Alunos:
Edinaldo Alves da Silva Junior
Kettily Kauana Formiga Alexandre

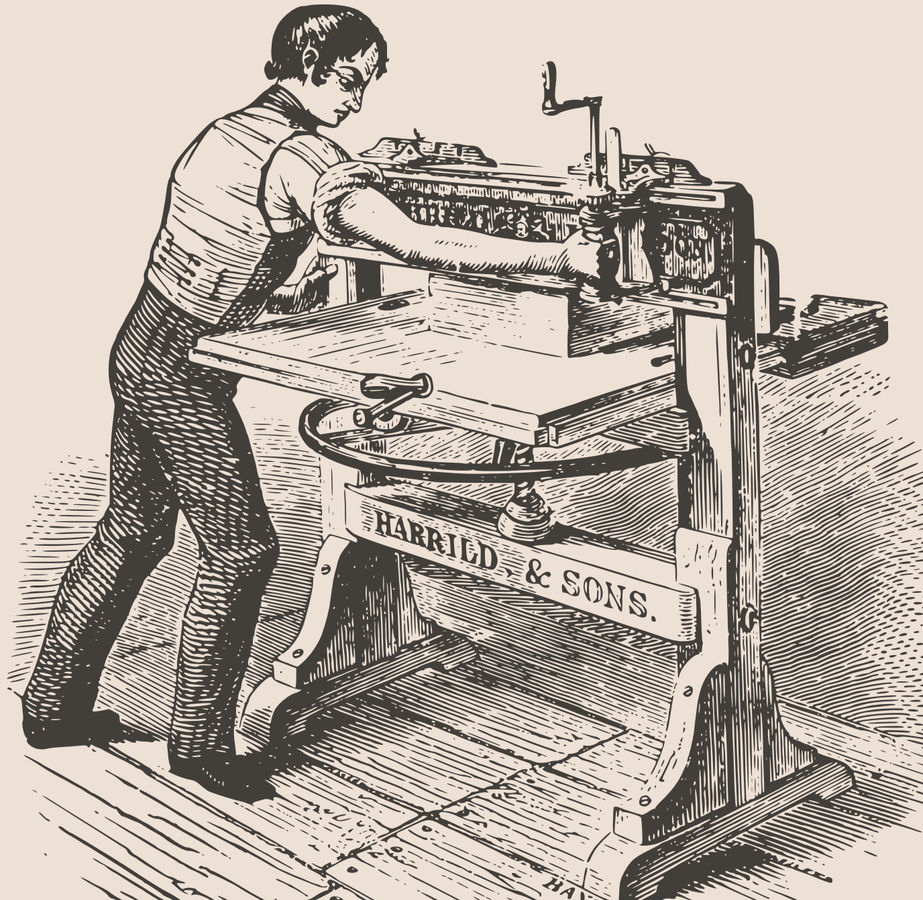
Disciplina: Estágio supervisionado Específico em Psicoterapia I

Supervisora: Prof. Dra. Leda Maia

A SÍNDROME DE BURNOUT NO DIVÃ

O que é Burnout?

A Síndrome de Burnout é um “distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, esgotamento físico e estresse resultante de situações de trabalho desgastantes, que demandam muita competitividade ou responsabilidade”.



O que é Burnout?

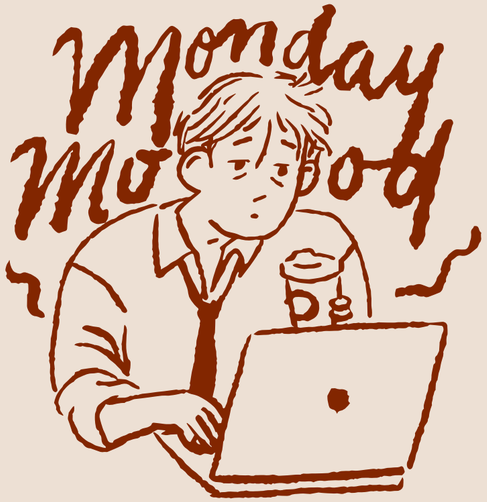
É considerado um fenômeno psicossocial constituído de três dimensões:

- **Exaustão emocional;**
- **Despersonalização;**
- **Baixo sentimento de realização profissional.**

Importante Destacar:

Estresse X Burnout

- Excesso de engajamento;
- Hiperatividade;
- Emoções reativas;
- Perda de energia;
- Pode levar à ansiedade;
- Maior impacto no corpo.



