

## QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DO DOCENTE DE TERCEIRO GRAU: UM DILEMA DO SÉCULO XXI

### QUALITY OF LIFE AT THE WORK OF THIRD DEGREE'S TEACHER: A DILEMMA OF THE XXI CENTURY

Günther Lothar Pertschy<sup>1</sup>  
Gissele Prette<sup>2</sup>

**RESUMO:** Este estudo aborda a interferência de variáveis ambientais em sua incidência sobre a qualidade de vida do docente em seu habitat profissional (a universidade), apontando elementos estressores que prejudicam seu desempenho. Definiu-se como objetivo apresentar os principais problemas identificados que afligem o docente de terceiro grau e que influenciam em sua qualidade de vida laboral, com todas suas potencialidades em sentido positivo e negativo – leia-se ‘motivação’ e ‘desmotivação’. Para tanto, procedeu-se à análise parcial (“notas prévias”) de dados coletados para um estudo de abrangência maior sobre o mesmo tema, constituído por meio de uma tese de doutorado pelo método exploratório e de caráter qualitativo. A amostragem é composta por professores universitários de IES catarinenses, escolhidos de maneira aleatória simples, nas quais se aplicou um questionário estruturado com questões fechadas e respostas classificadas segundo uma Escala de *Likert*. A análise de dados permitiu inferir que a qualidade de vida no trabalho (QVT) de professores universitários suscita questionamentos a serem reanalisados para que efetivamente comprovem as variáveis que fundamentam certo descontentamento e desmotivação disseminados nos componentes da amostra. Tais resultados ainda indicam que dito cenário de QVT afetado pode ser considerado generalizado para as IES de todo o País.

**Palavras-chave:** professor; universidade; estresse; *Burnout*; motivação.

**ABSTRACT:** *This study addresses the interference of environmental variables in their incidence on the quality of life of teachers in their professional habitat (the university), pointing out stressors that impair their performance. The aim was to present the main identified problems that afflict third-degree professors and influence their quality of working life, with all their potentialities in a positive and negative sense – read motivation and demotivation. To this end, we proceeded to the partial analysis (previous notes) of data collected for a study of greater scope on the same theme, consisting of a doctoral thesis through the exploratory method and qualitative character. The sample is composed of university professors from IES in Santa Catarina, chosen in a simple random way, along with which a structured questionnaire with closed questions and answers classified according to a Likert Scale was applied. Data analysis allowed us to infer that the professor's quality of life at work (QWL) at university raises questions. These questions need to be reanalyzed to effectively prove the variables that underlie a certain discontent and demotivation disseminated in the components of the sample. These results also indicate that this scenario of affected QWL can be considered generalized to IES throughout the country.*

**Keywords:** *professor; university; stress; Burnout; motivation.*

<sup>1</sup> Professor Dr. E-mail: [gunther@unifebe.edu.br](mailto:gunther@unifebe.edu.br)

<sup>2</sup> Professora Ma. E-mail: [gissele@unifebe.edu.br](mailto:gissele@unifebe.edu.br)

## 1 INTRODUÇÃO

A qualidade de vida (QVI), considerada sob uma perspectiva ampla, é tema de larga história que tem sido abordado, usualmente, associado à saúde do ser humano como requisito essencial de vida e princípio pétreo contido na Declaração Universal dos Direitos Humanos, contemporânea (ONU, 1948), bem como nas Magnas Cartas da maioria das nações de regime democrático. Tal relação estreita entre saúde e QVI possui fundamento no requisito da saúde como “amplamente reconhecida como o maior e melhor recurso para o desenvolvimento social, econômico e pessoal” do cidadão e, ademais, “uma das mais importantes dimensões da qualidade de vida” (BUSS, 2007).

Inserida, agora, no âmbito do trabalho, a QVI tem conexão íntima com o desempenho do trabalhador, independentemente de qual seja sua área laboral. Dita conexão é expressa por meio dos níveis de motivação observados na execução das tarefas, em relação diretamente proporcional, ou seja, quanto maiores forem os níveis de qualidade de vida no trabalho (QVT), maiores serão também os índices de motivação (e de desempenho), seja no ambiente laboral, seja fora deste.

