas psicológicos do stress.

- Confronto x despersonalização, onde r = 0.24 (p=0.0131).
- Confronto x sintomas físicos, onde r = 0.28 (p=0.0041).
- Confronto x sintomas psicológicos, onde r = 0.22 (p=0.0276).

Também é possível verificar pelos dados da Tabela III, 21 que existem correlações positivas significativas entre “afastamento”, “exaustão emocional”, e “sintomas psicológicos de *stress*”, o que significa que quanto maior for o uso da estratégia de afastamento maior é a exaustão emocional e os sintomas psicológicos do *stress*.

- Afastamento x exaustão emocional, onde r = 0.21 (p=0.0343).
- Afastamento x sintomas psicológicos, onde r = 0.20 (p=0.0396).

Finalmente ainda na Tabela III,21, observa-se que existem correlações positivas significativas entre fuga e esquiva e despersonalização, o que significa que quanto maior for o uso da estratégia de fuga e esquiva maior é a despersonalização.

- Fuga e esquiva x despersonalização, onde r = 0.23 (p=0.0343).

√ ***Burnout* x ISSL**

Dando continuidade, na análise estatística também foi verificado que os padres formadores estressados com as atividades da casa de formação têm correlação estatisticamente significante (p<0.005) para os domínios de exaustão emocional, despersonalização e realização profissional A realização profissional foi a mais associada aos sintomas de *stress* psicológicos (p<0.0000), conforme Tabela III,22.

Tabela III,22 – Coeficiente de Correção de Spearman entre *Burnout* e ISSL

		Sintomas físicos	Sintomas psicológicos
Exaustão emocional	R	0.33	0.40
	p-valor	0.0006	0.0000
	N	103	103
Despersonalização	R	0.23	0.26
	p-valor	0.0187	0.0078
	N	103	103
Realização profissional	R	-0,20	-0.18
	p-valor	0.0434	0.0662
	N	103	103

Observa-se, na Tabela III,22, que existem correlações positivas significativas entre exaustão emocional e sintomas físicos e sintomas psicológicos de *stress*, o que significa que quanto maior for a exaustão emocional, maiores são os sintomas físicos e sintomas psicológicos do *stress*.

- Exaustão emocional x sintomas físicos, onde r = 0.33 (p=0.0006).
- Exaustão emocional x sintomas psicológicos, onde r = 0.40 (p=0.0000).

Verifica-se também, pelos dados da Tabela III, 22, que existem correlações positivas significativas entre despersonalização e sintomas físicos e sintomas psicológicos de *stress*, o que significa que quanto maior for a despersonalização, maiores são os sintomas físicos e os sintomas psicológicos do *stress*.

- Despersonalização x sintomas físicos, onde r = 0.23 (p=0.0187).
- Despersonalização x sintomas psicológicos, onde r = 0.26 (p=0.0078).

Também é possível verificar na tabela III,22, que existe uma correlação negativa significativa entre Realização profissional e sintomas físicos; então, quanto maior for a Realização profissional, menor é o sintoma físico de stress do padre formador.

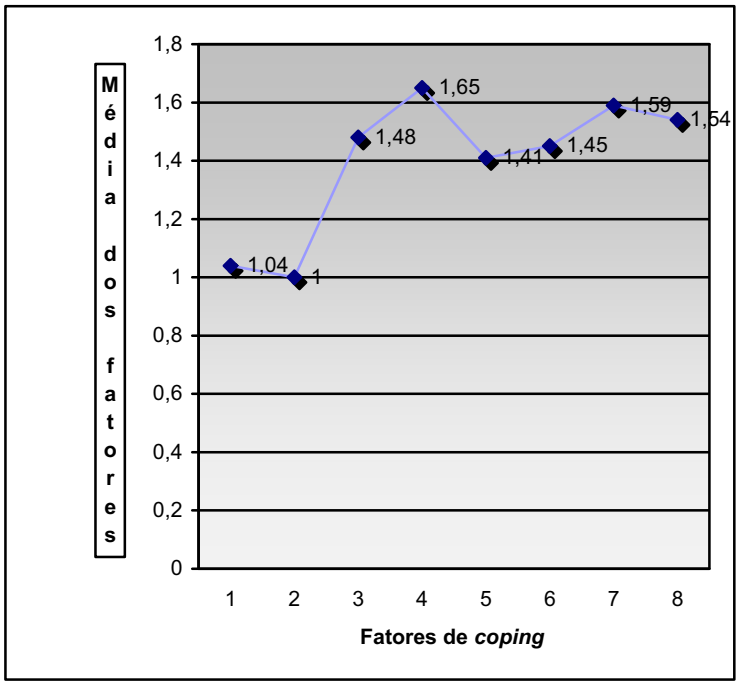
- Realização Profissional x Sintomas físicos, onde r = -0,20 (p=0.0434).

Tabela III,23 - Medidas descritivas dos domínios do Inventário de *Coping* de Lazarus e Folkman

Variáveis	N	Média	DP	Mínimo	Mediana	Máximo
Confronto	103	1.04	0.50	0.17	1.00	2.33
Afastamento	103	1.00	0.45	0.00	1.00	2.00
Autocontrole	103	1.48	0.45	0.60	1.40	2.60
Suporte social	103	1.65	0.61	0.00	1.67	2.83
Aceitação de responsabilidade	103	1.41	0.56	0.14	1.43	2.71
Fuga e esquiva	103	1.45	0.86	0.00	1.50	3.00
Resolução de problemas	103	1.59	0.56	0.25	1.50	3.00
Reavaliação positiva	103	1.54	0.52	0.44	1.56	2.78
Fator Total		**11.52**	**4.51**	**1.6**	**11.06**	**21.25**

Observa-se na Tabela III,23, que a média relativa ao Fator 4 (suporte social) é a mais elevada, seguindo-se os Fatores 7 (resolução de problemas), 8 (reavaliação positiva), 3 (autocontrole), 6 (fuga e esquiva), 5 (aceitação de responsabilidade), 1 (confronto) e 2 (afastamento). Portanto, o Fator 2 (Afastamento) tem a menor média (1,00).

Gráfico III,8 - Média dos domínios do Inventario de Lazarus e Folkman



Verifica-se ainda, no Gráfico III,8, que o Fator 4 (suporte social) foi o domínio mais utilizado entre os padres formadores e está englobado na categoria de *coping* localizado na emoção, que muitas vezes é usado como suporte para enfrentar eventos que não podem ser modificados como apontam Lazarus, Folkman (1984).

Pode-se dizer, portanto, que o conjunto de indicações fornecidas pelas tabelas III,23 e III,24 mostram que o Inventário de *Coping* de Lazarus e Folkman, na versão brasileira, é um bom indicador das reações dos presbíteros formadores do Brasil, quando confrontados com situações de tensão. Tudo indica que em futuras pesquisas, com pequenas adaptações, o instrumento tenha validade para uso com padres do Brasil em geral.

Ainda, a título de conclusão, pode-se proferir que os padres formadores conhecem meios de enfrentar o *stress*, entretanto poderiam utilizar as demais formas de *coping*, para o enfrentamento, possibilitando a sua adaptação à situação critica. Há necessidade de "reconhecimento" desse momento no trabalho formativo e apoio da instituição eclesiástica.

Para facilitar sua aplicação, é aconselhável diminuir um pouco o número de itens a serem usados, tomando como critério os indicadores estatísticos e também dicas que procedem de uma leitura mais psicológica do conteúdo dos itens mais significativos de cada um dos fatores. O Fator 8 ficaria em suspenso, mas deveria continuar sendo incluído, uma vez que Lazarus e Folkman e inúmeras outras pesquisas confirmam sua validade.

3. 6 Descrevendo os resultados da Análise fatorial do Inventário de Lazarus e Folkman aplicados aos padres formadores

A finalidade da análise estatística que segue é a de avaliar a fidedignidade do instrumento e de descrever seus resultados quando aplicado a clérigos católicos. Sendo assim, a análise fatorial para os 66 itens do Inventário de Estratégias de Enfrentamento de Folkman e Lazarus foi realizada através do cálculo das porcentagens de variação explicadas por cada fator (Tabela III,24).

Os oito fatores encontrados a partir da distribuição de seus componentes e de seus autovalores (*eigenvalue* ≥ 1.000) nos permitiram identificar uma distribuição fatorial bem delimitada, tanto em termos de proximidade dos itens na análise quanto em termos de aderência à teoria. Para avaliar a homogeneidade entre as questões envolvidas em cada fator do instrumento, foram calculados os coeficientes alphas de Cronbach. As comunalidades servem para indicar a porcentagem da variabilidade observada naquela questão que é explicada pela análise fatorial com o número de fatores escolhidos.

Como se observa na Tabela III,24, os autovalores foram, respectivamente, de 9.21, 5.08, 3.33, 2.73, 2.46, 2.27, 2.16 e 2.23, para os fatores 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 e 8. O total dos fatores explica 44.50% da variância acumulada das respostas dos sujeitos de nossa amostra. O primeiro dos fatores (confronto), mais forte, explica 13.95% da variância; é um fator bem definido estatisticamente e também do ponto de vista de seu conteúdo psicológico; o segundo (afastamento) tem uma definição menor, mas suficientemente clara (de 7.70%); o terceiro (autocontrole) cobre 5.05% da variância e o quarto (suporte social) 4.13%. Os fatores seguintes (de números 5 até 8) são constituídos por poucos itens, mas apresentam uma clara definição. São eles: o quinto (aceitação de responsabilidade) 3.73; o sexto (fuga e esquiva) 3.44%; o sétimo (resolução de problemas) 3.27%; oitavo (reavaliação positiva) 3.22% da variância.

As comunalidades, variância explicada e carga dos itens estão dispostos na Tabela III,24. Cargas inferiores a 0.40 foram omitidas para facilitar a visualização dos resultados. Verifica-se ainda que em torno de 44.50% da variabilidade total dos dados é explicada pelos 8 fatores.

Tabela III,24 - Carga fatorial, comunalidades e percentual de variância para os 66 itens de Lazarus e Folkman

Item	Fatores								Comunalidades
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Busquei nas experiências passadas uma situação similar	0.65								0.50
Eu disse a mim mesmo que as coisas poderiam ter sido piores	0.64								0.46
Aceitei a simpatia e a compreensão das pessoas	0.60								0.55
Redescobri o que é importante na vida	0.59								0.47
Modifiquei aspectos da situação para que tudo desse certo no final	0.58								0.44
Disse coisas a mim mesmo que me ajudassem a me sentir bem	0.57								0.54
Procurei ver as coisas sobre o ponto de vista da outra pessoa	0.57								0.45
Inspirou-me a fazer algo criativo	0.57								0.58
Compreendi que o problema foi provocado por mim	0.56								0.47
Prometi a mim mesmo que as coisas serão diferentes da próxima vez	0.55								0.55
Encontrei algumas soluções diferentes para o problema	0.54								0.41
Mudei ou cresci como pessoa de uma maneira positiva	0.53								0.47
Preparei-me para o pior	0.49								0,46
Analisei mentalmente o que fazer e o que dizer	0.48								0.43
Pensei em uma pessoa que admiro e a tomei como modelo	0.48								0.37
Gostaria de poder mudar o que tinha acontecido, ou como me senti.	0.47								0.46
Desculpei ou fiz alguma coisa para repor os danos	0.47								0.33
Mudei alguma coisa em mim, modifiquei-me de alguma forma	0.46								0.49
Rezei	0.45								0.49
Procurei um amigo ou parente para pedir conselhos	0.44								0.56
Tentei analisar o problema para entendê-lo melhor	0.42								0.43
Critiquei, repreendi-me	0.41								0.38
Sai da experiência melhor do que eu esperava	0.41								0.51
Falei com alguém que poderia fazer alguma coisa concreta sobre o problema	0.41								0.56
Procurei fugir das pessoas em geral		0.68							0.52
Mantive orgulho não demonstrando os meus sentimentos		0.55							0.44
Procurei guardar para mim mesmo meus sentimentos		0.51							0.58
Fiz como se nada estivesse acontecido		0.46							0.37
Procurei esquecer a situação desagradável		0.45							0.46
Desejei que a situação acabasse ou que de alguma forma desaparecesse		0.44							0.65
Sonhava acordado ou imaginava um lugar ou tempos melhores do que aqueles em que eu estava		0.40							0.57
Recusei a acreditar que aquilo estava acontecendo		0.40							0.34
Corri ou fiz exercícios			0.49						0.47
Encontrei novas crenças			0.42						0.44
Descontei minha raiva em outra (s) pessoa (s)			0.41						0.61
Enfrentei como um grande desafio, fiz algo muito arriscado				0.41					0.43
Tentei encontrar a pessoa responsável para mudar suas idéias				0.41					0.42
Conversei com outra (s) pessoa (s) sobre o problema procurando mais dados sobre a situação.					0.51				0.59
Procurei não fazer nada apressadamente, ou seguir o meu primeiro impulso					0.47				0.51
Esperei que um milagre acontecesse						0.53			0.49
Procurei tirar alguma vantagem da situação							0.61		0.63
Total	**9.21**	**5.08**	**3.33**	**2.73**	**2.46**	**2.27**	**2.16**	**2.13**	
% da variância explicada	**13.95**	**7.70**	**5.05**	**4.13**	**3.73**	**3.44**	**3.27**	**3.22**	
% cumulativa da variância explicada	**13.95**	**21.65**	**26.70**	**30.83**	**34.56**	**38.00**	**41.27**	**44.49**	

É indispensável comentar cada um dos fatores para se ter uma clara idéia do que eles representam de fato.

Fator 1

Retomando os dados constantes da Tabela III,23 com referência ao Fator 1, pode-se observar que ele emerge com bastante precisão, explicando sozinho 13.95% da variância. O seu alpha de Cronbach é 0.50. É composto por 24 itens, quase um terço do total de quesitos do Inventário. Seus componentes devem ser considerados como os mais decisivos na maneira como os respondentes de nossa amostragem enfrentam as dificuldades. De uma perspectiva apenas estatística, baseada no alpha de Cronbach, temos nesse fator doze itens com o alpha acima de 0.53 e outros doze que acusam índices entre 0.41 e 0.49.

A primeira composição com 12 itens com peso maior, em uma perspectiva psicológica, pode ser assim caracterizada: os padres que respondem no sentido indicado pelo fator tendem a basear suas respostas em experiências pessoais passadas e na busca de um novo ângulo de visão para o problema. Os itens mostram uma tentativa de discernir melhor o que é mais importante e de fazer um prognóstico de uma piora/melhora da situação. Eles se caracterizam ainda pelos seguintes modos de enfrentamento:

- certa tendência à introspecção reflexiva que retorna as experiências similares do passado (item 48); faz um balanço do positivo e do negativo nessas experiências (item 65); busca dizer coisas a si mesmo que ajudam a sentir-se bem (item 19); analisa se a responsabilidade cabe a ele próprio (item 29).

- despertar da criatividade (itens 20 e 52) com percepção de amadurecimento pessoal (item 23) e da capacidade de colocar-se no lugar do outro (item 64); estabelecendo maneiras de relacionamento agradável com o outro (item 18).

- reavaliação à luz de uma visão mais abrangente do problema (item 38).

- percepção nova dos próprios recursos, seja da situação atual (item 39) seja da futura (item 51)

A segunda composição de 12 itens, todos com um alpha estatisticamente aceitável (entre 0.41 e 0,49), mostra tendências na reação dos respondentes que vão numa direção compatível com a do grupo anterior. Revelam, assim, também uma tendência a buscar soluções mediante um esforço introspectivo. Os vários itens indicam que os sujeitos buscam dizer a si mesmo coisas que os animem para encontrar uma via criativa de solução do problema e sugerem a busca de

relacionamentos interpessoais de apoio. Aparece aí uma demanda de aceitação por parte de outros e a inspiração em uma pessoa que possa servir como modelo de referência. Ainda nessa direção emerge o aspecto da busca de apoio na oração. São aspectos que de alguma forma e em seu conjunto têm a ver com a relacionalidade, a referência ao outro. São indicativos de atitudes que apontam para:

- introspecção positiva capaz de reavaliação positiva do vivido como causador do problema (itens 2, 30, 56 e 62), fazendo, inclusive, uma autocrítica (itens 9 e 25) de cunho mais realista (itens 61 e 55) - busca apoio social através do contato com outros, o que facilita uma interação social (itens 31, 42 e 63);

- aparece ainda um item que merece atenção no caso dos padres formadores: a oração (item 60).