- Desengajamento no trabalho;
- Hipoatividade;
- Emoções anestesiadas;
- Perda de motivação;
- Pode levar à depressão;
- Maior impacto no psicológico.

Traçado Histórico

Teve início em 1950:

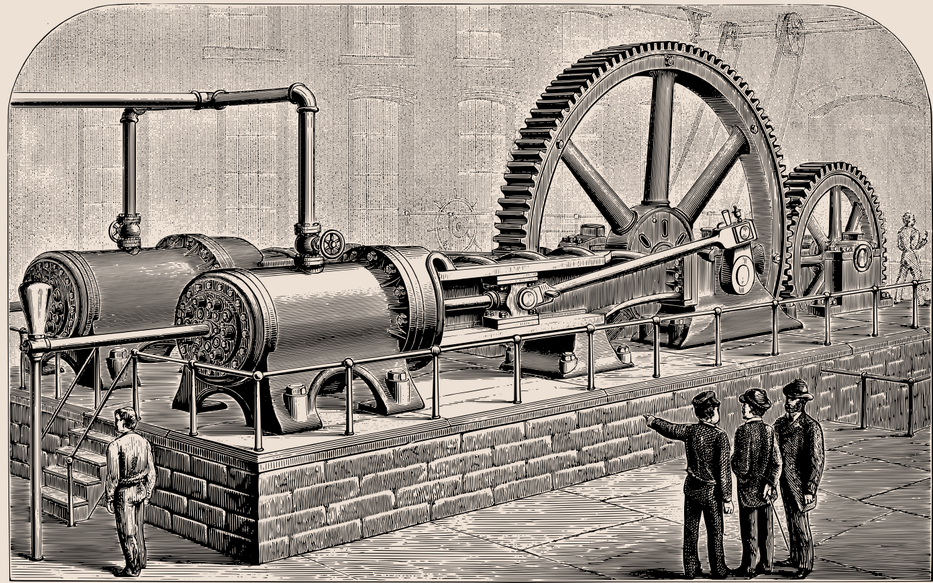
- Terceira Revolução Industrial;
- União de conhecimento científico e produção industrial;
- Flexibilização das funções.

Segunda metade do século XX (1970):

- Crise do capitalismo e queda do fordismo/taylorismo.

Teve início em 1999:

- Reestruturação produtiva ou capitalismo flexível.

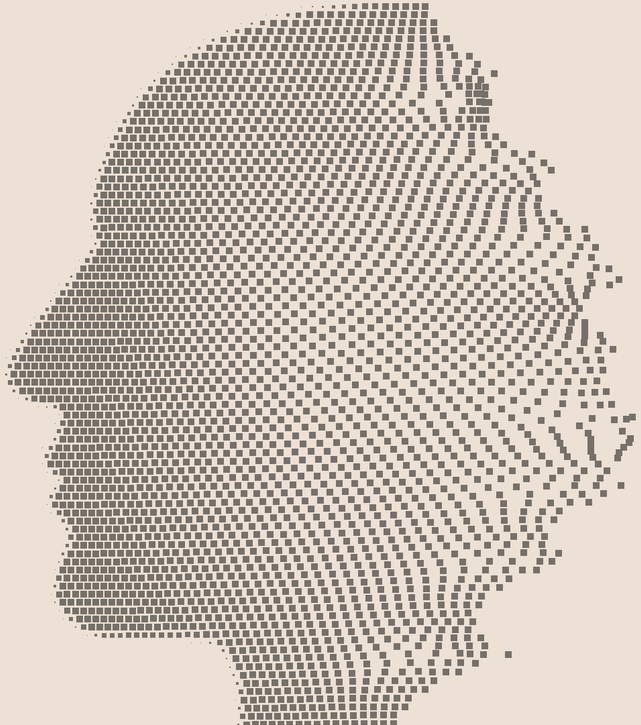


O Trabalho e o Indivíduo

O trabalho contribui para o equilíbrio psíquico do indivíduo sendo:

- Gerador de significações psíquicas;
- Sustentador das relações sociais.

