



**ESTRATÉGIAS PSICOTERAPÊUTICAS DA TERAPIA COGNITIVA
COMPORTAMENTAL NA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA
EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL**

*Estrategias psicoterapéuticas de la terapia cognitivo conductual en el síndrome de
Burnout en docentes de primaria*

*Psychotherapeutic strategies of cognitive behavioral therapy in Burnout syndrome in
elementary school teachers*

Ana Paula Caldas Melo 1

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-4793-3759>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: anacmadm@yahoo.com.br

Antônia Maria de Carvalho Soares de Sant'anna 2

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-4969-7018>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: antoniacssoares@yahoo.com.br

Érika Chaves 3

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5606-3284>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: fabianno.lyra@adventista.edu.br

Eixo temático: Ciências da saúde.

RESUMO SIMPLES

Introdução: Em face do cenário atual onde as coisas são tudo para ontem a Síndrome de Burnout (SB) tem afetado bastante a saúde do professor da Educação Fundamental, onde a Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) vem contribuindo de maneira significativa para prevenir e intervir com o intuito de tornar cada vez mais produtiva a qualidade de vida desse trabalhador cujo estresse derivado do trabalho que ocupa tem manifestado no corpo os efeitos de uma vida laborativa extremamente desgastante o adoecendo física e psicologicamente com tanta fadiga e exaustão. Para Tavares (2001) essa síndrome despersonaliza o indivíduo, chegando a causar uma exaustão emocional profunda. No auge da vida moderna independente da visão apresentada por cada autor essa síndrome vem a causar no trabalhador uma



ausência de si mesmo. A Síndrome de Burnout (SB) é uma síndrome psicológica que resulta do trabalho laboral extremamente desgastante adoecendo psicicamente o indivíduo. E diante das imensas demandas enfrentadas pelos professores vem ser esta uma das classes de profissões mais acometidas por esta síndrome que vem viralizando atualmente no sistema educacional. Estudiosos afirmam ser o trabalho tão exaustivo que seu impacto negativo chega a causar ilusão pelo trabalho realizado, além de indolência e sentimento de culpa, podendo afetar diversos profissionais que mantêm relação constante e direta com outras pessoas. Pesquisas ainda observaram que a jornada exaustiva enfrentada pelos professores em sala de aula estende-se ainda para fora do ambiente escolar. As condições de trabalho como a sobrecarga de tarefas e a falta de interesse dos estudantes torna-se fator constante de desmotivação.

Objetivo: Levantar estratégias psicoterapêuticas da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) no tratamento da Síndrome de Burnout (SB)

Método: Será utilizado o método sistemático de levantamento bibliográfico por meio de livros e buscas eletrônicas indexadas nas bases de dados do Google Acadêmico, Scielo (Scientific Eletronic Library Online), BvSalud (Biblioteca Virtual em Saúde) e acervo da BDTD (Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações), dentro do recorte temporal de 2012 a 2022.

Resultados (esperados / parciais): Esta pesquisa busca aprofundar os estudos dos efeitos nocivos do trabalho em excesso mostrando revelar como tal prática pode afetar profundamente a qualidade de vida do trabalhador e como a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) pode tornar-se relevante no processo.

Descritores: Síndrome de Burnout; Terapia Cognitiva Comportamental; Professores da Educação Básica

Eixo temático: Ciências da saúde.