Fator 2

Com base nos índices do alpha de Cronbach (entre 0.68 e 0.40), do *eigenvalue* (5.08) e do percentual explicativo da variância (7.70) desse fator, conclui-se que ele está psicologicamente bem caracterizado em nossa amostragem em estudo.

Não é difícil perceber que em termos psicológicos ele é de fato distinto do Fator 1 devido às seguintes características:

- mostra um fechamento artificial da pessoa através de uma postura de fuga do outro (item 40) e de orgulho (item 37), que esconde os sentimentos (item 14) como se nada tivesse acontecido (item 21).

- Essa atitude de negação e fechamento parece ser compensada através de uma tentativa de esquecer o acontecimento desagradável (item 58) do desejo que a situação desapareça por si mesma (item 50), como em um sonho acordado (item 57). Há, no fundo, uma atitude geral de recusa ao confronto com o real (Item 13).

Fator 3

Este fator, embora caracterizado por apenas 3 itens, tem aspectos que lhe são peculiares, apesar de não serem compatíveis de um ponto de vista lógico, e psicológico: correr e fazer exercícios (item 66) é algo somático, diferente de encontrar novas crenças (item 36) ou de descontar a raiva em outros (item 47). Por

designar três aspectos muito distinto um do outro, torna-se difícil explicar por que esses três itens se associam no Fator 3.

Fator 4

Algo análogo se pode dizer do Fator 4, composto por apenas 2 itens, ambos com mais de 0.40 do alpha de Cronbach. Um item aponta para o enfrentamento de algo muito arriscado (item 34) e o outro, indicando o mesmo ímpeto audacioso, o ímpeto de ir ao encontro do responsável pelo problema para demovê-lo de sua idéia (item 7). O fator parece indicar um comportamento proativo que não está presente nos demais fatores.

Fator 5

O Fator 5 merece ser considerado por sua definição estatística. Psicologicamente, porém, não é bem claro e parece tocar em aspectos que já se apresentam, também, nos outros fatores. Assim, não fazer nada apressadamente (item 35) é um comportamento introspectivo presente no Fator 1. A mesma análise vale para o item 8, que busca mais dados sobre a situação, mediante conversa com o outro. Indica talvez meticulosidade e, a exemplo do Fator 4, inclui a busca de suporte social.

Fator 6

Na ótica estatística, este fator apresenta uma carga fatorial significativa, razão pela qual não pode ser simplesmente deixado de lado. Tanto mais que, a exemplo do que foi dito com relação ao item 60, que mencionava a oração, esse item mostra que os padres formadores que respondem positivamente a ele tendem a buscar saídas na participação do divino nas situações do cotidiano (item 11 “esperei que um milagre acontecesse”

Fator 7

Apresenta uma característica que chama a atenção pela uma carga fatorial bem expressiva. O item em que é marcante o de número 5, indica um sujeito que quer tirar algum benefício próprio resultante da ação ou situação.

Fator 8

Dentre todos os fatores, apenas o Fator 8 foi excluído por não apresentar carga acima de 0.40 em nenhum item.

Após uma primeira leitura dos itens que compõem os fatores encontrados na análise fatorial de nossos sujeitos, pode ser de ajuda considerar outros elementos estatísticos úteis a uma melhor compreensão das estratégias usadas pelos respondentes. As medidas a serem usadas são as geralmente de praxe em análises estatísticas simples, mas capazes de lançar uma luz inicial sobre os dados.

Como um segundo instrumento de controle passemos agora a considerar a Tabela III,23, na qual são apresentados a média e o desvio padrão. A média para o fator confronto foi de 1.04 (*dp* = 0.50), para o fator afastamento, 1.00 (*dp* = 0.45), para o fator autocontrole 1.48 (*dp* = 0.45), para o fator suporte social 1.65 (*dp* = 0.61), para o fator aceitação de responsabilidade 1.41 (*dp* = 0.56), para o fator fuga e esquiva 1.45 (*dp* = 0.86), para o fator resolução de problemas 1.59 (*dp* = 0.56) e para o fator reavaliação positiva 1.54 (*dp* = 0.52).

3.7 Estressores das atividades diárias dos padres formadores na casa formativa - questionário elaborado pela autora desta pesquisa

O levantamento das possíveis fontes principais de *stress* mais específico para a realidade do padre formador foi realizado através da aplicação do instrumento de estressores do cotidiano, instrumento de sondagem elaborado pela autora. As respostas às 18 questões desse questionário foram concentradas em 4 áreas que se referem às principais variáveis responsáveis pelo *stress* dos padres diocesanos e religiosos padres

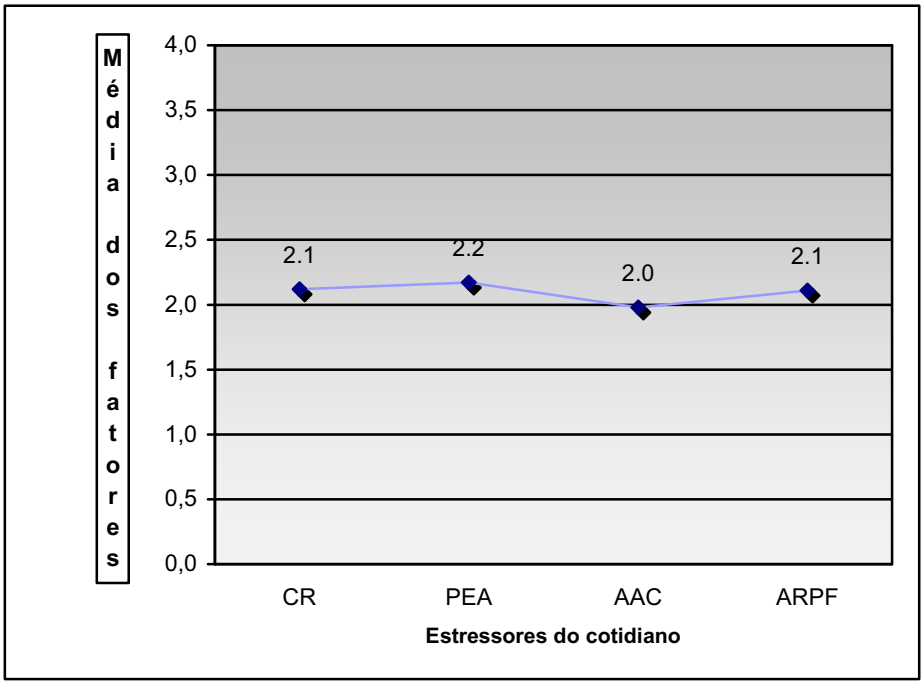
A partir da distribuição dos 18 itens, delimitaram-se quatro conjuntos que foram denominados: Capacidade de Relacionamentos (CR), que corresponde a 6 itens (questões: 02, 09, 11, 15, 16, e 14); Planejamento e Execução das Atividades (PEA) em si com 5 itens, (questões: 01, 03, 05, 10 e 13) Atividades do Âmbito da Casa (AAC) com 2 itens (questões: 04, e 12) e Atividades Referente ao Próprio Formador (ARPFcom 5 itens (questões 06, 07, 08, 17 e 18). Os itens ficaram organizados, como a seguir se explicita no Quadro III,1.

Quadro III,1 – Respostas e médias do domínio do questionário de Morais.

Domínio	Itens	Média de cada item	Média do dominio
CR	2. A comunicação com os superiores e/ou responsáveis pela formação 9. A delegação de tarefas para outros membros da equipe formativa 11. Definições de atividades de cada formando 14. O encaminhamento do formando para sua casa 15. O relacionamento com os familiares dos formandos durante a etapa formativa 16. O relacionamento com a equipe formativa	2.0 1.9 2.2 2.7 1.9 2.1	2.1
PEA	1. A sobrecarga de atividades burocráticas e de trabalho 3. A elaboração da rotina das atividades diárias 5. O planejamento de cuidados a serem prestados aos formandos 10. Manter as condições necessárias para o bom funcionamento da casa 13. A evolução do planejamento de cuidados para com os formandos	2.2 2.0 2.2 2.4 2.0	2.2
AAC	4. O ambiente de trabalho na casa formativa 12. A oportunidade para discutir as experiências tanto positivas quanto negativas do cotidiano	1.8 2.2	2.0
ARPF	6. O acompanhamento personalizado a cada formando 7. O seguimento dos formandos durante a etapa formativa 8. A avaliação dos cuidados aos formandos 17. O planejamento de cuidados para consigo mesmo 18. O planejamento de tempo para o cultivo de sua espiritualidade	2.2 1,9 2.4 2.0 2.1	2.1
	Total	**2.1**	**2.1**

Verifica-se ainda pelos dados demonstrados que o item de número 14 (o encaminhamento do formando para sua casa) significa o de maior *stress*, com média de 2.7, e item de número 4 (o ambiente de trabalho na casa formativa) corresponde ao de menor *stress* com média 1.8.

Gráfico III,9 - Média dos domínios, questionário de Morais.



Pode-se visualizar no Gráfico III,9 que a média relativa ao conjunto PEA é a mais elevada, seguindo-se dos conjuntos CR, ARFP, e AAC, conforme foram desdobrados anteriormente os significados. O conjunto AAC tem a menor média (2.0).

3. 8 Situações estressantes em padres formadores: questões abertas do questionário de Morais, M.F.A.

O questionário sobre as situações estressantes da vida diária dos padres formadores nasceu de meus contatos e entrevistas com os próprios formadores. Foi respondido por 30 padres que atuam em casas de formação. Desses 30 respondentes, 15, ou seja, 50% relataram sentir experiências de *stress* em algumas situações específicas de seu trabalho, enquanto os outros 15 (50%) relataram não sentir experiência de *stress*.

As principais fontes causadoras de *stress* citadas pelos respondentes foram organizadas por áreas específicas que se orientam em cinco direções principais:

Quadro III,2 – Experiências e situações citadas pelos respondentes que provocam *stress*

Agrupamentos	Itens
1. Referentes ás relações dentro da equipe formativa:	- tensão no presbitério - falta de clareza do papel do bispo como o primeiro formador - falta de apoio suficiente de outros formadores - falta de planejamento sério assumido por todos os formadores - falta de planejamento formativo que exige reflexão e ação de todos - dificuldade de integração na equipe formativa - equipe de formação com reuniões improdutivas - falsidade na equipe formativa - falta de continuidade no processo formativo
2. Condições de trabalho para o desempenho das atividades do formador:	- sobrecarga de responsabilidades no seminário - sobrecarga de atividades formativas - acúmulo de funções além da função de formador - acumulo de trabalho diário - o ambiente da casa de formação que não favorece a formação
3. Atividades relacionadas à administração e organização da casa:	- falta de distensão no cotidiano - falta de tempo necessário para lazer e férias - pouco tempo para cuidar de si mesmo - desapego de minha pessoa como se isso fosse saudável - sinto-me desafiado por ter que ser modelo - falta de tempo necessário para cursos - a oração que fica em último lugar - racionalização exagerada dos fatos da vida cotidiana - a oração que fica associada à profissão – prioridade ao trabalho em detrimento da reza - o espaço físico da reza que é o mesmo espaço de trabalho no seminário - a oração que estressa; quando ela termina sinto que preciso começar a rezar

4: Coordenação das atividades diárias:	- pressão externa ao seminário - cuidados na arrumação de veículos, seminário, alimentos, médicos, bancos, reuniões - responsabilidade da reforma do espaço físico do seminário - manejo deficiente das estruturas internas - responsabilidade em atividades fora da missão de formador - o ambiente da casa que é o mesmo para trabalho e oração - dificuldade em lidar com a rotina diária
5. Interação com os formandos:	- falta de diálogo com os formandos - jovens sem conhecimento da vocação

Os respondentes que relataram não sentir experiência de *stress* no trabalho formativo (50%) citam situações que os levam a uma maior integração nas relações com a equipe formativa e na coordenação e administração das atividades tanto do pessoal quanto da administração. Nesse contexto, observa-se ainda na avaliação individual que os respondentes manifestaram sentir prazer, simplesmente por gostarem do que fazem e do convívio tanto interno quanto externo que a casa de formação e as atividades possibilitam, como se pode verificar nas respostas seguintes. As situações relatadas são as seguintes:

Quadro III,3 – Experiências e situações citadas pelos respondentes que não provocam *stress*.

Agrupamentos	Itens
1a. Relação profissional com a equipe formativa:	- tenho uma boa equipe formativa - busco auxílio na equipe formativa - o que eu tenho pra falar expresso ao bispo, funcionários formandos ou formadores - tenho um bom relacionamento com a equipe formativa - falsidade na equipe formativa - falta de continuidade no processo formativo
2a. Condições de trabalho para o desempenho das atividades do formador:	- sinto que meu trabalho é algo necessário e exige esforço - meu trabalho na formação é muito recente - tomando consciência de meus limites - sou objetivo nos problemas - fico indignado, com o problema - porque esta é uma experiência nova - estou me iniciando no trabalho na formação
3a. Atividades relacionadas à administração pessoal e da casa:	- são as mais variadas e correspondem às mesmas que causam *stress* aos do outro grupo - procuro organizar bem o meu tempo - consigo dosar atividade de paróquia e formação - o padre em si já é oração, ou seja, ele todo é oração. - não levo dificuldades de uma atividade para outra atividade

"Quando aprendemos a enfrentar os problemas de outra maneira, lidamos com eles de maneira diferente e eles se tornam diferentes."

Virginia Satir

CAPÍTULO 4
LEITURA DOS DADOS

Tendo por base a compreensão da complexidade da formação de novos presbíteros da Igreja Católica; das dificuldades nas relações intrapessoais e interpessoais no ambiente da casa de formação; a importância de uma contribuição aos profissionais que trabalham com os padres formadores entende-se que é necessário oferecer mais subsídios aos formadores a fim de que eles possam identificar e enfrentar os estressores vivenciados no dia-a-dia com os formandos, para que possam buscar uma melhor qualidade de vida e saúde no trabalho, com menos stress. Considerando o acima exposto, a seguir serão discutidos os dados levantados neste estudo.

Há de se considerar que, de maneira crescente, os profissionais das mais variadas áreas de atuação têm se preocupado com o *stress* em suas atividades pessoais, sociais e profissionais. Cada vez mais se pode constatar a diversidade de publicações que se encontram à disposição dos leitores, visando à redução do stress e sugerindo formas de sua prevenção e tratamento. Sabe-se que não existem receitas ou fórmulas que permitam ao ser humano a eliminação do *stress*; no entanto, há formas de enfrentamento dos fatores estressantes, as quais depende de cada pessoa, assim como de suas percepções e razões, pois são muito pessoais e momentâneas. Toda percepção, avaliação e reação é pessoal e específica a uma determinada situação de stress.

Segundo (Lazarus; Folkman, 1984; Selye, 1965; França & Rodrigues, 1997), a idéia fundamental é que um mesmo acontecimento pode gerar implicações para um determinado tipo de pessoa, mas poderá também nada gerar para outro que já conseguiu desenvolver algum tipo de estratégia para enfrentar os problemas. Dependendo, portanto, das características psicológicas de cada pessoa, das exigências circunstanciais (intensidade e duração) e das experiências passadas, assim como das diferenças no processo de valorização de cada pessoa, alguns fatores podem tornar real um elemento, uma característica potencialmente estressante.