Com relação ao ambiente externo de trabalho, há um número razoável de fatores externos que circundam o indivíduo em seu labor. São enfermidades, adversidades, fatos fortuitos e inesperados, entre outros que, ao sucederem, influenciam no desempenho do trabalhador, seja para diminuir-lhe a motivação, seja para incentivá-lo ao crescimento. Em razão de tais fatores, os programas de QVI e de QVT passam a ser de vital importância para o desenvolvimento pessoal e profissional dos trabalhadores, resultando também no desenvolvimento eficaz da organização (COZZO; BATISTA, 2006). Afinal, é preciso entender que, dentre os fatores externos ao trabalho, há variáveis incidentes – como a família, o lazer, a religião e os relacionamentos – que não podem simplesmente ser ‘despidas’, quando se ingressa ao ambiente organizacional, e vice-versa (SAMPAIO, 2004).

Adentrando no contexto da educação superior e, mais especificamente, no trabalho dos docentes, que atuam nesse âmbito, percebe-se que diversos modelos permitem avaliar o índice de QVT- IES de docentes em várias dimensões (FREITAS; SOUZA, 2008), procurando determinar níveis de satisfação/insatisfação em indicadores, como: integração social na organização, utilização da capacidade humana, segurança e saúde nas condições de trabalho, constitucionalismo, trabalho e espaço de vida, compensação, oportunidade de carreira e garantia profissional, e relevância social do trabalho.

O objetivo deste artigo é apresentar os principais problemas identificados que afligem o docente de terceiro grau e que influenciam em sua qualidade de vida laboral, com todas suas potencialidades em sentido positivo e negativo – leia-se ‘motivação’ e ‘desmotivação’.

## 2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A análise da qualidade de vida no trabalho (QVT) não parece tão simples quanto se apresenta. Ela se complica ainda mais quando se trata de envolver investigações que dizem respeito aos docentes de educação superior. A transformação pela qual passou o sentido do trabalho (com seus aditivos de multiemprego, as pressões do cotidiano, o *tecnostress*, a terceirização e a quarteirização, a flexibilização das normas laborais etc.), nessas últimas décadas, têm alcançado também a sociedade como um todo e, em decorrência disso, os ambientes familiares, de lazer e de educação. Assim, a transformação do sentido do trabalho “configura-se como a própria transformação social” (PEREIRA, 2006, p. 24).

Na atual conjuntura no âmbito da educação superior, os processos de estresse do docente são constantes e crescentes, devido às inúmeras tarefas burocráticas que este deve realizar e que lhe retiram importantes horas que bem poderiam ser dedicadas ao melhor preparo das aulas, ao estudo de cursos de pós-graduação ou de extensão, tão importantes para o docente da educação superior. Tal situação se vê ainda mais degradada quando se releva o fator de necessidade de múltiplos empregos – seja em distintas instituições de educação superior, seja em outras áreas laborais.

Isso nos remete a observar também a problemática da formação do docente de nível universitário, como variável assessória, mas de peso. Saliencia-se a esse respeito que “não existiu até hoje tradição de treino profissional no ensino superior, e os professores jovens sempre foram deixados sós, exceto talvez um breve curso de iniciação” (FERENC; MIZUKAMI, 2005, p. 3). Não existe uma política especificamente definida e direcionada à formação do docente de educação superior – embora na teoria existam ditames a respeito, na prática (e sob premente necessidade de suprir vagas), a ação é imediatista e despreparada em muitos casos, buscando o auxílio de professores substitutos, suplentes ou temporários. Em não havendo formação dos professores para a docência no ensino superior, tal situação acaba por justificar que dito encargo seja um lugar de atividade “assistemática, com escasso rigor e pouca investigação” (FERENC; MIZUKAMI, 2005, p. 4). Não há como negar, então, que dita situação venha em detrimento da qualidade de vida no trabalho do docente de nível superior. A ausência de preparação impõe um processo de estresse na tentativa de o docente se adequar aos desafios que a posição lhe dita.

