

UM EXAME ÉTICO-POLÍTICO DOS ESTUDOS ANALÍTICO-COMPORTAMENTAIS SOBRE BURNOUT

Raquel Emanuelle Correia Gilberto (PIBIC/FA/UEM), Carolina Laurenti (Orientadora),
Carlos Eduardo Lopes (Coorientador). E-mail: raquelecgilberto@gmail.com.

Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências Humanas, Maringá, PR.

Psicologia/ Fundamentos e Medidas da Psicologia

Palavras-chave: Análise do Comportamento; Burnout; James Holland.

RESUMO

O burnout é um quadro amplamente estudado pela psicologia por seus impactos na saúde mental. Tal como outros profissionais em psicologia, analistas do comportamento também têm atuado em organizações e elaborado intervenções para lidar e prevenir o burnout. James Holland, um dos principais comportamentalistas que se dedicou ao estudo de ambientes de trabalho estratificados, reiterou a importância de considerar as consequências ético-políticas das intervenções psicológicas. Assim, o objetivo desta pesquisa foi avaliar as implicações ético-políticas das intervenções analítico-comportamentais em casos de burnout. Para tanto, foi realizada uma pesquisa bibliográfica cujas fontes foram 20 artigos obtidos no Portal de Periódicos da CAPES, sendo 17 em inglês e 3 em português. O material selecionado foi sistematizado em uma tabela na qual constavam: definição de burnout; variáveis associadas ao seu desenvolvimento; intervenções propostas; se o ambiente é estratificado; quem seria beneficiado pela intervenção; quem poderia propor alterações sobre esta; como seriam usados os dados comportamentais; se as contingências seriam semelhantes para todos; se os reforçadores extrínsecos seriam substituídos por reforçadores intrínsecos. Foram apresentadas poucas definições operacionalizadas do burnout; as variáveis puderam ser subdivididas entre aquelas associadas ao repertório do trabalhador ou ao ambiente laboral; e as intervenções direcionam-se principalmente à garantia de produção de reforçadores naturais no trabalho, negligenciando discussões sobre a autonomia dos trabalhadores e a semelhança de contingências entre indivíduos em ambos os níveis hierárquicos.

INTRODUÇÃO

O burnout é caracterizado como um quadro psicopatológico relacionado ao ambiente de trabalho e está associado a sintomas físicos e comportamentais. É um assunto

de amplo interesse da psicologia devido à sua relevância para a saúde mental dos indivíduos. Uma das abordagens da psicologia que se dedicou ao estudo dos ambientes de trabalho e seu papel na constituição de repertórios comportamentais complexos foi a Análise do Comportamento, o que pode ser exemplificado pela *Organizational Behavior Management* (OBM), um ramo da Análise do Comportamento Aplicada voltada à utilização de princípios comportamentais em organizações. De uma perspectiva analítico-comportamental, o burnout pode ser descrito como um conjunto de respostas de fuga e esquiva emitidas em função da exposição a estímulos aversivos associados a ambientes de trabalho que possuem caráter coercitivo. Um dos autores da análise do comportamento que se voltou ao estudo de ambientes de trabalho estratificados e coercitivos foi James G. Holland que, em suas publicações, chamou a atenção para a responsabilidade social de analistas do comportamento ao planejar e executar intervenções em ambientes de trabalho hierarquizados. Para tanto, Holland (2016) elencou seis questionamentos a serem levantados a fim de auxiliar na identificação das implicações ético-políticas das intervenções em psicologia. Estes seis questionamentos são: o ambiente é estratificado?; quem seria beneficiado pela aplicação da intervenção?; quem poderia propor ideias e alterações sobre a intervenção?; como seriam usados os dados comportamentais dos indivíduos?; as contingências seriam semelhantes para todos?; os reforçadores extrínsecos seriam gradualmente substituídos por reforçadores intrínsecos mais consistentes?. À luz do exposto, o objetivo geral desta pesquisa foi avaliar se as intervenções analítico-comportamentais em casos de burnout têm considerado as implicações ético-políticas retratadas nos questionamentos de Holland (2016).

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica, cujas fontes utilizadas foram artigos obtidos no Portal de Periódicos da CAPES, por meio do uso de termos referentes ao tema e ao referencial teórico utilizado, em língua inglesa (“*burnout*” and “*behavior analysis*”) e portuguesa (“burnout”/esgotamento profissional e “análise do comportamento”). Posteriormente, foram excluídas publicações que não possuíam os termos pesquisados no título, assunto ou palavras-chave; não fossem artigos; não pudessem ser acessadas integralmente de forma gratuita pela base de dados; não apresentassem termos da Análise do Comportamento no corpo do texto. Os textos selecionados foram sistematizados em uma tabela que continha as seguintes entradas: (1) definição de burnout apresentada no texto; (2) variáveis associadas ao desenvolvimento do burnout; (3) intervenções propostas; (4) seis questionamentos de Holland. Com base nas informações compiladas na tabela, foi elaborada uma síntese interpretativa com o propósito de discutir implicações ético-políticas das intervenções analítico-comportamentais em casos de burnout.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados 20 artigos para análise, sendo 3 em português e 17 em inglês. Com relação às definições de burnout, constatou-se um número reduzido de artigos que apresentaram uma definição operacionalizada do termo. A maioria dos autores, por sua vez, utilizou a descrição elaborada pelos psicólogos norte-americanos Christina Maslach e Michael Leiter, os quais caracterizam o burnout com base em três aspectos: exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal. As variáveis abordadas na análise do burnout subdividiram-se em causas associadas ao repertório pessoal, tais como a falta de flexibilidade psicológica, e aquelas relacionadas ao ambiente de trabalho, como excesso de demandas.