Sabe-se que as pessoas diferem em suas formas de perceber, identificar e analisar os estressores; do mesmo modo, suas reações e seus processos de enfrentamento e adaptação são pessoais. Por exemplo, a mesma situação de vida pode ser experienciada por uma pessoa como perigo, enquanto outra poderá percebê-la como um grande desafio.

Lazarus e Folkman (1984), numa perspectiva psicológica, referem-se ao stress como “uma relação particular entre a pessoa e o ambiente que é apreciado por ela como excedente aos seus recursos, o que coloca em perigo o seu bem-estar”. Para enfatizar o aspecto subjetivo do conceito de *stress*, os autores usam a palavra “particular”, porém não menos importante é a ênfase da definição na relação pessoa-ambiente por esta apresentar o dinamismo de processo que muda durante uma transação estressora entre a pessoa e o ambiente. Eles lembram também que as emoções, os pensamentos e as ações são interdependentes e produzem alterações e adaptações uns aos outros.

Neste estudo, à semelhança de outros com padres católicos em seu trabalho pastoral, verifica-se que a população dos padres diocesanos é predominante. Resultados semelhantes foram obtidos em um estudo realizado com sacerdotes da Arquidiocese de Santiago, nas diversas atividades pastorais onde os párocos e vigários paroquiais, que trabalham em tempo integral na sua paróquia e fora dela, constituíam-se, majoritariamente padres diocesanos segundo Hiriart, G. M.; Ocampo, J. R.(2002).

Na amostra estudada não importa se com padres diocesanos ou religiosos padres formadores, o fato é que o stress provoca um prejuízo considerável no esforço adaptativo do indivíduo, originando um processo de experiências negativas de vida, o que dá uma idéia de que isso ocorre em algum ponto do ciclo da vida da pessoa; é um processo de *stress* negativo, ou seja, *distress*, e que fatalmente interfere na qualidade de vida das pessoas.

Os resultados relativos à ocorrência de stress entre os padres formadores revelam que os jovens adultos, ou seja, os com data de nascimento entre 1972 e 1982 apresentaram maior incidência de processo de stress. Pode-se inferir que esses dados possam estar relacionados com o fato de os jovens adultos estarem mais sobrecarregados com as atividades diárias.

Na população estudada, verifica-se que enquanto 21.4% dos participantes se encontram na faixa etária de 48 a 58 anos, ou seja, mais maduros, os outros 78.6% se encontram na faixa etária entre 26 a 47 anos.

Através do Inventário de sintomas de *stress* Lipp, contatou-se que a ocorrência do processo de stress na amostra foi de 41.7%. Ocorreu com mais

freqüência entre os padres diocesanos formadores (44.9%) e, com menos freqüência, religiosos padres formadores (32.0%), porém não houve diferença significativa entre padres diocesanos e religiosos padres formadores.

As maiorias dos padres formadores que apresentaram processo de *stress* se encontravam na fase de resistência. Chama a atenção que os padres diocesanos apresentam maior freqüência de sintomas de *stress* sendo de 2.9% os que se encontravam na fase exaustão, comparados com os religiosos padres que apresentam 0.0% nessa fase.

Segundo Lipp (2000), a maior prevalência da fase de *stress* do indivíduo é a fase de resistência e se os entrevistados possuem alta média de estressores, isso pode indicar alta prevalência de *stress*, assim como grande quantidade de sintomas, tanto físico como psicológico.

A fase de resistência em que se encontra a maioria dos participantes pesquisados demonstra que está ocorrendo por parte deles um esforço intenso para manter a homeostase interna. Se os fatores estressantes persistirem em freqüência ou intensidade, poderá haver uma quebra da resistência, podendo os participantes passar para uma fase mais grave do *stress*, ou seja, o *distress*.

A grande maioria dos padres formadores em processo de *stress* apresentou alto percentual de sintomas psicológicos. A freqüência de sintomas psicológicos foi maior entre os padres diocesanos formadores (71.4%). Os religiosos padres formadores indicaram menor índice de sintomas psicológicos (50.0%) e o índice mais elevado de sintomas físicos (50.0%). De acordo com Lipp (2003), um dos principais sintomas que aparecem na fase de resistência é a diminuição da memória, o que dificulta a possibilidade de retenção dos conteúdos necessários e presentes à execução de várias atividades e, na realidade dos sujeitos pesquisados, a memória é um aspecto preponderante para o acompanhamento do processo formativo dos formandos. Outro dado é que religiosos padres formadores que se encontravam em processo de stress apresentaram um percentual bem maior na fase de quase-exaustão (12.5%) do que os padres diocesanos formadores. Os dados da pesquisa permitem constatar este fato, porém não o explicam. No conjunto, padres diocesanos e religiosos padres formadores que participaram da pesquisa apresentaram predominantemente sintomas psicológicos (67.4%).

Verificou-se que houve uma diferença estatisticamente significativa em relação ao ano de nascimento e processo de *stress*. Os testes estatísticos mostraram que não existe associação significativa entre estas variáveis: função, cargo específico, tempo de trabalho na formação. Portanto, na análise subseqüente, será explorado o fator "ano de nascimento" relacionado ao processo de *stress*.

Na faixa etária entre 26 e 30 anos se constatou o índice mais elevado da ocorrência do processo de *stress* (58.3%). Ocorreu uma diminuição de *stress* na faixa etária entre 37 e 47 anos (30.3%). A partir de 48 anos, houve um decréscimo nos índices de processo de *stress*.

Diante do acima exposto, é possível inferir que os participantes maiores de 48 anos sejam mais resilientes[22] do que os jovens? A experiência adquirida ao longo da vida é um fator que influencia favoravelmente no enfrentamento de adversidades?

Os padres formadores acima de 37 anos apresentaram, na sua totalidade, processo de stress na fase de resistência em que existe um maior gasto de energia, provocando assim uma sensação de desgaste generalizado do organismo. Na fase de quase-exaustão e exaustão, encontraram-se os presbíteros formadores com idade entre 26 e 36 anos.

Na literatura disponível, não foram encontradas pesquisas semelhantes, com padres formadores, que possam ser comparadas com os dados do presente estudo, porém, em uma pesquisa, Barson, P.; Caltabiano, M.; Ronzoni, G. (2005) identificaram níveis bastante elevados de exaustão emocional nos padres jovens adultos com idades entre 25 e 29 e pouca experiência nas diversas pastorais.

De acordo com o ISSL com relação aos padres formadores que apresentaram processo de *stress*, há predominância de sintomas psicológicos. Os indivíduos entre

[22] A palavra resiliência, segundo a física, "é a propriedade que alguns corpos apresentam de retornar à forma original após terem sido submetidos a uma deformação elástica" e no sentido figurado "capacidade de se recobrar facilmente ou se adaptar à má sorte ou às mudanças". (HOUAISS et al. 2001). Já em língua inglesa uma das definições da palavra resiliência é utilizada aqui no sentido de: "habilidade de voltar rapidamente para o seu usual estado de saúde ou de espírito depois de passar por doenças, dificuldades etc., o que confirma a maior familiaridade para o uso do termo em fenômenos humanos, apontando em primeiro plano a definição acima. O original em inglês: "the ability to return quickly to your usual health or state of mind after suffering na illness, difficulties" (MICHAELIS, 2003).

37 e 47 anos (80.0%) e 26 e 36 anos (64.3%) são os que apresentaram os índices mais elevados de sintomas psicológicos. Nessas faixas etárias, foram identificados sintomas físicos baixos. Observa-se que os indivíduos com idade de 48 a 58 anos não apresentam predominância de stress físico e psicológico – os dois juntos (0.0%).

Os resultados relativos à ocorrência de stress entre os padres formadores revelam que os adultos jovens apresentaram maior incidência de processo de stress. Esses dados podem estar relacionados com o fato de esses adultos jovens estarem mais sobrecarregados, tanto pela execução do programa formativo, quanto pelas exigências do cotidiano.

Não foi encontrado nenhum estudo similar com presbíteros formadores no Brasil que pudesse fornecer dados comparativos, porém em âmbito católico. Crea, (2004); Barson, P.; Caltabiano, M.; Ronzoni, G. (2005) e Kirsch, G. G. (2001) apresentam valores semelhantes em seus estudos com padres diocesanos e religiosos padres nas diversas pastorais.

Também foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre fatores de *burnout* e variáveis de interesse. Tal diferença se encontra entre o fator de *burnout* denominado exaustão emocional com ano de nascimento. Os padres jovens adultos apresentam índice mais elevado para exaustão emocional, enquanto os mais idosos apresentam menos resposta a esse fator.

Identificou-se uma faixa etária na qual, em sua grande maioria, encontram-se os participantes com idades de entre 26 e 36 anos, o que representa uma população de jovens adultos. Novamente Crea, (2004); Barson, P.; Caltabiano, M.; Ronzoni, G. (2005) e Kirsch, G. G. (2001) apresentam dados semelhantes em seus estudos com padres diocesanos e religiosos padres.

É possível dizer que a idade jovem adulta hoje traz grandes desafios, como, por exemplo, a responsabilidade das próprias ações, a construção do autoconhecimento e da percepção de sua habilidade para lidar com as novas situações. A idade adulta jovem traz novas exigências e a velhice também.

Ainda entre fatores de *burnout* e variáveis de interesse, com relação a despersonalização e nascimento, foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de resultados do domínio despersonalização nas

categorias de ano de nascimento. Essas diferenças podem ser encontradas entre as respostas - “moderada” e “alta”, nas quais é possível observar que os padres com nascimento antes de 1960 apresentam chance significativamente menor (0.0%) de serem classificados na categoria despersonalização do que os demais.

Dados semelhantes foram encontrados pelos autores Barson, P.; Caltabiano, M.; Ronzoni, G.; (2005), que sustentam ser possível, nas faixas maiores, a diminuição da ansiedade, uma vez que as pessoas tendem a avaliar a vida de maneira mais ponderada. Com certeza, as respostas às situações de stress, mesmo não sendo rotineiras são adaptativas e requerem da pessoa certa experiência de vida.

A análise dos dados nessa pesquisa constatou que entre exaustão emocional e tempo de trabalho na formação, há diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de resultados do domínio exaustão emocional nas categorias de tempo de trabalho. Observou-se que as diferenças encontradas estão entre as categorias - “moderada” e “alta”. Os padres formadores com tempo entre 1 e 5 anos de trabalho na formação apresentam exaustão emocional “alta” (39.7%), com relação à moderada (25.9%). É importante verificar aqui que os padres diocesanos e religiosos padres formadores com o tempo de serviço intermediário são os mais atingidos pela sintomatologia do burnout.

A exaustão emocional acontece quando a pessoa percebe não possuir mais condições de despender a energia que o seu trabalho demanda. Algumas das causas apontadas para a exaustão são a sobrecarga de atividades e o conflito pessoal nas relações, entre outras. Logo, pode-se dizer que ocorre assim um esgotamento de energia física e/ou mental na pessoa que mesmo querendo dar mais de si afetivamente, percebe-se no seu limite. É o caso do padre formador que se sente exaurido, queimado, em decorrência do desgaste cotidiano da convivência com tantos formandos, conseqüentemente desgastado pelo atendimento, sem interrupção e com atuação diária na casa de formação.

A escala de exaustão emocional tem sido considerada como central para o *burnout*. É preciso lembrar que a síndrome é composta de vários elementos que vão aparecendo na vida dos profissionais, de forma silenciosa, e, quando a doença é diagnosticada, vários aspectos da vida pessoal do profissional infelizmente já foram afetados. Aparentemente tais resultados podem não parecer significativos, mas é

preciso considerar os prejuízos que eles acarretam aos padres diocesanos e religiosos padres formadores em seu ambiente de trabalho.

Finalmente, quanto à despersonalização e variável de interesse, observa-se que foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre as distribuições de resultados do domínio despersonalização nas categorias de tempo de trabalho.

Verifica-se que os padres com menos de 1 ano de trabalho na formação apresentam a chance de serem classificados em despersonalização baixa significativamente maior (82.4%) do que os demais padres formadores. Provavelmente isso se deva ao fato do pouco tempo no trabalho diretamente na casa de formação.

A despersonalização é considerada uma dimensão típica da síndrome de *burnout* e um elemento que distingue esta síndrome do stress. Originalmente apresenta-se como uma maneira de o profissional se defender da carga emocional derivada do contato direto com o outro. Devido a isso, desencadeiam-se atitudes insensíveis em relação às pessoas nas funções que desempenha, ou seja, a pessoa cria uma barreira para não permitir a influência dos problemas e sofrimentos alheios em sua vida. O profissional em estado de burnout acaba agindo com cinismo, descaso, rigidez ou até mesmo ignorando o sentimento da outra pessoa. Uma característica estrutural do trabalho que envolve cuidado é a tensão entre a necessidade de estabelecimento de um vínculo afetivo e a impossibilidade de concretizar tal vínculo, Maslach e Leiter (1999).

A escala de coping definida por Savóia, (2000) como uma resposta com o objetivo de aumentar, criar ou manter a percepção de controle pessoal, explora em maior profundidade as habilidades “adaptativas” da pessoa frente a eventos diários e situações estressantes cotidianas, influenciando e sendo influenciadas pela personalidade (SAVÓIA, 2000). Uma maior rigidez do funcionamento psíquico da pessoa, assim como a falta de habilidade de alternativas comportamentais para a resolução de problemas, acarretaria aumento no nível de stress experenciado pela pessoa.

Cabe dizer que na escala de *coping* foram observadas diferenças estatisticamente significantes apenas nas duas primeiras dimensões, a de confronto e função e de afastamento e cargo específico.

Ao analisar os indivíduos tipo de função (padres diocesanos formadores), foram percebidas diferenças na dimensão de confronto (enfrentamento da situação). Esta dimensão caracteriza-se pela exteriorização dos sentimentos, apresentados quando se está exposto a um estímulo estressante e ao *stress*, ou seja, pela reação de enfrentamento. Itens característicos desta dimensão são, por exemplo: “descontei minha raiva em outra pessoa”, “mostrei a raiva que sentia” e “enfrentei como um grande desafio”. As diferenças verificadas estão relacionadas aos padres diocesanos formadores.

Na dimensão afastamento (tendência a considerar sem importância o estímulo estressante), verifica-se que as diferenças significativas estão relacionadas a cargos específicos. Observa-se que os diretores espirituais tendem a dissimular que algo desagradável tenha acontecido, recusando a pensar no conflito ou enfrentá-lo. Eles utilizam estratégia de afastamento algumas vezes em maior escala (100%), dos estímulos estressantes. Verificamos também que o número de respostas se encontra bem distribuído entre as outras categorias para os cargos, ou seja, os cargos de reitor, vice-reitor e outros (professor, ecônomo, diretor de estudo e assistentes). Esta dimensão é composta por itens do tipo: “não me deixei impressionar” e “procurei esquecer a situação”. Maslach (1992) considera o afastamento uma das formas positivas de a pessoa enfrentar *stress*, entretanto chama a atenção para o fato de que o excesso de afastamento pode configurar-se em *burnout*.

No estudo de correlações entre as escalas foi possível identificar correlações positivas significativas entre confronto e despersonalização, sintomas físicos e sintomas psicológicos de stress, afastamento, exaustão emocional, sintomas psicológicos de *stress*, fuga e esquiva, e também despersonalização.

Igualmente, verificaram-se correlações positivas significativas entre exaustão emocional e sintomas físicos e sintomas psicológicos de *stress*, despersonalização e sintomas físicos e sintomas psicológicos de *stress*.

Finalmente verificou-se ainda nas correlações entre as escalas que existe uma correlação negativa significativa entre realização profissional e sintomas físicos. Dado que permite afirmar que o burnout não vem do excesso de trabalho, mas da lacuna entre esforço e recompensa, uma vez que quanto maior a realização profissional, menor o *stress* físico.

Entende-se aqui que o prazer no trabalho e a realização pessoal podem estar vinculados às possibilidades de ser criativo, de ter liberdade para inovar e renovar de participar ativamente nas decisões e, ainda, de ter reconhecimento e valorização de sua prática profissional.

