

BURNOUT DOCENTE E SEUS IMPACTOS NO PLANEJAMENTO, NA MEDIAÇÃO PEDAGÓGICA E NA APRENDIZAGEM

Erica Lamara Gomes Alves Grigorio¹; Adalberto Moreira de Medeiros Junior² Orlando de Lima Monteiro³, Alayanny Criscelia da Silva⁴

¹Doutoranda em Ciência da Educação na Área de Matemática, Centro Internacional de Pesquisas Integralize, CNPJ:32.682.373/0001-86, Itaporanga-PB, Brasil. <https://orcid.org/0009-0005-8137-7487>.

²Especialista em Ensino da Língua Inglesa- URCA, Patos-Pb, adalberto.junior@professor.pb.gov.br

³Mestrando em Ensino na Educação Básica. Programa de Pós-Graduação em Ensino na Educação Básica - PEEEB, CCCO - Codó-MA. Universidade Federal do Maranhão (UFMA). monteiroorlando16@gmail.com

⁴Especialista em matemática e, suas tecnologias e o mundo do trabalho-UFPI 2024 Teresina/Piauí Lahyannyap@gmail.com

Introdução

A saúde mental dos profissionais da educação tem emergido como um tema de crescente relevância no cenário acadêmico e social, especialmente diante das complexidades inerentes à prática docente contemporânea. O ambiente escolar, caracterizado por demandas multifacetadas, pressão por resultados, sobrecarga de trabalho e, por vezes, escassez de recursos, expõe os educadores a fatores estressores contínuos. Nesse contexto, a Síndrome de Burnout, ou Síndrome do Esgotamento Profissional, configura-se como uma condição psicopatológica de grande preocupação, afetando significativamente a qualidade de vida e o desempenho dos professores. Maslach e Schaufeli (1993) definem o burnout como uma síndrome psicológica caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, que ocorre em indivíduos que trabalham com pessoas.

A prevalência do burnout entre docentes é alarmante, com estudos indicando que a categoria profissional está entre as mais suscetíveis a desenvolver a síndrome (Codo, 1999). Esteve (1999) já apontava para a "mal-estar docente" como um fenômeno global, refletindo as tensões e frustrações vivenciadas pelos professores. No Brasil, Carlotto (2002) e Benevides-Pereira (2002) têm contribuído extensivamente para a compreensão do burnout em educadores, destacando a necessidade de intervenções eficazes. A exaustão emocional, um dos pilares do burnout, compromete a capacidade do professor de se engajar afetivamente com os alunos e com a própria profissão, enquanto a despersonalização leva a uma atitude cínica e distanciada, prejudicando as relações interpessoais em sala de aula. A baixa realização pessoal, por sua vez, mina a autoconfiança e a percepção de eficácia do docente, impactando diretamente sua motivação e criatividade.

Embora a literatura seja vasta sobre a caracterização e os fatores de risco do burnout docente, ainda há uma lacuna na exploração aprofundada dos mecanismos pelos quais essa síndrome se manifesta e impacta diretamente as dimensões cruciais da prática pedagógica: o

planejamento das aulas, a mediação do processo de ensino-aprendizagem e, consequentemente, a própria aprendizagem dos estudantes. Compreender essas interconexões é fundamental para desenvolver estratégias de prevenção e intervenção mais assertivas, que não apenas visem o bem-estar do professor, mas também aprimorem a qualidade da educação oferecida. A negligência desses aspectos pode perpetuar um ciclo vicioso de desmotivação docente e deficiências no processo educativo, com repercussões de longo prazo para o desenvolvimento dos alunos e para o sistema educacional como um todo. Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, os impactos do burnout docente no planejamento pedagógico, na mediação em sala de aula e na aprendizagem dos estudantes, buscando identificar as principais evidências e lacunas de pesquisa sobre o tema.

Metodologia

Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, uma abordagem metodológica que permite a síntese de múltiplos estudos publicados, proporcionando uma compreensão abrangente de um fenômeno complexo. A busca bibliográfica foi realizada entre janeiro de 2016 e dezembro de 2025, abrangendo um período de dez anos para assegurar a inclusão de pesquisas recentes e relevantes. As bases de dados consultadas incluíram Scielo (Scientific Electronic Library Online), PubMed, Google Scholar e PsycINFO, utilizando-se uma combinação de descritores controlados e termos livres em português e inglês, como "burnout docente", "esgotamento profissional professor", "planejamento pedagógico", "mediação pedagógica", "aprendizagem escolar", "teacher burnout", "pedagogical planning", "pedagogical mediation", e "student learning".

Os critérios de inclusão para a seleção dos artigos foram: estudos empíricos ou revisões sistemáticas publicados em periódicos científicos revisados por pares; disponíveis na íntegra; escritos em português, inglês ou espanhol; e que abordassem diretamente a relação entre burnout docente e seus impactos no planejamento, mediação pedagógica ou aprendizagem dos alunos. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor, teses, dissertações, livros e capítulos de livros que não fossem revisões sistemáticas, bem como estudos que não apresentassem clareza metodológica ou que se concentrassem apenas na prevalência do burnout sem explorar seus impactos pedagógicos. A seleção dos artigos foi realizada em duas etapas: inicialmente, a leitura dos títulos e resumos, seguida pela leitura completa dos artigos pré-selecionados para verificação dos critérios de inclusão e exclusão. A análise dos dados foi qualitativa, empregando-se a técnica de análise temática para identificar padrões, convergências e divergências nos achados dos estudos incluídos, permitindo a síntese das evidências sobre os impactos do burnout nas dimensões pedagógicas investigadas.