Nisso, o prazer e o sofrimento coexistem entre si.



O Trabalho e o Indivíduo

- **O prazer:** sentimentos de valorização e reconhecimento;
- **O sofrimento:** desgaste que vem na forma de desânimo e descontentamento.

“O sofrimento é o limite entre a saúde e a doença”

Sintomas

No que se refere à sintomatologia da Síndrome de Burnout, alguns aspectos devem ser observados:

Sintomas Emocionais:

- Cansaço mental;
- Isolamento;
- Desesperança;
- Negatividade;
- Alterações repentinas de humor;
- Sentimentos de derrota, incapacidade e frustração.

Sintomas

No que se refere à sintomatologia da Síndrome de Burnout, alguns aspectos devem ser observados:

Sintomas Físicos:

- Dor de barriga;
- Cansaço extremo;
- Dor de cabeça;
- Redução de apetite;
- Pressão alta;
- Fadiga e dores musculares;
- Alteração dos batimentos cardíacos.

Compreensão Psicodinâmica

“O indivíduo acometido pela Síndrome de Burnout é alguém severo consigo mesmo.”

- Busca realizações inalcançáveis
- Função Perceptiva do Ego
- Representações
- Patologia da Percepção

- Angústia
- Desproporção
- Expectativa Fantasiada
- Culpa Angustiante

Compreensão Psicodinâmica

“Não é bem o que eu esperava de mim”

“Estou decepcionado comigo mesmo!”

Compreensão Psicodinâmica

A depressão na Síndrome de Burnout é do tipo narcisista. Deve-se ao apego exagerado aos ideais que existem não para serem alcançados e sim para nos fazer caminhar.

Segundo Zimerman: "O ego ideal é o herdeiro direto do narcisismo original: logo, ele representa ser o pólo das ambições pessoais."

Compreensão Psicodinâmica

- “Sou o melhor ou sou o pior”
- Experiência de fracasso
- Frustração de conteúdo depressivo
- Autodepreciação;
- Derrota

Compreensão Psicodinâmica

A despersonalização, colocada como um dos sintomas da Síndrome de Burnout, constitui-se uma defesa, das mais primitivas, contra a vulnerabilidade às frustrações decorrentes do convívio humano que se tornam aumentadas. É uma defesa universalmente utilizada como meio de lidar com o outro quando se torna demasiado cansativo e perturbador.

Compreensão Psicodinâmica

Clinicamente, observa-se no indivíduo acometido, a expressão de sentimento de vazio, empobrecimento interior e irrealidade.

“Sinto-me oco! Parece que não sou mais eu mesmo”.

- Regras e normas sociais
- Prisioneiras
- Comportamento Motor
- Sentimentos
- Self