Sobre as intervenções, essas foram altamente variadas e agrupadas entre aquelas que visavam alterações nos repertórios dos trabalhadores e as que visavam a modificação do ambiente organizacional. Algumas das propostas incluíam a realização de grupos terapêuticos, a prática de *hobbies* e exercícios físicos e a escuta dos trabalhadores por parte da gerência.

A respeito das reflexões suscitadas por Holland, foi possível observar que a questão mais frequentemente contemplada nas intervenções referiu-se à substituição gradual de reforçadores extrínsecos, com os quais a intervenção se inicia, por reforçadores intrínsecos mais consistentes. Em contrapartida, as reflexões verificadas em menor número de artigos estavam relacionadas, respectivamente, à forma como os dados comportamentais dos trabalhadores seriam utilizados, às semelhanças entre as contingências experienciadas por indivíduos de níveis superiores e inferiores e, por fim, ao questionamento sobre quem seria beneficiado pela aplicação da intervenção. Diante dos resultados acima expostos, compreende-se que os autores se atentaram para a relevância de proporcionar o acesso a reforçadores naturais associados à própria atividade laboral, o que indica sua preocupação com a existência de sentido no trabalho realizado nas organizações. Essa característica das intervenções pode aumentar não só o engajamento em atividades laborais como também a ocorrência de sentimentos prazerosos a elas associados. Paralelamente, a garantia de reforçadores intrínsecos no trabalho pode concorrer com respostas de fuga e esquiva de estímulos relacionados ao trabalho. Porém, o número reduzido de indagações a respeito da semelhança de contingências aplicadas aos indivíduos de ambos os níveis hierárquicos, bem como a falta de discussões sobre quem seria beneficiado pela aplicação das intervenções, indicam a possibilidade da ausência de autonomia dos trabalhadores sobre as contingências às quais serão expostos.

Não obstante a garantia de sentido no próprio trabalho associado à produção de reforçadores intrínsecos, a desconsideração das questões anteriormente mencionadas indica a possibilidade de as intervenções poderem contribuir, ainda

que indiretamente, para a manutenção de um sistema de exploração dos trabalhadores que se encontram em níveis mais baixos. Essa discussão também se encontra em consonância com o conceito de “escravo feliz” utilizado por Skinner (1973), no qual o autor explica que existe a possibilidade de as contingências coercitivas serem pautadas por reforçadores positivos. O termo “feliz” diz respeito aos sentimentos agradáveis associados à produção de reforçadores positivos, e o termo “escravo” revela o caráter aversivo das consequências finais, que são exploratórias. Assim, é mais relevante para os indivíduos conhecerem a natureza das contingências que os controlam, do que apenas sentirem prazer ou satisfação no trabalho – sentimentos decorrentes da produção de reforçadores intrínsecos associados às atividades laborais. Ademais, o número reduzido de discussões sobre a exploração do trabalhador e a importância de garantir sua autonomia no ambiente de trabalho reitera um importante argumento apresentado por Holland (2016), o qual aponta para a responsabilidade social de analistas do comportamento em considerarem a quem as intervenções elaboradas servirão.

CONCLUSÕES

As conclusões desta pesquisa apontam para a escassez de discussões acerca da exploração do trabalhador em detrimento da relevância dirigida à garantia de sua satisfação no trabalho mediante o acesso a reforçadores intrínsecos relacionados à própria atividade laboral. As principais contribuições desta pesquisa são a possibilidade de discutir as intervenções propostas atualmente para a prevenção da síndrome de burnout sob a perspectiva da Análise do Comportamento, bem como o auxílio na formulação de intervenções futuras que considerem assimetrias de poder.

AGRADECIMENTOS

À Fundação Araucária pelo financiamento recebido durante todo o período de realização desta pesquisa. Agradeço também à minha orientadora, Carolina Laurenti, e ao meu coorientador, Carlos Eduardo Lopes, por auxiliarem na elaboração e realização desta pesquisa.

REFERÊNCIAS

HOLLAND, J. G. Análise do comportamento e valores humanos positivos. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 18, n. especial, p. 19-26, 2016. Disponível em: <https://rbtcc.com.br/RBTCC/issue/view/80>. Acesso em: 9 set. 2024.

SKINNER, B. F. **Beyond freedom and dignity**. Harmondsworth: Pelican, 1973.