Avelar (2000) aponta outro fator de não menor importância destacado pelo sociólogo Zygmunt Bauman, quando, ao se referir ao processo de globalização econômica e suas consequências sobre a vida política, social e cultural dos países de menor desenvolvimento (ou em desenvolvimento), deixa de avaliar tais consequências para focalizar com maior relevância os efeitos previsíveis sobre o fator humano e de qualidade de vida. Os docentes (principalmente aqueles que atuam em nível superior) não deixam de ser parte de uma sociedade de consumo exagerado e, em decorrência disso, ansioso, ou seja, não apenas os níveis menos privilegiados, em seu consumo, são sinal de “vigor e saúde do capitalismo”, como também aqueles que compõem os patamares mais elevados, “padecem a ansiedade de adquirir ainda mais do que já possuem”. Como se sabe (e parece já ser lugar comum), ansiedade e estresse caminham lado a lado, aparentemente indissociáveis.

De acordo com diversos estudos sobre a profissão docente (SILVA; MOTTA, 2005), a desilusão, insatisfação e frustração são sentimentos dominantes – todos, saliente-se, estressores – entre aqueles que difundem o saber aos alunos, independentemente do nível estejamos falando. Uma das síndromes mais agressivas, constatadas pelos professores em sentido amplo, é a de *Burnout* (numa tradução literária, significa *queimar por completo*), definida por Harrison (1999) e outros como uma perda total de energia e de interesse, bem como a incapacidade para desempenhar determinada função de maneira efetiva, causada por excessiva exigência que supera os próprios recursos do indivíduo ou, ainda, por situação crônica de excesso de trabalho. Tal síndrome aparece com maior frequência nos setores de serviços, tratamento e educação (CARLOTTO, 2002), sendo a definição de Maslach e colegas a mais aceita, uma vez que sua fundamentação se baseia na perspectiva social-psicológica que observa três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho. Nesse sentido, Carlotto (2002, p. 24) explica, em relação aos docentes:

Professores possuem expectativas de atingir metas um tanto ou quanto irrealistas, pois pretendem não somente ensinar seus alunos, mas também ajudá-los a resolverem os seus problemas pessoais (Maslach & Goldberg, 1998). Maslach e Jackson (1984a) afirmam que a educação pode ser associada ao *burnout*, devido ao alto nível de expectativa destes profissionais, o qual não pode ser totalmente preenchido.

Assim, todo e qualquer estudo investigativo que aborde a qualidade de vida no trabalho dos docentes – seja em nível universitário, como o nosso, ou não – terá forçosamente que passar pelas ponderações associativas a tal síndrome (*Burnout*), já que esta faz parte inerente ao trabalho docente e, mais do que isso, constitui-se em um dos seus componentes históricos.

Os fatores estressores existem e são incontáveis no mundo pós-moderno da educação em geral e, em especial, na docência em nível superior. Nossa investigação – e qualquer outra, congênere, que tenha objetivos similares – abordou apenas alguns aspectos da qualidade de vida no trabalho dos docentes, que atuam no terceiro grau, já que intentar cercar por completo todas as variáveis, poderia ser considerado algo utópico neste momento. Veja-se, por exemplo, uma comparação entre o docente de ontem e o de hoje: não existe uma perspectiva que possa ser comparável a ponto de retirar-se inferências acuradas e aplicáveis em sua totalidade. Os cenários mudaram por completo e, assim também, seus principais atores – docentes e discentes. Se durante o período considerado moderno, a educação estava fundada em princípios claramente definidos, aceitos e respeitados (FANFANI, 2007) – valores universais e verdades que não suscitavam dúvidas; escola como um espaço sagrado (percebia-se, claramente, a diferença entre o exterior e o interior dos educandários); docência embasada na vocação e fonte de prestígio, implicando uma entrega, ademais de uma expressiva cota de arte e domínio da matéria; inexistência de contradição entre os conteúdos propostos e a construção da subjetividade – na era presente (pós-modernidade), há substantivas dúvidas sobre praticamente todos os campos do saber, além de não se constatar unanimidade na conceituação do que sejam valores; as instituições de educação em geral tornaram-se ‘colônias’ do mercado, passando a ser regidas pelas leis da oferta e da demanda, como qualquer empresa; os discentes hoje são chamados de ‘clientes’; os docentes, em expressivo número, optaram pela profissão *aditiva*, mais por obrigação e necessidade, do que por vocação; e, quanto aos conteúdos, é fácil observar que não existe uma correlação entre estes e as expressivas modificações pelas quais a sociedade mundial passa, inexistindo um adequado ajuste programático e metodológico.