Um importante aspecto a ser considerado na análise desses dados, diz respeito aos mecanismos de *coping* propostos por Lazarus e Folkman (1984): as dimensões de autocontrole (quando a pessoa controla seus sentimentos advindos do evento estressantes); de suporte social (quando procura apoio entre amigos para encontrar soluções para a situação estressante); de aceitação de responsabilidade (quando a pessoa experimenta sentimentos de autocrítica e repreensão devido à análise da situação estressante tendendo assim a reagir ao conflito, aceitando a responsabilidade pelos problemas surgidos); de resolução de problemas (quando a pessoa não se esforça a fim de resolver o conflito); e de reavaliação positiva (quando a pessoa consegue observar o lado positivo da situação estressante, tomando-a como exemplo para modificar suas atitudes). Todos esses mecanismos não apresentaram correlação significativa com nenhum dos outros fatores das outras escalas nesse estudo desses autores.

Ainda no que diz respeito ao Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus dentre os resultados utilizados pelos padres formadores, destacam-se as estratégias: suporte social como a mais utilizada seguida de resolução de problemas; reavaliação positiva; autocontrole; fuga e esquiva; aceitação de responsabilidade; confronto e afastamento, sendo esta última a menos utilizadas pelos presbíteros formadores. (Tabela III,23).

Esses dados permitem, empiricamente, afirmar que os respondentes na maior faixa etária na formação laçam mão do suporte social, resolução de problemas, reavaliação positiva, autocontrole, fuga e esquiva, aceitação de responsabilidade, confronto e afastamento como as melhores formas de enfrentar os estressores. Dados que se relacionam com os resultados condizentes com o estudo do *stress* já

que a uma idade maior corresponde um menor nível de *stress* nas atividades relacionadas com o funcionamento da casa de formação.

Cabe dizer que, nesse caso, suporte social, resolução de problemas, reavaliação positiva, autocontrole, fuga e esquiva, aceitação de responsabilidade, confronto e afastamento são categorias focadas tanto na emoção, quanto no problema. Essa relação indica que os mecanismos de *coping* focados, tanto na emoção quanto no problema, podem estar sendo resolutivos para os padres formadores na maior faixa etária, no que se refere ao funcionamento da casa de formação, mas podem também estar cumprindo uma função paliativa no enfrentamento do stress, ou ainda resultar apenas em afastamento do estressor.

É importante ressaltar que Lazarus e Folkman (l984) abordam o configurando-o em duas formas distintas: alterar as relações pessoa-ambiente centradas no problema - que se constitui em um esforço para atuar na situação que deu origem ao *stress* tentando mudá-la e cuja função é alterar o problema existente na relação entre a pessoa e o ambiente que está causando a tensão. Outra forma de enfrentamento é centrada na emoção, cujo esforço é para regular o estado emocional (que é associado ao stress), caso não regule, o *stress* resultará em eventos estressantes. Essas atitudes do indivíduo em estado de coping caracterizam seus esforços dirigidos a um nível somático e/ou a um nível de sentimentos, tendo por objetivo alterar o seu estado emocional para reduzir a sensação física desagradável de um estado de *stress*. Essas duas atitudes do indivíduo, portanto, são voltadas para a realidade, pois buscam diminuir ou eliminar a fonte de stress. É necessário ressaltar também que as pessoas diferem em sua sensibilidade e vulnerabilidade ante os eventos estressantes, assim como em suas interpretações, reações e avaliações, independentemente da idade (LAZARUS E FOLKMAN 1984).

Payne (2001) destaca que alguns estudos parecem sugerir que o uso de estratégias de coping focadas no problema pode prevenir o *burnout*; já as estratégias focadas na emoção e no esquivamento contribuem para o aparecimento da síndrome de *burnout*. O mesmo autor, tendo por base outros estudos, afirma que as estratégias focadas na emoção podem ser mal adaptadas, uma vez que são usadas no momento de esgotamento e podem, por essa razão, torná-lo mais acentuado; ou, ainda, pelo fato de colocarem de lado o enfrentamento do problema.

No entanto, ele afirma que a melhor forma de *coping* é aquela que a pessoa utiliza especificamente para uma situação determinada, o que a torna mais eficiente.

Na realidade estudada, observou-se que *coping* focado na emoção e no problema, no momento em que foi desenvolvido este trabalho, parecia estar sendo resolutivo no que se refere ao funcionamento da casa de formação, pois o *stress* foi menor nos padres formadores na maior faixa etária.

No modelo interativo entendido como um processo no qual as relações entre pessoa e ambiente interagem constantemente, fica evidente que a adaptação do ser humano às diferentes situações de *stress* é necessária, para que se dê o adequado enfrentamento.

É importante a reflexão sobre cargo específico e tempo de trabalho, uma vez que o trabalho nos seminários com uma população tão específica requer dos futuros padres, ou seja, profissionais que sejam capacitados e com um mínimo de experiência profissional para lidar com sua futura missão na Igreja.

No que se refere ao tempo de serviço, os padres formadores nos seminários onde atuam, verifica-se que é predominante o período de 1 a 5 anos para 39.7% da população entrevistada. Será possível que quanto maior o tempo de experiência na formação dos futuros presbíteros menos vulneráveis ao *stress* estão os padres formadores?

Não é possível afirmar com segurança que a experiência diminua a vulnerabilidade do padre formador ao stress. No entanto, neste estudo, verificou-se que, quanto maior o tempo de serviço na casa de formação, menor é o *stress* dos padres formadores nas atividades relacionadas ao funcionamento adequado da casa de formação.

De acordo com a perspectiva transacional, a presença ou ausência, ou mesmo a intensidade do *stress*, são determinados pela estrutura mental da pessoa e são dependentes do contexto no qual o indivíduo está inserido (LAZARUS e FOLKMAN 1984). As avaliações e as intervenções periódicas no ambiente fazem-se necessárias, buscando-se assim subsídios para que o bem-estar dos padres formadores seja mantido em um saudável ambiente de trabalho.

Verificou-se também que o tempo de serviço predominantemente no seminário foi de 1 a 5 anos, com um percentual de 56.3%. Por tratar-se de um

estudo sobre o stress no trabalho, esse dado parece significante, uma vez que o período de tempo de atuação do padre formador na casa de formação pode interferir diretamente na percepção e no enfrentamento dos estressores mais freqüentes no ambiente de trabalho. É quando acontecem às negociações, são feitas solicitações e, finalmente, se cumprem tarefas para com outras pessoas.

Quando olhamos mais detidamente para o progresso das ciências, das novas conquistas no campo tecnológico, na assistência às equipes formativas e nas relações sociais, de modo geral é para entender as peculiaridades da atuação no trabalho do formador. Tais peculiaridades exigem do padre diocesano e religioso padre formador grande habilidade, amplo conhecimento e, conseqüentemente, uma necessária segurança tanto emocional como técnica.

É fato que as transformações muitas vezes geram o conflito e este, desejado ou não, pode ser uma grande motivação para mudança, considerando que tal conflito é inerente ao ser humano e simboliza a possibilidade de a pessoa ir de contrário a outro. Por isso o tempo maior de serviço pode representar maior tranqüilidade, gerando a possibilita de avaliar de maneira mais segura os estressores para implementar as mudanças pessoais e institucionais, além de agir positivamente na interação com os eventos situacionais.

A avaliação dos níveis de *stress*, *burnout* e das estratégias de *coping* é de suma importância para uma melhor compreensão da maneira como os presbíteros formadores lidam com o stress. Também possibilita compreender os processos de transição nos diferentes contextos onde se encontram inseridos. É importante lembrar que saúde mental e física existe quando o nível de *stress* e as respostas defensivas do organismo para esse fator estão em equilíbrio. Quando, porém, o *stress* é suficiente para aniquilar as defesas, então os sintomas poderão se desenvolver, podendo as respostas ser físicas ou psicossociais. Neste estudo com relação, especificamente, à casa de formação, a integração dos resultados na leitura dos dados permite o entendimento de como os entrevistados vivenciam o enfrentamento do cotidiano.

Os indivíduos em níveis, seja de *stress*, seja de *burnout*, necessitam com urgência não só de tratamento físico, mas também de tratamentos que abrangem as suas dimensões psíquicas, sociais e espirituais, a fim de que possam agir de forma educativa e preventiva. Da perspectiva individual, os resultados apontam para que

os padres formadores possam identificar sua maneira de enfrentar o *stress*, abrindo a possibilidade de execução e mudança de suas condições. Vale enfatizar que a interação entre stress e coping envolve intensos e extensos processos, uma vez que os mecanismos de *coping* instalam ao longo do desenvolvimento humano e dependem de respostas das pessoas às variáveis da situação.

De forma geral, tanto nas dioceses quanto nas instituições religiosas existe uma prioridade quanto à formação continuada dos padres em geral e, especificamente, dos padres formadores No entanto, a população deste estudo, apesar de destacar esse aspecto, ou seja, a formação continuada dentre suas atividades, 77.7% dos formadores relataram a não continuidade em seus estudos após a ordenação sacerdotal. Por acaso esse sinal indica um viés do *burnout*? Acaso os formadores não possuem mais energia suficiente para dar um minuto a mais além do que lhe é estritamente necessário para manter seu trabalho no seminário? Ou, apesar da prioridade atribuída à formação permanente, os participantes, mais uma vez, se encontram perdidos nas dificuldades sentidas em seu próprio aperfeiçoamento?

No que diz respeito à satisfação no trabalho, e trabalho como uma ajuda no próprio sacerdócio, pode-se inferir que está vinculada às possibilidades de ser criativo e ter reconhecida e valorizada sua profissão.

Neste estudo, em relação à identificação dos estressores do cotidiano dos padres formadores, pode-se afirmar que o encaminhamento do formando de volta para sua família correspondeu ao item de maior *stress*, para 73.3% dos participantes. No entanto eles destacam como item de menor *stress* o ambiente de trabalho no seminário.

Sendo o processo formativo um espaço onde, além dos limites da casa de formação, das pessoas que nela habitam, incluindo funcionários, ao ambiente formativo também se somam o clima da congregação e/ou diocese, com suas pessoas que sobressaem na vida religiosa, a pessoa do bispo e o imaginário em torno de ser ou parecer alguém que pertence àquela instituição, se desenvolve um trabalho individual e coletivo mais voltado para o “cuidar”.

Finalizando, observa-se que a postura e a prática dos padres formadores precisam ser repensadas, para que se busquem novos referenciais que se adaptem

às transformações que se têm vivenciado na relação formador formando e família na realidade do hoje.

"Hoje me sinto mais forte, mais feliz quem sabe, eu só levo a certeza de que muito pouco eu sei e nada sei...."

Almir Sater e Renato Teixeira

CONSIDERAÇOES FINAIS E RECOMENDAÇÕES

Ao optar pelo estudo do stress como processo, foi possível lançar um olhar além das aparências na construção desse saber. O seminário (ou casa de formação) é um espaço que se modifica continuamente, provido de inventividade. Nele, os padres formadores se expressam tanto de modo objetivo quanto subjetivo, tendo as experiências vividas como importantes marcos norteadores no enfrentamento do stress e na opção de coping.

No atual estudo nosso interesse está centrado no teste de fidedignidade avaliado pelo alpha de Cronbach nestas três escalas: Inventário de Sintomas de stress para Adultos de Lipp (ISSL), Inventário de Maslach de Burnout – MBI e no Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus, de maneira a identificar sua distribuição fatorial em nosso contexto. Os resultados indicam a fidedignidade dos instrumentos nessa amostra, demonstrando a capacidade desses inventários na medição do stress, burnout e coping em padres diocesanos e religiosos padres formadores.

A opção pelos conceitos de Lazarus e Folkman, enquanto eixo norteador deste estudo, mostrou-se adequada e própria à busca a que se propôs, representando assim maior segurança como referencial teórico.

Sendo o s*tress* considerado o “mal do século”, que atinge as pessoas indistintamente, e também o presbítero contatou-se nesta amostra um grupo de formadores que relataram experiência de *stress* e *burnout* identificando-se o adequado uso de estratégias de *copin*g, o que permitiu a eliminação ou superação de estressores no momento do estudo.

Conforme os dados obtidos na pesquisa realizada, o *stress* pode ocorrer já nos primeiros anos de trabalho na casa de formação, e entre os mais jovens, o que leva a inferir que o apressar ou mesmo o correr nos primeiros anos de trabalho poderá conduzir ao desgaste que atinge não somente o formador, como também os formandos e todos os envolvidos no processo formativo. Conseqüentemente, o padre formador pode sucumbir à exaustão ou à pressão das demandas internas e externas, “arrebentando-se ao longo do caminho antes do cruzamento da linha de chegada”.

Lipp (1999) afirma que é impossível eliminar o *stress* da vida humana, ou seja, o *distress*, mas é possível preveni-lo através de medidas eficientes uma vez que a compreensão do que é *stress*, de seus sintomas e de suas fases pode cooperar por demais para que o ser humano aproveite, a seu favor, a força gerada pelo *stress.*

Assim sendo, acredita-se que proporcionar tempo e educação continuada aos padres diocesanos e religiosos padres formadores não significa prolongar indefinidamente processos que revelam desgaste e desfolhamento das relações com a comunidade dos formandos e a instituição em geral. Porém, determinados requisitos permitem a apreensão de conteúdos que facilitam a identificação, a avaliação e a definição de estratégias de enfrentamento do *stress* com menor desgaste e maior segurança e consciência, o que permite melhor qualidade de vida nos trabalhos com as pessoas dentro e fora da casa de formação ou seminário.

É importante lembrar que as estratégias de *coping* podem ser apreendidas e as ações deliberadas, logo interessa que as pessoas sejam educadas, orientadas e treinadas para o enfrentamento de situações que possam ser previsíveis no ambiente de trabalho, diminuindo assim a sua exposição aos estressores.

O stress sendo entendido como um processo permite concluir que há necessidade de uma interação dinâmica do presbítero formador com os demais membros da equipe de trabalho, que precisam estar em comunhão, abertos ao diálogo: no processo formativo com os formandos, com os familiares e com as equipes interdisciplinares, em um mesmo ambiente. A intuição, a criatividade e as experiências anteriores devem ser priorizadas permitindo assim a transformação de estressores em constantes desafios.

Os conceitos de *stress* trabalhados e divulgados por Selye (1959) foram de grande importância como base conceitual nos estudos referentes à área da saúde, de modo especial no que se refere às repercussões físicas, biológicas e endocrinológicas do *stress* na vida dos seres vivos. Entretanto, na atualidade esses conceitos devem ser adaptados ao atual estágio de desenvolvimento dos estudos, sobre stress, já que a sua compreensão passou a ser mais ampla e voltada às alterações biológicas, comportamentais, emocionais e cognitivas presentes no ser humano, quando da exposição aos diferentes estressores (Lazarus e Folkman 1984).

Ao avaliar os resultados deste estudo, pode-se dizer que, sendo o *burnout* um forte indicador de custos tanto individuais quanto pessoais, são necessários outros estudos que permitam avaliar, com rigor, a sua incidência entre os padres formadores, a fim de que aumentem a compreensão sobre sua natureza, determinantes e formas de prevenção.

Para Maslach (1992), dividir as dificuldades individuais com colegas de trabalho e coordenadores dentro de um clima de respeito e conforto emocional ajuda o profissional a distanciar-se dos problemas, sendo esse um elemento essencial na prevenção do *burnout*.

Destaca-se também a capacidade de o homem se adaptar-se às diferentes situações, mesmo tendo de pagar um alto custo por essa adaptação na busca de estratégias de enfrentamento do problema para evitar possíveis estressores que causam o desequilíbrio do funcionamento do organismo humano em todas as dimensões.

É bom lembrar que o excesso de trabalho, a diversidade de ocupação, a filosofia da instituição, objetivos e coerência são questões que devem ser sempre ponderadas quando se objetivam a identificação e a avaliação de possíveis causas desencadeadoras da síndrome de *burnout* (MASLACH e LEITER 1999).