Possibilidades de Intervenção

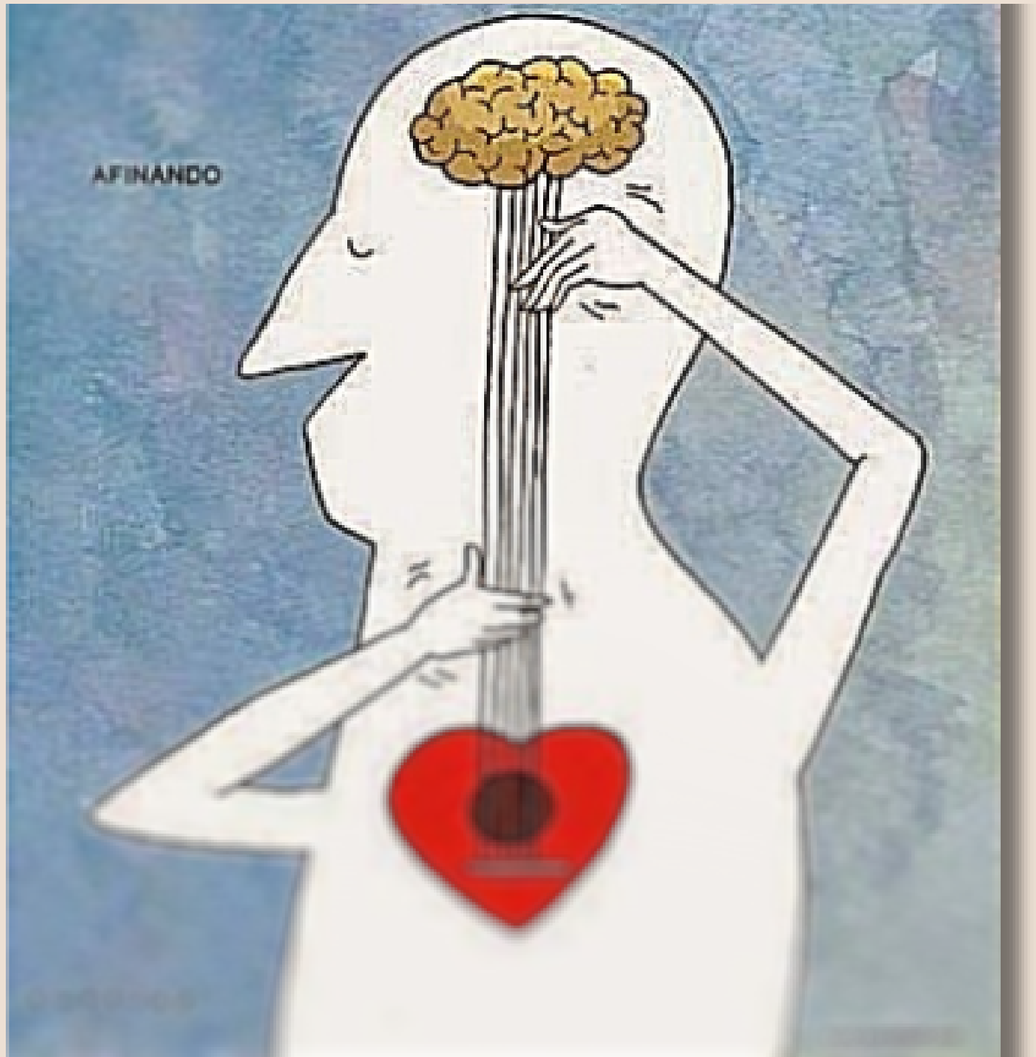
Coragem da imperfeição, usando uma expressão de Adler, é uma atitude básica que se deve trabalhar na análise com pessoas acometidas pela síndrome de burnout.

Permitir que o paciente:

- Expresse o seu verdadeiro eu;
- Olhe para suas fraquezas e finitudes sem menosprezo.

Referências

SANTOS, J., W. A Síndrome de Burnout: Uma Análise Social e Psicodinâmica. Revista Científica Eletrônica de Psicologia, Saúde de Garça – FASU/FAEF e Editora FAEF, Ano VII, N. 13, 2009. Periódicos Semestral, São Paulo. Disponível em: http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/bceysbdzn5mczck_2013-5-13-14-51-20.pdf. Acesso em: 26/09/2023.

DRIEMEIER, G., S.; ZAGO, J.; FENGLER, S., A., C. Das Patologias Relacionadas ao Trabalho: Um Olhar Sobre a Síndrome de Burnout. Salão do Conhecimento, [S. l.], v. 7, n. 7, 2021. Disponível em https://www.publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaoconhecimento/article/view/20692. Acesso em 28/09/2023.

Obrigado!