Portanto, a qualidade de vida do docente de hoje, em seu trabalho dirigido à educação superior, está muito mais sujeita às agressões de incontáveis estressores – como vimos acima, em apenas poucos indicadores exemplificativos – prejudicando o processo *ensino x aprendizagem*, deteriorando sua qualidade de vida e, por decorrência, formando indivíduos que ingressam ao mercado de trabalho pouco (ou mal) preparados, completando um círculo vicioso que deriva em educação inferior.

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O tipo de estudo utilizado para a elaboração do artigo foi de caráter exploratório com abordagem qualitativa e visa identificar, em seu cerne, a principal variável com seu respectivo significado, inserida em seu contexto ambiental (LÜDKE; ANDRÉ, 1986), ou seja, a qualidade de vida no trabalho do docente de terceiro grau.

Para tanto, utilizou-se a amostragem definida para a tese, composta de professores universitários escolhidos de maneira aleatória simples, de um universo formado por IES privadas localizadas no estado de Santa Catarina.

Aplicou-se um questionário estruturado com questões fechadas e respostas classificadas segundo a Escala de *Likert* – de ocorrência, de opinião e de apreciação geral (MARCONI; LAKATOS, 2000). A análise de dados (LIMA; VEIGA, 2000) permitiu identificar que a QVT suscita inúmeros questionamentos que ainda deverão ser reanalisados para que efetivamente comprovem as variáveis que fundamentam certo descontentamento e desmotivação disseminados nos corpos docentes universitários.

#### 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

Os resultados alcançados com esse estudo, indicam que a QVT do docente universitário é prejudicada por vários aspectos mais destacáveis nessas últimas décadas. Considerando-se que a interferência da globalização econômica, social, educativa, tem, em realidade, desgastado as profissões em amplo sentido, em decorrência da maximização da competitividade nos diversos segmentos profissionais, e que, em sentido econômico, constatou-se uma perda crescente da capacidade de sustentação provida pelos salários hoje praticados – na maioria das categorias, defasados – há um substancial número de investigadores que entendem tais indicadores como incidentes negativamente sobre a motivação e o desempenho dos profissionais da educação (e dos demais setores laborais), prejudicando seriamente o processo *ensino x aprendizagem* (e, noutros casos, o da qualidade do trabalho realizado).

De acordo com a tabulação dos resultados da nossa investigação, a incidência negativa de índices que podem ser considerados desmotivadores (e, por consequência, comprometer o desempenho do docente), pode ser evidenciada na Figura 1, a seguir:

Figura 1: Grau de Satisfação em relação a:

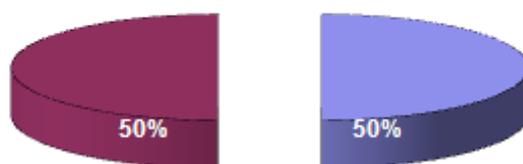
	a	b	c	d
proporcionalidade de salários			30%	40%
incentivo às qualificações docentes		40%	30%	
possibilidade de carreira		30%	40%	30%
incentivo ao crescimento pessoal		20%	50%	
perspectiva de incremento salarial		20%	40%	30%

Fonte: Dados da pesquisa (2017)

Uma das particularidades mais características, nesse sentido, é o multiemprego do docente em razão da necessidade de complementação salarial. Em realidade, a dedicação integral ao seu mister de educador não alcança patamares remunerativos condizentes com suas responsabilidades e dedicação, forçando-o a procurar outras fontes de renda que, somadas à da docência, perfaçam um *quantum* razoável para a manutenção do seu nível de vida. Tal situação compromete seu desempenho como educador, ademais de também incidir sobre seus níveis de QVT e de QVI, o que propicia a instalação (silenciosa, mas persistente e crescente) de um processo de estresse, potencialmente ameaçador ao seu bem-estar e, por decorrência, ao daqueles que com ele convivem, tanto em suas atividades profissionais, quanto em seu mundo social e familiar. Nas Figuras 2 e 3, a seguir, expõem-se esse problema.