A necessidade de treinamento técnico e interpessoal que propicie a qualificação da pessoa para trabalhar em equipe e de forma compatível com as necessidades dos outros, apresenta-se como um eficiente instrumento de combate tanto do *stress* quanto do *burnout*.

Outro fator que merece destaque é a necessidade de mudanças na instituição que serve à realização de ações de interesse social ou coletivo. Não simplesmente no sentido de mudar de instituição ou de trabalho, mas de efetuar transformações na prática mesmo. O formador precisa de constante renovação de recursos e técnicas administrativo-pedagógicas que o façam sentir maior autonomia no trabalho, suporte organizacional e interesse. O resgate de valores humanos no trabalho é também fundamental. O significado e o reconhecimento do trabalho e suas formas de recompensa, o sentimento de escolha e controle sobre o mesmo são caminhos que levam o indivíduo a realizar um trabalho visto como produtivo o que significa um formador e sua instituição de trabalho com mais qualidade e equilíbrio.

A produção de pesquisas relacionadas com *stress* e *burnout* com padres formadores dos futuros presbíteros poderá permitir que haja um aprofundamento no conhecimento dos estressores relacionados especificamente aos padres formadores, referentes aos fatores produtores de *stress*. Esses fatores estão associados à realidade da casa de formação, como carga de trabalho, pressão de tempo, problemas relativos à qualidade na execução das atividades e ao ambiente psico-educacional e suas relações. As pesquisas também ajudarão na identificação dos estressores psicossociais que estão relacionados aos fatores externos ligados a situações adversas nos eventos da vida do formador, tais como situação socioeconômica, problemas familiares, relações sociais, entre outros. Essas pesquisas permitirão aprofundar o conhecimento na ocorrência de stress nas casas de formação, especificamente no que diz respeito aos estudos da formação dos formandos inseridos na realidade brasileira.

Não obstante as inúmeras pesquisas em torno do *stress* relacionadas a profissões de ajuda, pouco ainda tem sido pesquisado sobre essa temática especificamente com presbíteros católicos no Brasil. Recomenda-se a realização de outros dois estudos que poderiam dar continuidade a este, com a mesma amostra: a validação de escala de *coping* específica para os presbíteros formadores católicos e estudos institucionais de modo a proporcionar a socialização de estratégias de enfrentamento (*coping*) que reflitam em benefícios à instituição, aos cuidadores e aos que deles se utilizam: os formandos. Desse modo, atuando de maneira a integrar o formador e a organização, procedendo ao levantamento das necessidades dos padres formadores, oferecendo-lhes suporte emocional e segurança no desenvolvimento de suas atividades profissionais, as instituições estarão priorizando a saúde dos cuidadores (formadores) e cuidados (formandos).

Tomadas tais providencias, serão propostos caminhos e alternativas de novos encaminhamentos de ajuda terapêutica e pedagógica para profissionais que assistem formadores em situação de *stress* e *burnout* para melhores condições de vida durante o desempenho de seu trabalho.

Refletindo na qualidade, responsabilidade e competência da função desenvolvida pelos padres diocesanos e religiosos padres formadores e que podem provocar o desgaste físico e emocional, supõe-se ser necessárias estratégias de intervenção para a prevenção e tratamento do *stress* e da síndrome de *burnout*.

Portanto elas serão divididas em e três grupos, a saber: individual, grupal e organizacional. São as seguintes:

- Estratégias individuais - dentre as estratégias no nível individual, recomendam-se a utilização do treinamento em resolução de problemas, assertividade e o como lidar com o tempo de maneira eficaz. Nessa perspectiva, entende-se que uma séria reflexão no sentido de "pensar o que já foi pensado" na qualificação e competência na função oferece instrumentos para conseqüentes discussões sobre os problemas geradores de *distress* e, também, favorece a adequada seleção de estratégias para o enfrentamento.

- Estratégias grupais: importantíssimo considerar aqui a utilização da estratégia de apoio social no trabalho por parte de outros profissionais e/ou superiores responsáveis. O apoio social no trabalho favorece maior vínculo entre as pessoas que por sua vez conseguem novas informações, melhora as habilidades já adquiridas e ajuda a conseguir outras, intensificando assim o reforço social, que ajuda na clareza das informações sobre a execução das tarefas, alcançando, assim, alcançam apoio emocional e outros tipos de ajuda.

- Estratégias organizacionais: considerar o nível institucional é de extrema importância, uma vez que a origem do problema está localizada no ambiente de trabalho. Portanto, o conhecimento da dinâmica interna da instituição onde estão inseridos os padres formadores por parte daqueles que prestam serviços a esses profissionais, deve ajudar no desenvolvimento de programas preventivos voltados para a melhoria do ambiente e do clima interno da instituição. As estratégias mais relevantes para a prevenção do *stress* e da síndrome de *burnout* certamente podem ser implantadas, desenvolvidas, aperfeiçoadas e avaliadas. Vale destacar que a avaliação da evolução dos programas implementados deve ser realizada desde os responsáveis pelo processo formativo, nesse caso, os bispos e equipes formativas, com programas psico-educacionais que possibilitem a prevenção do choque com a realidade quotidiana (mundana e eclesial) que vêem e em que vivem os formadores e formandos, para fundamentar nela toda sua ação. É na realidade na qual as novas gerações estão experimentando a arte de aprender a viver que se inclui também o aprender tanto com os próprios erros, quanto com os erros dos outros.

Por fim, estimular o desenvolvimento do trabalho realizado em equipes interdisciplinares favorece aos profissionais envolvidos no cuidado direto com o

outro a atenção constante no sentido de evitar o aparecimento do *stress* e *burnout* pelo conhecimento de suas manifestações. Nesse sentido, acredita-se que programas psico-educacionais realizados de modo sistematizado oferecem melhores estratégias para a prevenção e tratamento dessa doença.

Há de se considerar ainda pelas mudanças no mundo de hoje o crescimento dos desafios na formação dos futuros presbíteros, o risco do ativismo e da sobrecarga de compromissos dos padres diocesanos e religiosos padres formadores, daí a necessidade do cultivo de uma espiritualidade fecunda. Espiritualidade esta considerada aqui como a força motriz da experiência religiosa capaz de direcionar-se para um olhar do coração, conduzindo assim à possibilidade de sentir com o outro, e, conseqüentemente gerar espaço de acolhimento e solidariedade.

Em se tratando deste estudo de presbíteros formadores católicos, retoma-se uma indagação básica: quem cuida desses cuidadores? Incluído na dimensão espiritual o acompanhamento ou direção espiritual, além de ser considerada de grande importância é recomendada como meio de formação permanente:

> Também a prática da direção espiritual contribui muito para favorecer a formação permanente dos sacerdotes. É um meio clássico, que nada perdeu do seu precioso valor, não só para assegurar a formação espiritual mais ainda para promover e sustentar uma contínua fidelidade e generosidade no exercício do ministério sacerdotal (...) é meio pedagógico muito delicado, mas de grandíssimo valor; é arte pedagógica e psicológica de humildade e de confiança para quem recebe (PASTORES DABO VOBIS, p. 14).

Frente ao excesso de trabalho que não favorece o silêncio, o recolhimento, a oração possivelmente vai gerar uma espiritualidade desconectada, logo o trabalho formativo vai proporcionar um “esconder-se de si mesmo”, sob uma aparente espiritualidade.

Um cuidado terapêutico é sem duvida urgente e necessário. No entanto, será mais proveitoso um cuidado preventivo, oferecendo possibilidades como palestras,

encontros vivenciais, dinâmicas em grupos, ou seja, uma equilibrada vida presbiteral.

Como já foi visto nesta amostra, o *burnout* está justamente nos padres mais jovens, logo surge a preocupação com os jovens presbíteros católicos, neste caso específico, nos jovens formadores. Portanto,

> Para acompanhar os jovens sacerdotes nesta primeira e delicada fase de sua vida e do seu ministério, é hoje muito oportuno, senão mesmo necessário, criar propositadamente uma estrutura de apoio, com guias e mestres apropriados, na qual possam encontrar de modo orgânico e continuado, as ajudas necessárias para bem iniciar o seu serviço sacerdotal. Assim, logo desde o inicio, será mais fácil para eles dar uma orientação equilibrada à sua vida presbiteral. (...) deixar-lhes espaços de tempo para o estudo e para a oração (...). (João Paulo II, PASTORES DABO VOBIS, p. 13)

A formação do presbítero não termina com a ordenação sacerdotal, ela é um contínuo que exige reflexão e aperfeiçoamento como nas demais profissões que envolvem as relações de ajuda. Assim sendo, vale lembrar mais uma vez que:

> A exigência de “acertar o passo” com o caminho da história é outra razão humana que justifica a formação permanente. (...) O caminho para a maturidade não requer só que o sacerdote continue a aprofundar as diversas dimensões de sua formação, mas também e, sobretudo, que saiba integrar cada vez mais harmoniosamente entre si estas mesmas dimensões, chegando progressivamente à unidade interior. (...) a formação permanente ajuda-o a vencer a tentação de reduzir o seu ministério a um ativismo que se torna um fim em si mesmo, a uma impessoal prestação de coisas mesmo espirituais ou sagradas, a um mero emprego ao serviço da organização eclesiástica. (...) A resposta a esta situação é dada pela formação permanente, por uma contínua e equilibrada revisão de si mesmo e do próprio agir, pela procura constante de motivações e de instrumentos para sua missão. (João Paulo II, PASTORES DABO VOBIS, p. 6-10)

Considerando o acima exposto, vale ressaltar que o cuidado aos cuidadores de modo integrado, tendo em vista contemplar todas as dimensões do ser humano, compreendendo que a espiritualidade e os recursos de outras ciências, especialmente os da psicologia, entre tantas outras, podem somar cuidados aos padres formadores. Todavia, mesmo tendo presentes as dificuldades para promover o desenvolvimento de mudanças, não se tem a pretensão de esgotar o tema estudado, mas a intenção de se trabalhar no sentido de apoiar os formadores, a partir da sua realidade vivida e necessidades especificas no trabalho formativo da casa de formação.

Finalmente, refletir sobre *stress*, *burnout* e *coping* nos padres diocesanos e religiosos padres formadores na casa de formação nos remete para a necessidade de construir novos horizontes para a compreensão da profissão dos presbíteros formadores. Desse modo, os padres formadores terão a possibilidade de encontrar-se no coração de sua profissão, enquanto permanecem “responsáveis” por Deus, a fim de mantê-Lo vivo, sempre mudando e sempre o mesmo, assim como o próprio formando, o próprio homem.

"Não descuides por causa disso o cuidado de ti mesmo, e não te dês aos outros até o ponto de não restar nada de ti, para ti próprio. Certamente, deves ter presente a recordação das almas de quem és pastor, mas não te esqueças de ti mesmo."

João Paulo II

CONCLUSÕES

Espera-se que os objetivos deste estudo tenham sido cumpridos. Em primeiro lugar o de averiguar a confiabilidade e a consistência interna das três escalas usadas (Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp. (ISSL) Inventário de Maslach de Burnout e Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus), verificando, simultaneamente, sua validade para a população dos sacerdotes e, mais especialmente, para padres que atuam como formadores de futuros presbíteros no Brasil. Em segundo lugar, identificando os níveis e situações de *stress* e *burnout* presentes nesse último grupo e levantando suas reais estratégias de enfrentamento quando colocados ante estressores próprios à sua condição de presbíteros que ao lado das funções do sacerdócio – que têm em comum com todos os demais presbíteros do país - exercem também uma profissão de ajuda no campo da pedagogia seminarística. Em terceiro lugar, espera-se que o trabalho possa apresentar novos encaminhamentos para a ajuda terapêutica e/ou pastoral-pedagógica a ser propiciada aos formadores em situações de *stress e burnout.* Espera-se que os resultados da pesquisa possam ter dado alguma indicação quanto às estratégias que ajudam mais positivamente a superação das dificuldades encontradas pelos padres formadores e, em um plano a ser ainda melhor verificado, também ao clero brasileiro em geral.

Os resultados obtidos podem ser sintetizados em cinco pontos maiores:

1. Quanto à confiabilidade dos três instrumentos

Os resultados da pesquisa revelaram que os três instrumentos usados apresentam bons índices de confiabilidade interna quando aplicados a padres formadores no Brasil. O Inventário de Maslach de Burnout de Maslach parece ser o que melhor se presta às finalidades a que ele se propõe. O Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp cumpre o que promete e é um bom indicador dos sintomas psicossomáticos do stress. Do ponto de vista estritamente psicrométrico precisa ser melhor estudado. Finalmente, no caso do Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus, foram encontrados apenas três fatores estatisticamente bem comprovados. Os resultados obtidos com a aplicação deste Inventário aos padres formadores permitem duas constatações: a) não há concordância entre os oito fatores do instrumento original e os indicadores com clareza estatística na presente pesquisa; b) por essa razão sugere-se que o estudo

seja retomado em pesquisas posteriores para elucidar melhor essa divergência e para, principalmente, se chegar a uma escala de *burnout* que possa ser útil na individuação dos itens que afetam a exaustão no clero brasileiro.

Tudo indica que o estudo científico do surgimento do *stress*, *burnout* e *coping*, assim como se mostram no clero e nos formadores, precisa ser aprofundado. É um desafio que fica à frente. Os dados desta pesquisa permitem concluir apenas que esses três instrumentos precisam ser melhor adaptados à clientela presbiteral, para poderem servir como instrumento diagnóstico plenamente confiável.

Quanto ao instrumento usado, o Questionário de Morais, conclui-se que ele traz um aprimoramento qualitativo próprio ao que os outros três podem indicar no plano mais geral da discussão sobre os estressores mais especificamente presentes na vida sacerdotal. Mostrou-se o instrumento apto para os padres que atuam na formação Para os demais presbíteros, há necessidade de se criarem outros questionários capazes de obter melhor o dia-a-dia do padre comum. Este é outro desafio que a pesquisa deixa claro.

2. Quanto às condições típicas dos respondentes, segundo o ISSL

2.1 A amostra reuniu padres diocesanos e religiosos padres na seguinte proporção: 44.9% dos participantes são padres diocesanos e 32.0% pertencem a congregações religiosas. É conhecido que os processos formativos e a realidade das casas de formação de um e de outro grupo são distintos. Parece ser oportuno distinguir melhor em futuras pesquisas um e outro grupo, para constatar com mais precisão se os sintomas obtidos pelo ISSL de Lipp são ou não idênticos em ambos os grupos.

2.2 A consideração do ano de nascimento dos respondentes mostra que 58.3% deles se encontram entre 26-36 anos. O grupo majoritário dos padres formadores é, portanto, bastante jovem e este fator precisa ser levado em consideração, uma vez que é esse o grupo que parece ser mais afetado pelo *stress* e *burnout*. Para ele, principalmente, devem se voltar os cuidados relativos ao enfrentamento dos sintomas somáticos e psíquicos acarretados pela inabilidade no enfrentamento dos estressores próprios ao trabalho dos padres formadores.

2.3 Detalhando melhor a situação do conjunto dos formadores, a pesquisa revela que:

- 88.6% - dos participantes se encontram na fase de resistência
- Destes, 67.4% demonstram sintomas de stress psicológico.

3. Quanto às condições dos respondentes segundo MBI (Maslach)

3.1 Exaustão emocional

- Do ponto de vista da condição de diocesano ou religioso;

  - 30.8% - dos participantes são padres diocesanos

  - 20.0% - são religiosos padres.

- **Do ponto** do tempo de trabalho: 39.7% - se encontram entre 1 - 5 anos de trabalho.

3.2 Despersonalização

- Despersonalização x idade

  - 22.9% - têm idade entre 26 - 36 anos

- Despersonalização x tempo de trabalho

  - 22.4% - se encontram entre 1 - 5 anos de trabalho.