Resultados e Discussão

A análise dos estudos selecionados revela que o burnout docente exerce um impacto multifacetado e deletério sobre o planejamento pedagógico, a mediação em sala de aula e, consequentemente, a aprendizagem dos estudantes. No que tange ao planejamento pedagógico, a exaustão emocional, componente central do burnout (Maslach & Schaufeli, 1993), compromete a capacidade cognitiva do professor para elaborar planos de aula inovadores, flexíveis e contextualizados. Docentes exaustos tendem a recorrer a métodos mais tradicionais e repetitivos, com menor investimento de tempo e criatividade na preparação das atividades, o que pode resultar em aulas menos engajadoras e adaptadas às necessidades dos alunos. A despersonalização, por sua vez, pode levar a um distanciamento

do professor em relação aos objetivos educacionais e às particularidades da turma, transformando o planejamento em uma tarefa burocrática e desprovida de significado pedagógico.

A mediação pedagógica em sala de aula é igualmente afetada de forma significativa. Professores com burnout apresentam maior dificuldade em estabelecer e manter relações empáticas com os alunos, um aspecto crucial para a construção de um ambiente de aprendizagem positivo e acolhedor (Codo, 1999). A irritabilidade e o cinismo, frequentemente associados à despersonalização, podem manifestar-se em interações mais ríspidas, menor paciência para lidar com desafios comportamentais e uma redução na disponibilidade para oferecer suporte individualizado. Esteve (1999) ressalta que o mal-estar docente afeta a capacidade de o professor ser um mediador eficaz, pois sua própria condição emocional interfere na percepção e resposta às necessidades dos estudantes. A baixa realização pessoal, outro pilar do burnout, diminui a autoconfiança do educador, tornando-o menos proativo na busca por novas estratégias didáticas e menos resiliente diante das dificuldades inerentes ao processo de ensino.

Os impactos sobre a aprendizagem dos estudantes são uma consequência direta das alterações no planejamento e na mediação pedagógica. Quando o professor está em burnout, a qualidade da instrução diminui, a interação em sala de aula se torna menos estimulante e o suporte emocional aos alunos é reduzido. Carlotto (2002) e Benevides-Pereira (2002) apontam que a desmotivação e o desengajamento do professor podem ser percebidos pelos alunos, afetando sua própria motivação e desempenho acadêmico. Um ambiente de sala de aula marcado pela exaustão e pelo distanciamento do professor pode gerar sentimentos de insegurança e desinteresse nos estudantes, comprometendo sua participação ativa e sua capacidade de construir conhecimento de forma significativa. A falta de um planejamento adequado e de uma mediação empática e eficaz pode levar a lacunas na compreensão dos conteúdos, dificuldades na resolução de problemas e um impacto negativo no desenvolvimento socioemocional dos alunos, evidenciando a interdependência entre o bem-estar docente e a qualidade da educação.

Conclusões

O presente estudo alcançou seu objetivo de analisar os impactos do burnout docente no planejamento pedagógico, na mediação em sala de aula e na aprendizagem dos estudantes. Os achados demonstram que o burnout compromete a criatividade e a flexibilidade no planejamento, reduz a empatia e a eficácia na mediação, e afeta negativamente o engajamento e o desempenho dos alunos. A exaustão emocional, a despersonalização e a baixa realização pessoal do professor são fatores que se interligam, deteriorando a qualidade do processo educativo em suas diversas etapas.

As contribuições deste estudo para a prática docente incluem a conscientização sobre a importância da saúde mental do professor como pilar para uma educação de qualidade. Para as políticas públicas, os resultados reforçam a necessidade de implementar programas de prevenção e apoio psicossocial aos educadores, além de promover condições de trabalho mais equitativas e sustentáveis. A valorização do professor e a redução da sobrecarga são essenciais para mitigar os efeitos do burnout. A pesquisa destaca que investir no bem-estar docente é investir diretamente na melhoria da aprendizagem dos estudantes e na qualidade do sistema educacional como um todo.

Este estudo possui limitações inerentes à natureza da revisão integrativa, como a dependência da qualidade e da disponibilidade dos estudos publicados. A heterogeneidade metodológica

dos artigos incluídos pode influenciar a generalização dos resultados. Além disso, a pesquisa focou em impactos específicos, não explorando outras dimensões do burnout. Para a agenda de pesquisas futuras, sugere-se a realização de estudos longitudinais que acompanhem a trajetória de professores e alunos, investigando a eficácia de intervenções específicas para o burnout docente. Pesquisas qualitativas aprofundadas sobre a percepção de professores e alunos acerca desses impactos também são recomendadas, bem como estudos que explorem a relação entre o burnout e o uso de tecnologias digitais na educação.

Palavras-Chave: Burnout Docente; Síndrome do Esgotamento Profissional; Planejamento Pedagógico; Mediação Pedagógica; Aprendizagem.

Referências Bibliográficas

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. O. Burnout: o esgotamento do profissional de saúde. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002. CARLOTTO, M. S. A Síndrome de Burnout e o trabalho do professor. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002. CODO, W. Educação: carinho e trabalho. Petrópolis: Vozes, 1999. ESTEVE, J. M. O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores. Bauru: EDUSC, 1999. MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B. Historical and conceptual development of burnout. In: SCHAUFELI, W. B.; MASLACH, C.; MAREK, T. (Eds.). *Professional burnout: recent developments in theory and research*. Washington, DC: Taylor & Francis, 1993. p. 1-16.

XVI
FRPEDI