Figura 2: Jornada de Trabalho

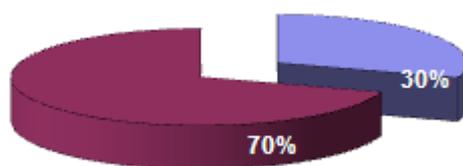
trabalha em outra instituição de ensino? não 50% - sim 50%



Fonte: Fonte: Dados da pesquisa (2017)

Figura 3: Jornada de Trabalho – I

trabalha em outra atividade remunerada? não 30% - sim 70%



Fonte: Fonte: Dados da pesquisa (2017)

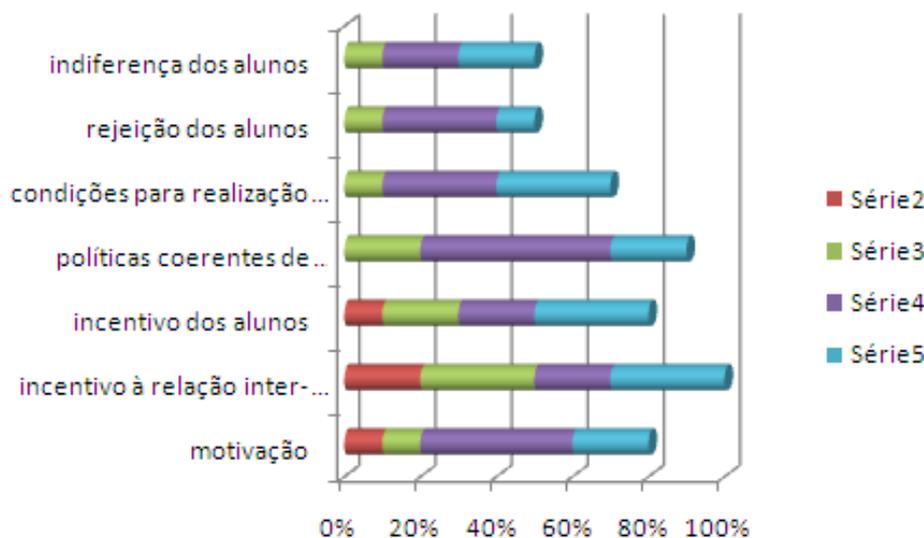
Outro aspecto destacável (e também detectado) é o da deterioração da profissão de educador, em amplo sentido. Se, há pouco tempo, o docente de ensino superior ostentava um *status* diferenciado e que impunha certo nível de respeito e de admiração, hoje tais diferenciais praticamente deixaram de existir, confundindo-se com a condição popularizada de ‘mais uma profissão’, sem qualquer valor agregado ou, ainda, sem qualquer aditivo provedor de uma posição distintiva. Os grandes mestres do passado – a partir da distante educação da Grécia Antiga – deram lugar a educadores que se confundem com o lugar-comum, perdem-se na multidão de rostos *sem significância*. Tal constatação provavelmente é motivo de desmotivação daqueles que buscam a formação pedagógica, hoje subsumida no desvalorizado mundo acadêmico. A Figura 4, a seguir, apresenta alguns indicadores do que se afirma acima.

De maneira geral, o estudo aponta ingente necessidade de se proceder a uma revisão geral e profunda da educação superior brasileira. A carreira de docência demanda estudo constante, atualização permanente e continuada, se os profissionais que nela labutam pretendem se manter em patamares que permitam um mínimo de reconhecimento social.

Por outro lado, cabe uma revisão crítica – e no mesmo sentido do reconhecimento, mas agora em termos profissionais – do papel, da missão e da valorização do docente de nível superior, com a concessão de salários dignos, planos de carreira, incentivos à conquista de qualificações mais elevadas. Só assim é que se poderá conquistar e manter uma equipe docente comprometida com a elevada missão de formar os cidadãos do futuro.

Figura 4: Deterioração da profissão de educador

	a	b	c	d
motivação	10%	10%	40%	20%
incentivo à relação inter-pessoal	20%	30%	20%	30%
incentivo dos alunos	10%	20%	20%	30%
políticas coerentes de emprego		20%	50%	20%
condições para realização pessoal		10%	30%	30%
rejeição dos alunos		10%	30%	10%
indiferença dos alunos		10%	20%	20%



Fonte: Dados da pesquisa (2017)

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Atendendo ao proposto em nosso objetivo, concluímos que a qualidade de vida do docente na educação superior está seriamente comprometida por uma série de fatores incidentes e que podem ser entendidos como estressores, o que lhe impossibilita o desempenho com qualidade, do seu ofício. Em sendo o quesito *qualidade* fundamental para uma boa formação do futuro profissional que ingressará ao mercado de trabalho, tem-se como inferência óbvia que dita desqualificação (ou má ou pobre qualificação) incrementará um processo crescente de empobrecimento do desempenho do mercado, comprometendo sua competitividade num cenário econômico-político-social globalizado e, justamente por isso, que demanda uma formação diametralmente contrária, ou seja, a qualificação com excelência.