3. Quanto às estratégias de *coping,* segundo o Inventário de Folkman e Lazarus

É no que toca aos itens do Inventário de *Coping* que surge a maior necessidade de um aprimoramento do instrumento para o uso no estudo do *coping* pelos padres formadores. Pode-se levantar a hipótese de que ele valha para os membros do clero em geral. Salienta-se também que exatamente no uso das estratégias de enfrentamento é que se manifestam com mais ênfase as diferenças culturais gerais (por exemplo, entre os Estados Unidos e o Brasil) e as específicas a cada subgrupo cultural (por exemplo, o dos clérigos).

Se usarmos a terminologia de Lazarus e Folkman, a estratégia de *coping* mais utilizada pelos 103 padres formadores foi a que menos os autores americanos chamam de suporte social. Em um lugar secundário mais importante, aparecem itens presentes nos fatores que Lazarus e Folkman batizaram com os nomes de resolução de problemas, reavaliação positiva, autocontrole, fuga e esquiva, aceitação de responsabilidade, e confronto.

O fator "afastamento" é a estratégia de *coping* menos usada pelos padres formadores. Os padres diocesanos utilizam mais a estratégia de "confronto". Os padres formadores com o cargo de diretor espiritual utilizaram mais o afastamento como mecanismo de *coping*.

De um modo geral, sempre usando a terminologia criada por Lazarus e Folkman, pode-se concluir que os padres formadores, tanto diocesanos quanto religiosos, utilizam preferencialmente as estratégias de *coping* centradas no problema e na emoção.

Contudo, com foi dito no capítulo em que apresentam e se comentam os resultados da análise fatorial das respostas dos padres formadores, há uma discrepância notável entre os oito fatores do Inventario americano e os resultados fatoriais que aparecem na minha amostragem. Nela, apenas três fatores estão claramente enunciados. Eles não coincidem com nenhum dos oito fatores de Lazarus e Folkman. Meus dados exigem, assim, que se verifique a hipótese de uma provável diferença entre os indicadores e fatores presentes nos padres e os indicados pela pesquisa de Lazarus e Folkman. Há necessidade de se perguntar, com base em pesquisas, se, em que e por que essas diferenças existem.

4. Quanto às correlações existentes entre os dados dos instrumentos utilizados

4.1 Seguindo ainda a terminologia de Lazarus e Folkman, com as reservas mencionadas no parágrafo anterior, que são sérias e complexas, pode-se falar de uma correlação significativa:

- Entre confronto e despersonalização, sintomas físicos e sintomas psicológicos de *stress*.

- Entre afastamento, exaustão emocional, e sintomas psicológicos de *stress*;
- Entre fuga e esquiva e despersonalização.

4.2 São igualmente significativas as correlações:

- Entre afastamento, exaustão emocional e sintomas físicos e sintomas psicológicos de stress;
- Entre despersonalização e sintomas físicos e sintomas psicológicos de stress;
- Entre realização profissional e sintomas físicos.

4.3 Da mesma maneira os dados mostram significatividade nas diferenças:

- Entre *stress* e ano de nascimento;
- Entre exaustão emocional e ano de nascimento;
- Entre exaustão emocional e tempo de trabalho;
- Entre despersonalização e ano de nascimento;
- Entre despersonalização e tempo de trabalho;
- Entre confronto e função;
- Entre afastamento e cargo especifico.

5. Quanto às sugestões de estratégias de controle do *stress*:

O questionário de Morais e as entrevistas mostram que, na opinião e experiência dos formadores, são eficientes as seguintes estratégias para a diminuição do *stress* do trabalho formativo:

- Identificação de situações semelhantes no passado;

- Busca de mudança de alguma coisa em si mesmo;
- Realizar atividades de relaxamento, procurando mudar a dinâmica das atividades diárias;
- Afastar-se de vez em quando da casa de formação por ser o mesmo espaço de vivência e trabalho;
- Procurar um ambiente bem diferente da casa de formação;
- Empenhar-se para não racionalizar demais a vida;
- Evitar a associação da oração com a profissão de formador.
- Conscientizar-se quanto à importância e necessidade do tempo de lazer;
- Prever primeiro um tempo para retirar-se, suavizar o *stress*, e somente então enfrentar o problema;
- Assumir o padre como homem de Deus e não usar oração como modo de integração;
- Retirar-se da casa de formação e procurar um ambiente bem diferente para descanso;
- Viajar e não pensar em nada que lembre o ambiente do trabalho formativo inclusive reza.

É possível inferir com base nos dados e depoimentos que alguns padres se formadores encontravam estressados no momento da coleta de dados, reconhecendo os fatores de *stress* e certamente a interferência destes no ambiente da casa de formação.

Em seu conjunto, essas considerações se voltam para a criação de um ambiente seminarístico interpessoal propício ao desenvolvimento das pessoas e à criação de um espaço vivificante e "acolhedor". Acolher aqui significa dar crédito, relacionar-se, receber, dar ouvidos, abrigar, aceitar, superar o que está na superfície. Sintomaticamente é também "recolher-se" sem enclausuramento e, tendo atingido este ponto, tomar coragem, relacionar-se e aplicar a inteligência para crescer e lidar melhor com o problema em foco. É importante notar que os fatores 1 e 2 resultantes da análise fatorial de minha amostragem vão nessa mesma direção, que é a de uma introspecção não repressora dos próprios sentimentos, aliada a um

certo realismo pedagógico que busca um relacionamento não estressante com o problema em si e com as pessoas envolvidas, mas, antes de tudo, consigo mesmo.

Articulação final

Concluo com três pensamentos: um de filósofo, outro de um cardiologista que se preocupou em refletir sobre o problema do cuidado que os "cuidadores" de sua equipe médica necessitavam para exercer suas funções de assistência a pacientes recém-transplantados do coração, sem cair em estado de depressão e conflito interior prejudiciais à própria saúde física, mental e psico-espiritual. O terceiro pensamento é de Paulo, um formador de formadores.

O pensamento filosófico é de Heidegger e abre para um horizonte mais amplo. Foge da linguagem técnica e seca adotada nesta tese, mas oferece uma referência indispensável à compreensão do que aqui foi apresentado. Fala do "crescer" humano, base e raiz indispensáveis do crescer cristão que a formação do presbítero tem como objetivo final:

> [...] crescer significa: abrir-se à amplidão dos céus, mas também deitar raízes na obscuridade da terra; que tudo o que é verdadeiro e autêntico somente chega à maturidade se o homem for simultaneamente ambas as coisas: disponível ao apelo do mais alto céu e abrigado pela proteção da terra que tudo oculta e produz. (HEIDEGGER, 1969).

O segundo pensamento é do cardiologista Campos, que enfatiza que

> [...] é preciso estimular os profissionais de ajuda a romper com as barreiras que os impedem de criar vínculos interpessoais próximos, acolhedores e afetuosos, e assim resgatarem o que foi essencial na construção de pessoas suficientemente autônomas, confiantes e criativas, sensíveis e preocupadas com os outros e abertas ao intercâmbio e aos cuidados a serem partilhados, trocados com os que habitam o mesmo espaço de relacionamento, inclusive os próprios membros da equipe de trabalho (CAMPOS, 2005).

Enfim, eis o pensamento lapidar do Apóstolo Paulo:

> Por estes motivos, exorto-te a reavivar o dom espiritual que Deus depositou em ti (ao dar-te) não um espírito do medo, mas um espírito de força, de amor e de sobriedade (2 Tm, 1,6).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMIRKHAN, J.H. A factor analytically derived measure of coping: the coping strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, p. 59, p.1066-1074, 1990.

ANTONIAZZI, A.S; DELL'AGLIO; D.D; BANDEIRA, D.D.R. O conceito de *coping*: uma revisão teórica. *Estudos de Psicologia, Natal, v.* 3 n. 2, p. 273-294, 1998

ARAÚJO, A. B. DE. *Estresse e trabalho: os assistentes sociais na mira do burnout*. Dissertação (Mestrado em Serviço Social) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2004.

ASSUMPÇÃO, E. P. M. *Stress, trabalho e estilo de vida do ministro religioso.* (Mestrado em Teologia) Centro Presbiteriano de Pós-Graduação Andreu Jumper Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, 2002.

BACCARO, A. *Vencendo o stress: como detectá-lo e superá-lo.* Petrópolis: Vozes, 1990.

BALLONE, G. J. *DSM IV. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders.* Classificação e Descrição das Doenças Mentais da Associação Norte-americana de Psiquiatria. Disponível em: <http://virtualpsy.locaweb.com.br/dsm.php>. Acesso em: 10 abr. 2006.

BARSON, P., CALTABIANO, M., RONZONI, G. *Il burnout tra i preti di una diocesi italiana*, in Orientamenti Pedagogici, Padova, n. 53, 313-335, 2006.

BENELLI, S. J. *Pescadores de homens: um estudo psicossocial de um seminário católico.* São Paulo: UNESP, 2006.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. *A saúde mental dos profissionais de saúde mental.* Maringá: Eduem, 2001.

_____. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador.* São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

BIANCHI, E.R.F. *Estresse em enfermagem: análise de atuação do enfermeiro em centro cirúrgico.* Tese. (Doutorado em Enfermagem) - Escola de Enfermagem da USP; São Paulo,1990.

BOFF, L. *Saber cuidar: ética do humano e compaixão pela terra*. 7. ed. Petrópolis: Vozes, 2000.

BORGES, L.O; ARGOLO, J. C. T; PEREIRA, A. L. S; MACHADO, E. A. P, SILVA, W. S. *A síndrome de burnout e* os valores organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. Psicol Reflex Crit; v. 15, n.1, 189-200, 2002.

CAMPOS, E. P. *Quem cuida do cuidador: uma proposta para os profissionais da saúde*. Petrópolis: Vozes, 2005.

CARLOTTO, M. S. *Síndrome de burnout: um tipo de estresse ocupacional. Caderno Universitário, Editora,* ULBRA – RS, 2001.

CARVALHO, F. A. DE. *O mal-estar docente: das chamas devastadoras (burnout) às flamas da esperança-ação (resiliência)* Dissertação (Mestrado em Psicologia da Educação). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2003.

CARVER, C. S., e SCHEIER, M.F. Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, n. 66, p. 184-195, 1994.

CARVER, C. S., SCHEIER, M. F., e WEINTRAUB, J. K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology,* n. 56, p. 267-283, 1989.

CATALAN, J. F. *O Homem e sua Religião: enfoque psicológico.* São Paulo: Paulinas, 1999.

CERIS - Centro de Estatística Religiosa e Investigação Social. *Perfil do presbítero brasileiro*. Rio de Janeiro: 2004. Disponível em: <http://www.ceris.org.br> Acesso em: 17 jul. 2006.

CHROUSOS, G.P. E GOLD, P. W. Os conceitos e distúrbios do sistema de estresse. Suplemento *JAMA*, Jan, Fev, v. 3, n. 1, p. 479-491, 1993.

CHERNISS, C. *La sindrome del burout.* Torino: Centro Scientífico Torinense,1983.

CIARROCCHI, J. E e WICKS, R. J. *Psychoteraphy with priests, protestant clergy and catholic religious: a practical guide*. Connecticut: Psychosocial Press, 2000.

COMPAS, B. E; BANEZ, G. A ; MALCARNE, V ; WORSHAM, N. Perceived control and coping with stress: a developmental perspective. J*ournal of Social Issues*, n.47,v.4, p.23-34, 1991.

CONOVER, W.J. *Practical nonparametric statistics.* 3. ed., New York: John Wiley e Sons, Inc., 1999.

CONTESSA, G. L'operatore sociale cortocircuito: la burning-out syndrome in Itália,. *Animazione Sociale*, p. 29-41, 1981-1982.

COOPER C. L. e BAGLIONE A. J. A estructural model approach toward the development of a theory of the link between stress and mental health. *Br. J. Med. Psychol.***,** ,v. 61, p. 87-102, 1998.

CORREIA, A. G. *O burnout nos profissionais dos centros de atendimento de tóxicodependentes: causas e conseqüências.* Dissertação (Mestrado em Psicologia Aplicada). Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa, 1997.

COZZENS, D. B. *A face mutante do sacerdócio.* São Paulo: Loyola, 2001.

CREA, G. Liderança e gestão de recursos humanos. In: POLI, G. F; CREA G;. COMODO, V. *Liderança e bem-estar interpessoal nas comunidades religiosas.* São Paulo: Paulinas, p. 68-101, 2008.

_____. *Stress e burnout negli operatori pastorali: una ricerca tra i missionari.* Bologna, Editrice Missionária Italiana, 1994.

DANCEY, C. P e REIDY, J. *Estatística sem matemática para psicologia: usando SPSS para Windows*. Trad. Lorí Viali. Porto Alegre: Artmed, p. 608, 2006.

DEJOURS, C. *Loucura do trabalh*o. São Paulo: Oboré, 1987.

ENDLER, N.S., & PARCKER, J. D. A. Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology,* n. 58, p. 844-854, 1990.

ESTEVE, J. M. *O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores*. São Paulo: Edusc, 1999.

EVERLY, G. S. *A clínica de guide to the trealmente of human stress response*. New York: Plenum Press, 1990.

FELTON, J.S. Burnout as a clinical entity: its importance in healthcare workers. Trad. Celide Perini Reis. *Occup. Méd*., v. 48, n.4, p. 37-50, 1998.

FERREIRA, A. B. H. *Novo Dicionário da Língua Portuguesa*. 2. Ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999.

FICHTER, J. The myth of clergy burnout. *Sociological Analysis,* n. 45, v. 4, p. 373-382, 1984.

FOLKMAN, S. e LAZARUS, R. S. An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, n. 21, p. 219-239, 1980.

FONSECA, J. S. e MARTINS, G. DE A. *Curso de estatística*. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1982.

FRANÇA, A. C. L e RODRIGUES, A. L. *Stress e trabalho: guia básico com abordagem psicossomática.* São Paulo: Atlas, 1997.

FREUDENBERGER, H.J. Staff burnout. *Journal of Social Issues,* USA, Pittsburgh, Blackwell Publishers, n. 30, p.159-165, 1974.

GIL-MONTE, P. R e PEIRÓ, J. M. *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse.* Madrid: Síntesis, 1997.

GONZÁLES, M. A. A. *Stress: temas de psiconeuroendocrinologia.* Trad. M. C. Trignoro Veloz Teixeira. 2. ed. São Paulo: Robe, 2001.

GONZALÉS, B. O. El síndrome de burnout (queimado) o del cuidador descuidado. Ansiedade y Estrés, v. 1, n. 2-3, p. 189-194, 1995.

HART, A. D. *Ajudando os filhos a sobreviverem ao divórcio.* Trad. por Neyd Siqueira. São Paulo. Mundo Cristão. p. 9-10, 1998.

HEINHOLD, H. H. Stress ocupacional no Brasil. In: *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. 2. ed. Campinas: Papirus, 1996.

HIRIART, G. M e OCAMPO, J. R. *Burnout en los sacerdotes de Santiago*. CISOC-Bellarmino: Centro de Investigaciones Socioculturales. Disponível em:<http://www.cisoc.cl/html/investig.htm>. Acesso em: 06 dez. 2002.

HOBFOLL, S.E. The stress concept: social and psychological perspectives. In: S. E Hobfoll. *The ecology of stress*. New York: Hemisphere, p.1-24,1998.

HOLAHAN, C.J., e MOOS, R.H. Life stress and health: personality, coping, and family support in stress resistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, localidade, n.49, p. 739-747, 1985.

HOUAISS ET AL. *Dicionário Inglês- Português.* Rio de Janeiro: Record, 2001.

HOUAISS, A; VILLAR, M; FRANCO, F. M. Mello. *Dicionário eletrônico Houaiss da língua portuguesa.* Rio de Janeiro: Objetiva, 2001. 1 CD-Rom.

JACQUES, M.G.C. Identidade e trabalho: uma articulação indispensável. In: Tamayo, A., Borges, J. & Codo, W. (Orgs.). *Trabalho, organizações e cultura.* Campinas: Autores Associados, 1996.

