



STRESS OCUPACIONAL DE PROFESSORES MOÇAMBICANOS DO ENSINO PRIMÁRIO

Mussa Abacar¹
Filomena Jordão²

Resumo

Professores vivenciam diferentes situações de stress no exercício profissional. As respostas ao stress podem ser benéficas e altamente funcionais (*eustress*, o stress positivo) ou trazer custos para o organismo, quando são demasiado frequentes ou geridas ineficazmente (*distress*, o stress negativo). Este estudo explorou os fatores associados ao trabalho que promovem o stress ocupacional (*distress* e *eustress*) de professores moçambicanos do ensino primário. A informação foi coletada através da entrevista semiestruturada a 20 professores que leccionam da 1ª a 7ª classe e, no seu tratamento, empregou-se a análise de conteúdo, com recurso ao *software* qualitativo NVivo8. Em ordem de prevalência, as fontes de *distress* foram: políticas de gestão de recursos humanos (salário e benefícios e desenvolvimento de carreira), relacionamento social (relacionamento com os pais e encarregados de educação, com os supervisores e colegas, com a sociedade e com os alunos), fatores intrínsecos ao trabalho (condições físicas do trabalho e características do trabalho), conflito trabalho-família e políticas de educação (progressão semiautomática e número de disciplinas). Os fatores que promovem *eustress* categorizam-se em políticas de gestão de recursos humanos, nomeadamente o salário e benefícios e a formação profissional; gosto pelo trabalho, relacionamento social; aprendizagem dos alunos e auto-aprendizagem permanente do professor. Constatou-se, no entanto, que alguns fatores de *distress* não foram percebidos como puramente negativos. O salário e benefícios assim como o relacionamento social surgiram simultaneamente como fontes de *eustress*, o stress positivo. Quanto às

¹M. Abacar. CV: <http://lattes.cnpq.br/8897685709779453>. Centro de Estudos em Psicologia Aplicada, Universidade Rovuma, Nampula, Moçambique. mabacar@unirovuma.ac.mz

²F. Jordão. <http://orcid.org/0000-0003-2770-879X> Faculdade de Educação e Psicologia, Universidade do Porto, Porto, Portugal.

¹N. N. Sobrenome do autor () (ATENÇÃO: todos os autores devem associar o link do lattes no ícone ao lado. Para tanto, basta clicar com o botão direito, depois em “editar link” e colar seu endereço do lattes no campo “endereço”, substituindo o atual <http://lattes.cnpq.br/>). Instituto/Universidade/Empresa. Local, UF, País.
e-mail: apenas do primeiro autor.

²N. N. Sobrenome do coautor (). Instituto/Universidade/Empresa. Local, UF, País.

³N. N. Sobrenome do coautor (). Instituto/Universidade/Empresa. Local, UF, País.

⁴N. N. Sobrenome do coautor (). Instituto/Universidade/Empresa. Local, UF, País.

⁵N. N. Sobrenome do coautor (). Instituto/Universidade/Empresa. Local, UF, País.

Nas páginas ímpares, a partir da página 3, inserir os sobrenomes dos autores, alinhados à esquerda, em Times, 10 pt, usando o seguinte formato:
Para um autor: Silva
Para dois autores: Silva e Souza
Para três autores: Silva, Souza e Ferreira
Para quatro ou mais autores: Silva *et al.*

consequências de *distress* evidenciaram-se as fisiológicas (dores de cabeça, sensação de cansaço ou desgaste físico, a tensão e fraqueza no corpo) e psicológicas (nervosismo, incapacidade de trabalhar, problemas de memória manifestados pela falta de concentração, o pensar constantemente no mesmo assunto e a tristeza). Foram identificados três perfis de estratégia de enfrentamento ao stress na amostra investigada: coping focado na emoção, o apoio social e o coping focado no problema, sendo esta última estratégia a menos referenciada. Há a necessidade de repensar as configurações dos desenhos do trabalho docente no contexto atual em Moçambique.

Palavras-chave: *Distress*. Ensino primário. *Eustress*. Professores moçambicanos. Stress ocupacional.