Docentes desmotivados, estressados, descontentes com sua valorização, remuneração, benefícios e carreira, tendem a piorar cada vez mais ou, no mínimo, a estagnar em seu desenvolvimento profissional, perdendo significado gradualmente sua sagrada missão de educar, de formar o cidadão do amanhã. A necessidade de múltiplos empregos; a absorção de horas-trabalho além do que poderia ser considerado normal (comprometendo seriamente o necessário período de descanso, convivência familiar e social, e lazer, condicionantes necessários a uma vida saudável); a pobreza de incentivos e de reconhecimento profissional, prejudicando a ideia de um futuro promissor; o descomprometimento de alunos e seus pais ou responsáveis, no sentido da dedicação aos estudos, respeito pelo professor e pela própria instituição

onde se educa; o temor do futuro, em compasso estreito com o processo natural de envelhecimento; todos esses indicadores são parte da grande família de estressores que assolam, hoje, o docente de educação superior, impondo-lhe um ritmo de vida potencialmente ameaçador para sua saúde – física e mental.

Este estudo se propôs, assim, a expor uma pequena parte de uma investigação de contornos bem maiores – e, ainda, em processo – e cuja relevância reside no fundamental aspecto de centrar-se no processo educativo superior do País, responsável pela formação do ser humano, rumo ao seu ingresso profissional numa sociedade hoje tumultuada, em constante mudança e extremamente renhida na competição por maiores e melhores espaços de labor – o sonho de todo ser humano, principalmente nesta pós-modernidade em que vige a ansiedade consumista extremada. Ainda em relação à sua relevância, não se pode deixar de mencionar a necessidade de se proceder a novas abordagens de um tema aparentemente surrado, mas que ainda está muito longe de alcançar o necessário consenso, entre os atores principais – docentes, discentes, administradores, governo e sociedade.

Em relação às limitações deste estudo, pode-se dizer que, em sendo uma investigação de corte transversal, reflete o momento atual da educação superior, centrando-se, ainda, nas instituições de educação superior com sede no estado de Santa Catarina. Em base a isso, poder-se-á afirmar que dita limitação impede que os resultados da investigação possam ser generalizados, embora se saiba empiricamente que o perfil delineado em traços largos, nestas páginas, bem pode ser aplicado a todo o País e, ademais, à maioria dos países do continente sul-americano.

Outro limitador que não pode deixar de ser apontado é o foco exclusivo da abordagem do tema apenas sob a ótica do docente, deixando-se de observar e mensurar a opinião de discentes, pessoal administrativo da instituição e representantes da sociedade (pais, responsáveis, entre outros) Tal opção restritiva deveu-se ao interesse em delimitar a área de investigação, para, posteriormente, promover estudos similares enfocando as outras áreas e, no final, formalizando um estudo geral em formato de obra literária – um projeto ainda em fase de avaliação e viabilização.

A título de finalização, permitimo-nos recomendar a elaboração de estudos similares de caráter restrito (a fim de que sejam mais profundos em sua investigação), em outras unidades da Federação, com o intuito de realizar comparações e retirar inferências que permitam avaliar melhor o cenário educativo superior no Brasil. Aditivamente, não podemos deixar de fazer a recomendação da realização de seminários amplos de debate sobre o tema em foco, o que nos permitiria desenhar um cenário mais completo e pormenorizado, além da promoção da troca de experiências, sempre salutar em estudos científicos de tal abrangência e relevância.

A orientação final é um apelo aos leitores para que promovam um momento de reflexão sobre as variáveis expostas neste artigo, identificando-as em seus próprios ambientes e procedendo a uma introjeção (internalização) que permita produzir um processo analítico inferencial. O melhor estudo começa por casa.