JOÃO PAULO II. *Exortação apostólica pós-sinodal Pastores dabo vobis: a formação dos sacerdotes nas circunstâncias atuais*. Petrópolis: Vozes, 1992.

KIRSCH, G. G. *The impact of spirituality and life satisfaction on burnout in the* Diocesan Priest. Saint Louis: Saint Louis University, DAI-B v.62, n.05, p.2525, 2001.

KLOPPENBURG, B; VIER, F. *Compendio do Vaticano II: construções, decretos declarações*. Petrópolis: Vozes, 1986.

LAUTERT, L. *O desgaste profissional do enfermeiro*. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade Pontifícia de Salamanca, Salamanca, 1995.

LAZARUS. R. S e FOLKMAN, S. *Stress, appraisal and coping.* New York: Springer, 1984.

LIPP, M. E. N e ROCHA, J. C. *Stress, hipertensão arterial e qualidade de vida.* 2. ed. Campinas: Papirus, 1996.

LIPP, M. E. N. (Org.). Aprendendo a se estressar na infância. In: _____. M. E. N. Lipp. *O stress esta dentro de você.* 3. ed. São Paulo: Contexto, p.118-final, 2000.

_____. *Crianças estressadas: causas, sintomas e soluções.* Campinas: Papirus, 2000a.

_____. *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco.* 2. ed. Campinas: Papirus, 2001.

LIPP, M. E. N. *Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL). 2.* ed. ver. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

_____. *O stress está dentro de você.* São Paulo: Contexto, 1999.

_____. Stress e suas implicações. *Estudos de psicologia*, Campinas: Instituto de Psicologia da PUCCAMP, v.1 n. 3 e 4, p. 5-19, 1986.

LIPP, M. E. N. O modelo quadrifásico do stress. In: _____. (Org.). *Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria a aplicações clínicas.* São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

LOPES, G. *Clínica psicopedagógica:* perspectiva antropológica fenomenológica e existencial. Porto: Edição Hospital Conde Ferreira, 1993.

LOTUFO, N. F. *Psiquiatria e religião: a prevalência de transtornos mentais entre ministros religiosos*. Tese (Livre-docência em Psiquiatria). Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo/USP, São Paulo, 1997.

LOVALLO, W. R. History of the concept of stress. In: _____. *Stress and health: biological and psychological interactions*. Thousand Oaks: Sage Publications, p. 27-34, 1997.

MALAGRIS, L. E. N. Correr, competir, produzir e se estressar. In: [LIPP, M. E. N. (Org.)]. *O stress esta dentro de você.* 3. ed. São Paulo: Contexto, p. 21-31, 2000.

MASLACH, C. e JACKSON, S. E. Burnout in health professions: a social psychological analysis. In: Sanders G. & Suls J. *Social psychology of health and Illness.* Erlbaum, Hillsdale, N J, 1982.

_____. *Maslach Burnout Inventory*. Manual Research Edition. Iniversity, of California. Palo Alto, C.A: Consulting Psychologists Press, 1981.

_____. Burnout in organizational settigs. *Applied Social psychology Annual,* New Jersey, n. 5, p. 133-153, 1984.

MASLACH, C. *La síndrome del burnout; ill prezzo dell'aiuto agli altri*. Assisi; Cittadella Editrice, 1992.

MASLACH, C. P e LEITER, M. P. *Trabalho: fonte de prazer ou desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa.* Trad. M S Martins. Campinas: Papirus, 1999.

MICHAELIS. *Dicionário Inglês Port-Port Inglês.* 29. ed. São Paulo: Melhoramentos, 2003.

MIRANDA, G. Identidad y formación sacerdotal: algunas reflexiones. *Boletín Pastoral CISOC-Bellarmino. Santiago, ano 9, n.* 72, 2001.

MORENO, B, J; OLIVER, C.; ARAGONESES, A. El *burnout*, uma forma especifica de estrés laboral. In: G. Bula-Casal e V. Caballo. Manual de Psicologia Clinica Aplicada. p. 271-279. Madri: Siglo Veintiuno.

MOLINA, O. F. *Estresse no cotidiano*. São Paulo: Pancast, 1996.

MONAT, A e LAZARUS, R. Stress and coping: an anthology. 3. ed. New York: Columbia University, 1991.

MOOS R.H e BILLINGS S. Conceptualizing and measuring coping resources and process. In: GOLDBERGER L e BREZNITZ S. *Handbook of stress: theoretical and clinical aspects.* New York: Free Press, p. 212-230, 1982.

MORAIS, A. *Stress existencial e sentido da vida.* São Paulo: Loyola, 1997.

O'BRIEN, T. B., e DELONGIS, A. The interactional context of problem-, emotion-, and relationship-focused coping: the role of the big five personality factors. *Journal of Personality*, localidade, v.64, p.775-813, 1996.

OMS. ORGANIZAÇAO MUNDIAL DE SAÚDE CID – 10, *Código Internacional de Doenças*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1981.

PARKES, K.R. Locus of control, cognitive appraisal, and coping in stressful episodes. *Journal of Personality and Social Psychology*, n. 46, p. 655-668, 1984.

PASQUALI, L. *Psicometria: teoria e aplicações: a teoria clássica dos testes psicológicos*. Brasília: Ed. UnB, 1997.

PAULO VI. Decreto *Presbyterorum ordinis* sobre o ministério e a vida dos sacerdotes. Copyright Libreria Editrice Vaticana, 1965.

PAYNE, N. *Occupational stressors and coping as determinants of burnout in female hospice nurses*. J Adv Nurs, v.33, n. 3, 396-405, 2001.

PEARLIN, L.; TURNER, H A. The family as a canterct of the stress process, In.: KASL, S.; COOPER, C.L. (Edit.). *Reserarch methods in stress and health psychology.* Chichester: John Wiley, p. 143-165, 2000.

PINTO, E. B. *Gestalt-terapia de curta duração para clérigos católicos: elementos para a prática clínica.* Tese (Doutorado em Ciências da Religião) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2007.

PORTERO, A. I. P. e RUIZ, E. J. G. F.. Burnout em cuidadores principales de pacientes com alzheimer. El síndrome aissten desasistido. *Anales de Psicologia*, v. 14: p. 89-93, 1998.

ROSSI, A. M. *Estresse e masculino: um guia para identificar e controlar o estresse dos homens.* 4. ed. Porto Alegre: Artes e Ofícios, 2004.

SANDÍN, B. C. El estrés. In: A. Belloch, B.; Sandín e F. Ramos. *Manual de Psicopatologia.* Madrid: McGraw Hill, v. 2, 1995.

SANTOS, N. *Verdadeiramente crer: passagem do "crer em" ao "crer verdadeiramente" no processo de amadurecimento e de simbolização psicológica em seminaristas católicos.* Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2008.

SANTOS, O. A. *Ninguém morre de trabalhar: o mito do stress*. 3. ed. São Paulo; Texto Novo, 1995.

SCHAUFELLI, W.; ENZMANN, D. The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis (Issues in Occupational Health). Issues in Occupational Health. Nottingham. UK, Series Editors : Tom Cox and Amanda Griffiths, 1998.

SAVÓIA, M G; SANTANA, P, R; MEJIAS, N. P. *Adaptação do Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus para o português*. São Paulo: Rev Psicol USP, v. 7, n. b1/2, p 183-201, 1996.

SAVÓIA, M. G. Escala de eventos vitais e de estratégias de enfrentamento (*coping*). In: GORENSTEIN, C.; ANDRADE, L. H. S. G.; ZUARDI, A. W. *Escalas de Avaliação Clínica em Psiquiatria e Psicofarmacologia.* São Paulo: Lemos Editorial, cap. 39, p. 377-386, 2000.

SELYE, H. *Stress Without distress.* Fhiladélphia: Lippincott, 1974.

_____. *Stress, a tensão da vida*. Trad. F. Branco. São Paulo: Ibrasa, 1965.

SEVERINO, A. J. *Metodologia do trabalho científico.* 21. ed. rev. e ampl. São Paulo: Cortez, 2004.

SILVA, F. P. P. Burnout: um desafio à saúde do trabalhador. *Revista de Psicologia Social e Institucional*, Londrina, v. 2, nº 1, jun. 2000.

SILVA, Rosa. E. *Diagnóstico em atendimento psicoterapêutico a religiosos: prevalências psicossexuais.* Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2008.

SILVA. S. A. P. S. A. A Pesquisa qualitativa em educação física. *Revista Paulista de Educação Física,* localidade, v.10, n.1, p. 87-98, 1996.

SPIELBERGER, C.D., SARASON, I.G., KULCSÁR, Z., & HECK, G. L. V. *Stress and emotion: anxiety, anger, and curiosity* , hardcover, – jun 28, 1991.

STONE, J.A, NEALE J M. New measure of daily coping; development and preliminary results. *J Person Soc Psychol*, n. 46 p.891-906, 1984.

SULS, J., DAVID, J.P.; HARVEY, J. H. Personality and coping: three generations of research. *Journal of Personality,* New York, n. 64, p.711-735. 1996.

TAGLIAVINIL, R. L.; POI, W. R. *Prevenção de doenças ocupacionais em odontologia.* São Paulo: Santos, p. 24, 1998.

TAPP, J. T. *Multisystems holistic model of health, stress and coping*. In: *Stress and coping.* Field, T. M., McCabe, P. M e Scheneiderman (Eds.). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, 1985.

VAILLANT, G. E. Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, localidade, n.103, .p. 44-50, 1994.

VALLE, J. E. R. (Org.) *Padre, você é feliz? Uma sondagem psicossocial sobre a realização pessoal dos presbíteros do Brasil*. São Paulo: Loyola, 2003.

VASCONCELLOS, E. G. *O modelo psiconeuroendocrinológico de stress*. In: Seger, L. *Psicologia e Odontologia: uma abordagem integradora*. 4. ed. São Paulo: Santos, p.137-159, 2002.

_____. *Stress, coping und soziale kompetenz bei kardiovaskulaeren erkrankunger.* Alemanha, 1985.

_____. *Tópicos de psiconeuroimunologia*, São Paulo: Ipê, 2000.

VIRGINIA, S. G. Burnout and depression among Roman Catholic secular, religious, and monastic mlergy. *Pastoral Psychology*, localidade v. 47, n 1, p. 49-67, 1998.

WATSON, D. & HUBBARD, B. Adaptational style and disposicional structure: Coping in the context of the Five-Factor Model. *Journal of Personality*, localidade, n. 64, p. 737-774, 1996.

WHEELER, J. The real reason for stress and burnout: do the pink sands of Bermuda really handle it? Disponível em: <*Http://home.ican.net~pnp/cpmu/wheeler.html*>. Acesso em: 30 ago. 2001.

ANEXOS

ANEXO A
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PESQUISA

Caro Padre,

Solicito sua colaboração e participação na pesquisa sobre stress, burnout e coping em padres responsáveis pela formação de seminaristas católicos que faz parte de minha tese de doutoramento pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências da Religião na PUC São Paulo sob a orientação do prof. João Edênio dos Reis Valle.

Pelo consentimento a seguir, fica claro que, para o sujeito da pesquisa, os objetivos e métodos de coleta de dados foram, de forma clara e objetiva, explicados em uma descrição verbal sobre tal projeto e, também, foi permitido o acesso ao referido projeto.

TITULO DO PROJETO

STRESS, BURNOUT E COPING EM PADRES RESPONSÁVEIS PELA FORMAÇÃO DE SEMINARISTAS CATÓLICOS

Eu, _____fui esclarecido de forma clara e objetiva, livre de qualquer constrangimento ou coerção que a pesquisa “Stress, burnout e coping em padres responsáveis pela formação de seminaristas católicos” de autoria de Maria de Fátima Alves de Morais, tem como objetivo identificar as diferentes dimensões, níveis de stress e burnout em padres formadores de futuros presbíteros assim como identificar as estratégias de coping por eles utilizadas no ambiente formativo.

A obtenção dos dados dar-se-á através de entrevistas a serem realizadas individualmente, sendo utilizados, para tal, três instrumentos: Inventário de Sintomas de Stress para adultos Lipp. Inventário Maslach de Burnout e Inventário de Estratégias de Coping - Ways of Coping Inventory. (Folkman e Lazarus, 1985) adaptado. Savóia et al. (1996)

Os dados coletados, depois de organizados e analisado, poderão ser divulgados e publicados, ficando a autora comprometida com a apresentação do relatório de pesquisa para as instituições, nas quais será realizado o trabalho

O presente termo, não se constitui em vínculo obrigatório e irreversível ou quaisquer outras formas de risco a sua pessoa. A qualquer momento seu parecer positivo de participação, poderá ser ratificado.

Fica assegurada a garantia do anonimato e o caráter privativo das informações fornecidas exclusivamente para o estudo.

Nome e assinatura do informante

Assinatura da pesquisadora

Eu Maria de Fátima Alves de Morais, CRP. 06/56585, aluna do Curso de doutoramento pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências da Religião na PUC São Paulo.

ANEXO B

TERMO DE CONSENTIMENTO INSTITUCIONAL PÓS-ESCLARECIDO

O_____

CGC_____ declara consentir a realização da pesquisa científica intitulada Stress, burnout e coping em padres responsáveis pela formação de seminaristas católicos, um estudo de autoria da doutoranda Maria de Fátima Alves de Morais, sob a orientação do Prof. João Edênio dos Reis Valle. (PUC/São Paulo).

Afirma ter ciência que os procedimentos consistirão na aplicação, pelo pesquisador, de 03 (três) questionários de múltipla escolha e auto-aplicado, aos padres responsáveis pela formação do futuro presbítero e pertencentes da referida instituição.

As respostas e resultados serão analisados quantitativamente, com posterior redação do trabalho, de tal forma que as pessoas que responderem as questões não sejam identificadas, portanto será mantido sigilo sobre a identidade dos respondentes.

Representante legal

Nome:

_____

Ass/carimbo:

_____

Pesquisadora

Nome:

_____

Ass/carimbo:

_____

São Paulo, _____de _____ de 200

ANEXO C

INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE QUEM RESPONDE

1. PADRE DIOCESANO □	RELIGIOSO PADRE □
2. Nascido em: antes de 1950 □ Entre 1951-1960 □ entre 1971- 1980 □ entre 1961- 1970 □ depois de 1981 □	3. Cargo específico que exerce no seminário Reitor □ Vice-Reitor □ Ecônomo □ Diretor Espiritual □ Diretor de Estudos □ Assistente □
4. Tempo de trabalho na formação: Mais de 10 anos □ entre 06 e 09 anos □ entre 01 e 05 anos □ menos de um anos □	5. Pensando em todos os aspectos do trabalho de formador, sinto-me: muito bem □ bem □ mais ou menos bem □ pouco bem □
6. O trabalho como formador para mim tem sido uma ajuda em meu sacerdócio: muito grande □ grande □ pequena □ muito pequena □	7. Além dos meus estudos para o presbiterado, estou: Estudando mais □ Não estou estudando mais □

ANEXO D

INVENTÁRIO DE MASLACH BURNOUT INVENTORY DE MASLACH - MBI

Você encontrará, abaixo, 22 frases relacionadas com os sentimentos que experimenta em seu trabalho de formador. Leia cada frase e responda, anotando a freqüência com que estes sentimentos aconteceram, fazendo um círculo em redor do número, de acordo com a seguinte escala:

0	Nunca	04	Uma vez por semana
01	Algumas vezes por ano, ou menos.	05	Algumas vezes por semana
02	Uma vez por mês, ou menos.	06	Todos os dias
03	Algumas vezes por mês		

Nº.	Sentimentos	Freqüência						
1	Sinto-me emocionalmente esgotado pelo meu trabalho	0	1	2	3	4	5	6
2	Sinto-me consumido no fim do meu dia de trabalho	0	1	2	3	4	5	6
3	Sinto-me cansado ao me levantar de manha e tenho que enfrentar outro dia de trabalho	0	1	2	3	4	5	6
4	Posso compreender facilmente os problemas de meus formandos	0	1	2	3	4	5	6
5	Sinto que estou tratando alguns formandos como se fossem “objetos” impessoais	0	1	2	3	4	5	6
6	Trabalhar com pessoas o dia todo me deixa muito “pesado”	0	1	2	3	4	5	6
7	Enfrento eficientemente os problemas dos meus formandos	0	1	2	3	4	5	6
8	Sinto-me arrebentado por causa do meu trabalho	0	1	2	3	4	5	6
9	Acredito que estou influenciando positivamente as vidas de outras pessoas, através do meu trabalho	0	1	2	3	4	5	6
10	Desde que comecei a trabalhar aqui fiquei mais insensível com as pessoas	0	1	2	3	4	5	6

11	Tenho medo de que este trabalho me deixe insensível emocionalmente	0	1	2	3	4	5	6
12	Sinto-me cheio de energia	0	1	2	3	4	5	6
13	Sinto-me frustrado no meu trabalho	0	1	2	3	4	5	6
14	Sinto que estou trabalhando demais	0	1	2	3	4	5	6
15	Não me importo verdadeiramente com o que acontece com alguns formandos	0	1	2	3	4	5	6
16	Sinto-me estressado depois de ter trabalhado diretamente com os meus formandos	0	1	2	3	4	5	6
17	Crio facilmente um ambiente onde os formandos se sentem à vontade	0	1	2	3	4	5	6
18	Sinto-me alegre de ter trabalhado em contato direto com meus formandos	0	1	2	3	4	5	6
19	Acredito que tenho realizado muitas coisas valiosas no meu trabalho	0	1	2	3	4	5	6
20	Sinto que me encontro no limite das minhas forças	0	1	2	3	4	5	6
21	No meu trabalho consigo lidar com bastante calma com os problemas emocionais	0	1	2	3	4	5	6
22	Parece-me que os formandos me culpam por alguns de seus problemas	0	1	2	3	4	5	6

ANEXO E

INVENTÁRIO DE ESTRATÉGIAS DE COPING DE FOLKMAN E LAZARUS

Leia cada item abaixo e indique, fazendo UM CIRCULO na categoria apropriada, o que você faz na quando se depara com algum problema. *(Ex. formadores em seminários - uma situação difícil para você no cotidiano)*

(0)	(01)	(02)	(03)
Não usei esta estratégia	Usei um pouco	Usei bastante	Usei em grande quantidade

1.	Concentrei-me no que deveria ser feito em seguida, no próximo passo	0	1	2	3
2.	Tentei analisar o problema para entendê-lo melhor	0	1	2	3
3.	Procurei trabalhar ou fazer alguma atividade para me distrair	0	1	2	3
4.	Deixei o tempo passar - a melhor coisa que poderia fazer era esperar. O tempo e o melhor remédio	0	1	2	3
5.	Procurei tirar alguma vantagem da situação	0	1	2	3
6.	Fiz alguma coisa que acreditava não dar resultados, mas ao menos estava fazendo alguma coisa	0	1	2	3
7.	Tentei encontrar a pessoa responsável para mudar suas idéias	0	1	2	3
8.	Conversei com outra (s) pessoa (s) sobre o problema, procurando mais dados sobre a situação	0	1	2	3
9.	Critiquei-me, repreendi-me	0	1	2	3
10.	Tentei não fazer nada que fosse irreversível, procurando deixar outras opções	0	1	2	3
11.	Esperei que um milagre acontecesse	0	1	2	3
12.	Concordei com o fato, aceitei o meu destino	0	1	2	3
13.	Fiz como se nada tivesse acontecido	0	1	2	3
14.	Procurei guardar para mim mesmo os meus sentimentos	0	1	2	3
15.	Procurei encontrar o lado bom da situação	0	1	2	3

16.	Dormi mais que o normal	0	1	2	3
17.	Mostrei a raiva para as pessoas que causaram o problema	0	1	2	3
18.	Aceitei a simpatia e a compreensão das pessoas	0	1	2	3
19.	Disse coisas a mim mesmo que me ajudassem a me sentir bem	0	1	2	3
20.	Inspirou-me a fazer algo criativo	0	1	2	3
21.	Procurei esquecer a situação desagradável	0	1	2	3
22.	Procurei ajuda profissional	0	1	2	3
23.	Mudei ou cresci como pessoa de uma maneira positiva.	0	1	2	3
24.	Esperei para ver o que acontecia antes de fazer alguma coisa	0	1	2	3
25.	Desculpei ou fiz alguma coisa para repor os danos	0	1	2	3
26.	Fiz um plano de ação e o segui	0	1	2	3
27.	Tirei o melhor da situação, o que não era esperado.	0	1	2	3
28.	De alguma forma extravasei os meus sentimentos	0	1	2	3
29.	Compreendi que o problema foi provocado por mim	0	1	2	3
30.	Saí da experiência melhor do que eu esperava	0	1	2	3
31.	Falei com alguém que poderia fazer alguma coisa concreta sobre o problema	0	1	2	3
32.	Tentei descansar, tirar férias a fim de esquecer o problema	0	1	2	3
33.	Procurei me sentir melhor, comendo, fumando, utilizando drogas ou medicação	0	1	2	3
34.	Enfrentei como um grande desafio, fiz algo muito arriscado	0	1	2	3
35.	Procurei não fazer nada apressadamente, ou seguir o meu primeiro impulso	0	1	2	3
36.	Encontrei novas crenças	0	1	2	3
37.	Mantive meu orgulho não demonstrando os meus sentimentos.	0	1	2	3
38.	Redescobri o que é importante na vida	0	1	2	3
39.	Modifiquei aspectos da situação para que tudo desse certo no final.	0	1	2	3
40.	Procurei fugir das pessoas em geral	0	1	2	3

41.	Não me deixei impressionar, recusava-me a pensar muito sobre esta situação	0	1	2	3
42.	Procurei um amigo ou parente para pedir conselhos	0	1	2	3
43.	Não deixei que os outros soubessem da verdadeira situação	0	1	2	3
44.	Minimizei a situação me recusando a preocupar-me seriamente com ela	0	1	2	3
45.	Falei com alguém sobre como estava me sentindo	0	1	2	3
46.	Recusei recuar e batalhei pelo que eu queria	0	1	2	3
47.	Descontei minha raiva em outra (s) pessoa (s)	0	1	2	3
48.	Busquei nas experiências passadas uma situação similar	0	1	2	3
49.	Eu sabia o que deveria ser feito, portanto dobrei meus esforços para fazer o que fosse necessário	0	1	2	3
50.	Recusei a acreditar que aquilo estava acontecendo	0	1	2	3
51.	Prometi a mim mesmo que as coisas serão diferentes da próxima vez	0	1	2	3
52.	Encontrei algumas soluções diferentes para o problema	0	1	2	3
53.	Aceitei nada poderia ser feito	0	1	2	3
54	Procurei não deixar que meus sentimentos interferissem muito nas outras coisas que eu estava fazendo	0	1	2	3
55.	Gostaria de poder mudar o que tinha acontecido, ou como senti	0	1	2	3
56.	Mudei alguma coisa em mim, modifiquei-me de alguma forma	0	1	2	3
57.	Sonhava acordado ou imaginava um lugar ou tempo melhores do que aqueles em que eu estava	0	1	2	3
58.	Desejei que a situação acabasse ou que de alguma forma desaparecesse.	0	1	2	3
59.	Tinha fantasias de como as coisas iriam acontecer, como se encaminhariam	0	1	2	3
60.	Rezei	0	1	2	3
61.	Preparei-me para o pior	0	1	2	3
62.	Analisei mentalmente o que fazer e o que dizer	0	1	2	3

63.	Pensei em urna pessoa que admiro e tomei-a como modelo	0	1	2	3
64.	Procurei ver as coisas sob o ponto de vista da outra pessoa	0	1	2	3
65.	Eu disse a mim mesmo que as coisas poderiam ter sido piores	0	1	2	3
66.	Corri ou fiz exercícios	0	1	2	3

ANEXO F

INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS PARA ADULTOS DE LIPP (ISSL)

Não é necessário colocar o seu nome, caso não o deseje, pois só nos interessam os resultados coletivos obtidos junto à totalidade dos padres que concordam em participar. Além disso, as respostas individuais serão mantidas em absoluto sigilo.

QUADRO 1

a) Assinalar com (F 1)os sintomas que tem experimentado nas ÚLTIMAS 24 HORAS

( ) 1. MÃO E PÉS FRIOS
( ) 2. BOCA SECA
( ) 3. NÓ NO ESTÔMAGO
( ) 4. AUMENTO DE SUDORESE (suadeira)
( ) 5. TENSÃO MUSCULAR
( ) 6. APERTO DA MANDIBULAL/RANGER DENTES
( ) 7. DIARRÉIA PASSAGEIRA
( ) 8. INSÔNIA (dificuldade de dormir)
( ) 9. TAQUICARDIA (batedeira no peito)
( ) 10. HIPERVENTILAÇÃO (respirar ofegante, rápido)
( ) 11. HIPERTENSÃO ARTERIAL SÚBITA E PASSAGEIRA
( ) 12. MUDANÇA DE APETITE

b) Assinalar com (P 1) os sintomas que tem experimentado nas ÚLTIMAS 24 HORAS

( ) 13. AUMENTO SÚBITO DE MOTIVAÇÃO
( ) 14. ENTUSIASMO SÚBITO
( ) 15. VONTADE SÚBITA DE INICIAR NOVOS PROJETOS

QUADRO 2

a) Assinalar com um (F 2) os sintomas que tem experimentado na ÚLTIMA SEMANA

( ) 1. PROBLEMAS COM A MEMÓRIA

( ) 2. MAL-ESTAR GENERALIZADO, SEM CAUSA ESPECIFICA.

( ) 3. FORMIGAMENTO NAS EXTREMIDADES

( ) 4. SENSAÇÃO DE DESGASTE FÍSICO CONSTANTE

( ) 5. MUDANÇA DE APETITE

( ) 6. APARECIMENTO DE PROBLEMAS DERMATOLÓGICOS (problemas de pele)

( ) 7. HIPERTENSÃO ARTERIAL (pressão alta)

( ) 8. CANSAÇO CONSTANTE

( ) 9. APARECIMENTO DE ÚLCERA

( ) 10. TONTURA/SENSAÇÃO DE ESTAR FLUTUANDO

b) Assinalar com um P 2 os sintomas que tem experimentado na ÚLTIMA SEMANA

( ) 11. SENSIBILIDADE EMOTIVA EXCESSIVA (estar muito nervoso)

( ) 12. DÚVIDA QUANTO A SI PRÓPRIO

( ) 13. PENSAR CONSTANTEMENTE EM UM SÓ ASSUNTO

( ) 14. IRRITABILIDADE EXCESSIVA

( ) 15. DIMINUIÇÃO DA LIBIDO (sem vontade de sexo)

QUADRO 3

a) Assinalar com um (F 3) os sintomas que tem experimentado no ÚLTIMO MÊS

( ) 1. PROBLEMAS COM A MEMÓRIA
( ) 2. DIFICULDADES SEXUAIS
( ) 3. INSÔNIA
( ) 4. NÁUSEA
( ) 5. TIQUES
( ) 6. HIPERTENSÃO ARTERIAL CONTINUADA
( ) 7. PROBLEMAS DERMATOLÓGICOS PROLONGADOS
( ) 8. MUDANÇA EXTREMA DE APETITE
( ) 9. EXCESSO DE GASES
( ) 10. TONTURA FREQÜENTE
( ) 11. ULCERA
( ) 12. ENFARTE

b) Assinalar com um (P 3) os sintomas que tem experimentado no ÚLTIMO MÊS

( ) 13. IMPOSSIBILIDADE DE TRABALHAR
( ) 14. PESADELOS
( ) 15. SENSAÇÃO DE INCOMPETÊNCIA EM TODAS AS ÁREAS
( ) 16. VONTADE DE FUGIR DE TUDO
( ) 17. APATIA, DEPRESSÃO OU RAIVA PROLONGADA.
( ) 18. CANSAÇO EXCESSIVO
( ) 19. PENSAR/FALAR CONSTANTEMENTE EM UM SÓ ASSUNTO
( ) 20. IRRITABILIDADE SEM CAUSA APARENTE
( ) 21. ANGUSTIA/ANSIEDADE DIÁRIA
( ) 22. HIPERSENSIBILIDADE EMOTIVA
( ) 23. PERDA DO SENSO DE HUMOR

ANEXO G

ESTRESSORES DAS ATIVIDADES DIÁRIAS DE MORAIS

PARTE 1

Você encontrará abaixo situações comuns a atuação do formador. Responda cada uma levando em consideração se para você é ou não um problema, se causa ou não ansiedade e se aplica ou não à sua atividade profissional. Marque na escala ao lado número que corresponde ao grau em que concorda/discorda com estas afirmativas, obedecendo ao seguinte critério:

01	**02**	**03**
Muitíssimo	Muito	Pouco

Relacionamento no trabalho com:

Estressores das atividades diárias	01	02	03
1 A sobrecarga de atividades burocráticas e de trabalho			
2 A comunicação com os superiores e/ou responsáveis pela formação			
3 A elaboração da rotina das atividades diárias			
4 O ambiente de trabalho na casa formativa			
5 O planejamento de cuidados a serem prestados aos formandos			
6 O acompanhamento personalizado a cada formando			
7 O seguimento dos formandos durante a etapa formativa			
8 A avaliação dos cuidados aos formandos			
9 A delegação de tarefas para outros membros da equipe formativa			
10 Manter as condições necessárias para o bom funcionamento da casa			
11 Definições de atividades de cada formando			
12 A oportunidade para discutir as experiências, tanto positivas quanto negativas do cotidiano			

13 A evolução do planejamento de cuidados para com os formandos			
14 O encaminhamento do formando para sua casa			
15 O relacionamento com os familiares dos formandos durante a etapa formativa			
16 O relacionamento com a equipe formativa			
17 O planejamento de cuidados para consigo mesmo			
18 O planejamento de tempo para o cultivo de sua espiritualidade			

PARTE 2

Avaliação individual e subjetiva

1. Você se sente estressado no seu trabalho como formador? Sim. Por quê? Não. Por quê?

2. O que você faz para não se sentir estressado?

Livros Grátis

(http://www.livrosgratis.com.br)

Milhares de Livros para Download:

Baixar livros de Administração
Baixar livros de Agronomia
Baixar livros de Arquitetura
Baixar livros de Artes
Baixar livros de Astronomia
Baixar livros de Biologia Geral
Baixar livros de Ciência da Computação
Baixar livros de Ciência da Informação
Baixar livros de Ciência Política
Baixar livros de Ciências da Saúde
Baixar livros de Comunicação
Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE
Baixar livros de Defesa civil
Baixar livros de Direito
Baixar livros de Direitos humanos
Baixar livros de Economia
Baixar livros de Economia Doméstica
Baixar livros de Educação
Baixar livros de Educação - Trânsito
Baixar livros de Educação Física
Baixar livros de Engenharia Aeroespacial
Baixar livros de Farmácia
Baixar livros de Filosofia
Baixar livros de Física
Baixar livros de Geociências
Baixar livros de Geografia
Baixar livros de História
Baixar livros de Línguas

Baixar livros de Literatura
Baixar livros de Literatura de Cordel
Baixar livros de Literatura Infantil
Baixar livros de Matemática
Baixar livros de Medicina
Baixar livros de Medicina Veterinária
Baixar livros de Meio Ambiente
Baixar livros de Meteorologia
Baixar Monografias e TCC
Baixar livros Multidisciplinar
Baixar livros de Música
Baixar livros de Psicologia
Baixar livros de Química
Baixar livros de Saúde Coletiva
Baixar livros de Serviço Social
Baixar livros de Sociologia
Baixar livros de Teologia
Baixar livros de Trabalho
Baixar livros de Turismo