## REFERÊNCIAS

AVELAR, P. Reseña de “La globalización: consecuencias humanas” de Zygmunt Bauman. **Revista Mexicana del Caribe**, año 5, número 9, 2000. Universidad Autónoma de Quintana Roo, Chetumal, México, pp. 271-274. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/128/12800918.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2023.

- BUSS, P. M. **Saúde, sociedade e qualidade de vida**. Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ). Disponível em: <http://www.invivo.fiocruz.br/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?inoid=34&sid=8>. Acesso em: 15 ago. 2023.
- CARLOTTO, M. S. A Síndrome de *Burnout* e o Trabalho Docente. **Revista Psicologia em Estudo**, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan/jun 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/hfg8JKJTYFpgCNgqLHS3ppm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 ago. 2023.
- COZZO, A. S.; BATISTA, D. B. K. **Programas de qualidade de vida no trabalho: Um olhar sobre seus benefícios para as empresas e para os colaboradores**. Disponível em <http://www.abqv.org.br/artigos.php?id=51>. Acesso em: 22 ago. 2023.
- FANFANI, E. T. **La condición docente: análisis comparado de la Argentina, Brasil, Perú y Uruguay**. Buenos Aires (Argentina): Ed. Siglo XXI, 2007. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000144319>. Acesso em: 15 ago. 2023.
- FERENC, A.V.F.; MIZUKAMI, M.G.N. Formação de professores, docência universitária e o aprender a ensinar. Formação docente para o ensino superior. In VIII Congresso Estadual Paulista sobre Formação de Educadores. **Modos de ser educador: artes e técnicas – ciências e políticas**. São Paulo: Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, 2005.
- FREITAS, A. L. P.; SOUZA, R. G. B. de. Um modelo para avaliação da qualidade de vida no trabalho em universidades públicas. *Revista Sistemas & Gestão*. v.4, n.2, agosto. 2009. Disponível: <https://www.revistasg.uff.br/sg/article/view/V4N2A4>. Acesso em: 10 ago. 2023.
- HARRISON, B. J. Are you destined to burn out? **Fund Rising Management**, v. 30, n. 3, p. 25-28, may 1999.
- LIMA, P. C.; VEIGA, R. D. **Análise exploratória de dados**. Lavras (MG): UFLA/FAEP, 2000.
- LÜDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A. **Pesquisa em Educação: abordagens qualitativas**. São Paulo: EPU, 1986.
- MASLACH, C. GOLDBERG, J. Prevenção do burnout: Novas perspectivas. **Applied and Preventive Psychology**. v.7, n.1, p. 63-74. 1998.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. Burnout em ambientes organizacionais. **Applied Social Psychology Annual**. v. 5, p. 133–153. 1984
- MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia Científica**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2000.
- ONU – Organização das Nações Unidas. **Declaração Universal dos Direitos Humanos**. Adotada e proclamada pela Resolução 217 A (III) da Assembleia Geral das Nações Unidas em 10 de dezembro de 1948. Disponível em: [http://www.mj.gov.br/sedh/ct/legis\\_intern/ddh\\_bib\\_inter\\_universal.htm](http://www.mj.gov.br/sedh/ct/legis_intern/ddh_bib_inter_universal.htm). Acesso em: 15 ago. 2023.

PEREIRA, O. A. V. **Qualidade de vida no trabalho de docentes universitários de uma instituição pública e outra privada do Leste de Minas Gerais**. Dissertação (Mestrado em Meio Ambiente e Sustentabilidade). Centro Universitário de Caratinga, Minas Gerais. Disponível em: [http://bibliotecadigital.unec.edu.br/btdunec/tde\\_busca/arquivo.php?codArquivo=28](http://bibliotecadigital.unec.edu.br/btdunec/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=28). Acesso em: 10 ago. 2023.

SAMPAIO, J. dos R. et al. **Qualidade de Vida no Trabalho e Psicologia Social**. 2 ed. São Paulo: Editora Casa do Psicólogo, 2004.

SILVA, N.; DALVA VAN BERGHEM MOTTA, C. A criatividade como fator de resiliência na ação docente do professor de ensino superior. **Revista UFG**, Goiânia, v. 7, n. 2, 2017. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/revistaufg/article/view/48869>. Acesso em: 21 ago. 2023.