

## Perspectivas dos educadores sobre as situações indutoras de stresse: Estudo exploratório em contextos educativos para a infância

Rosa M. S. Gomes\*

Anabela Pereira\*\*

---

**Resumo:** O presente estudo tem como objectivo compreender e identificar a percepção dos Educadores de Infância relativamente às causas e situações indutoras de stresse das crianças que frequentam a Educação Pré-Escolar.

A amostra é constituída por 247 Educadores de Infância (diplomados e em situação de estágio pedagógico), com idades compreendidas entre os 20 e os 57 anos de idade. Foram aplicados dois instrumentos de avaliação: *Causas de Stresse na Criança (CSC)* escala dicotómica; *Situações que Desencadeiam Stresse em Crianças (SDSC)*, questionário tipo *Likert*, revelando boas características psicométricas. Ambos instrumentos foram desenvolvidos para este estudo por Gomes, Pereira e Gil, 2006. Recorreu-se ao programa estatístico SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*), versão 14,0 para MS Windows.

Os principais resultados mostram que os educadores já identificam crianças com sintomas de stresse no grupo etário dos 2 aos 6 anos, atribuindo as principais causas a factores externos, tais como divórcio ou separação dos pais e maus-tratos e negligência dos pais. Por outro lado, ao estudar as situações de stresse, verifica-se ser em contexto familiar que surgem os principais factores indutores de stresse para esta faixa etária. Salientam-se ainda outros factores, tais como a permanência no jardim-de-infância num período superior a oito horas diárias; a separação da criança da mãe ou do pai pela manhã e o divórcio ou separação dos pais. São ainda referidas algumas implicações deste estudo ao nível da formação dos educadores de infância e ao nível das práticas educativas.

**Palavras-chave:** infância, factores de stresse.

**Abstract:** The present study aims to understand and to identify pre-school educators' perspectives regarding the causes and stress inducing factors among kindergarten attending children.

The sample is composed of 247 pre-school educators (both with an academic degree and under pedagogic practice), aged from 20 to 57 years-old. Two assessment instruments were applied: *Causes of Stress Among Children (CSC)*, a dichotomic scale and *Situations that Trigger Stress Among Children (SDSC)*, a Likert-type scale, showing good psychometric features. Both instruments were developed for this study by Gomes, Pereira e Gil, 2006. The Statistical Package for Social Sciences (SPSS), version 14,0 for MS Windows was used.

The main results show pre-school educators have already identified children bearing stress-related symptoms within the 2 to 6 year-old age group, having attributed the main causes to external factors, such as parental divorce or separation and parental

---

\* Universidade de Aveiro, Departamento de Ciências da Educação. E-mail: rosa.gomes@ua.pt

\*\* Universidade de Aveiro, Departamento de Ciências da Educação. E-mail: anabelapereira@ua.pt

abuse or negligence. On the other hand, while studying stress-inducing situations, it was verified that it is in the family context that the main stress-inducing factors occur for this age group. Other factors are highlighted, such as remaining in the kindergarten over a daily period of eight hours; separation from parents in the morning period and parental divorce or separation. Some implications of this study are also mentioned, regarding pre-school educators' training and educational practice.

**Keywords:** childhood, stress factors.

## Introdução

Há algumas décadas atrás a criança iniciava o seu processo de formação formal aos 6 anos de idade, todavia hoje, o contacto desta com o meio externo à família nuclear ocorre muito mais precocemente, como consequência da inserção no mercado de trabalho dos principais prestadores de cuidados, por intermédio das creches, amas e jardins-de-infância. Evidentemente que esse novo sistema traz benefícios ao desenvolvimento cognitivo, afectivo, social, psicomotor, linguístico da criança, mas, por outro lado, também a confronta com outras transições ecológicas, em que a precocidade da relação entre criança e meio ambiente pode potenciar situações indutoras de stresse.

Neste contexto o educador do século XXI terá de actuar de forma reflexiva e flexível, situada e reactiva, em prol do bem-estar da criança, onde a comunicação e o diálogo assertivo assumem um papel de enorme relevância. Um educador reflexivo, que se auto-questiona, que se auto-analisa, que reconstrói diariamente a partir de elementos humanos, espaciais, sociais, culturais e económicos, ou seja, que aposta numa escola / jardim-de-infância integradora das parcerias. Impõe-se, portanto, a criação e dinamização de uma rede comunicacional e dialógica que multiplique as situações de bem-estar das crianças e que tenha em conta o ambiente ecológico onde a criança habita. Contudo,

contextos há em que as vivências e interacções no jardim-de-infância são indutoras de stresse, pelo qual importa reflectir sobre as causas e sintomas de stresse na criança. É fundamental identificar as causas do problema para que possamos desenvolver estratégias adequadas perante níveis excessivos de stresse, visando promover a saúde da criança, para que ela desenvolva estratégias orientadas para lidar com a adversidade da sua vida. Hans Selye (1959) visivelmente preocupado com problemas de adaptação ao meio, identificou o stresse como a reacção normal do organismo aos estímulos que o agrirem. Na realidade, estar em situação de stresse não significa apenas estar em contacto com algum estímulo mas, sobretudo, implica um conjunto de alterações ocorridas num organismo em resposta a um determinado estímulo capaz de colocá-lo sob tensão. Ou seja, um indivíduo entra em stresse quando as exigências da situação são superiores aos seus recursos, independentemente dos factores idade, raça, sexo e situação socioeconómica. Para Vaz-Serra (2002), as circunstâncias indutoras de stresse podem ser de natureza física, psicológica e social, podendo ter implicações ao nível dos sintomas fisiológicos, cognitivos e comportamentais. Também Lipp (2000) considera que os sintomas de stresse em crianças podem ocorrer ao nível físico e psicológico. Os sintomas físicos mais frequentes são dores abdominais, diarreia, perturbações do

apetite, hiperactividade, enurese nocturna, tensão muscular, perturbação do sono, entre outros. Já os sintomas psicológicos são a ansiedade, terror nocturno, pesadelos, dificuldades nas relações interpessoais, desânimo/apatia, insegurança, agressividade, tristeza, depressão, e medo excessivo.

Algumas das fontes externas que mais causam stresse na infância, (Lipp, 2000 e Trianes, 2004), são as mudanças significativas ou constantes, responsabilidades em excesso, sobrecarga de actividades, brigas ou separações dos pais, morte na família, exigência ou rejeição por parte dos colegas, disciplina incoerente por parte dos pais, nascimento de um irmão, troca de professores ou de escola, pais e professores em situação de stresse e hospitalização. As fontes internas ocorrem no interior do próprio indivíduo, e levam-no a reagir e a sentir-se de determinado modo. São elas a ansiedade, a depressão, a timidez, o desejo de agradar, o medo de fracasso, o medo de que os pais morram e que ela fique só e o medo de ser ridicularizada por amigos, entre outras.

Uma situação pode ou não ser indutora de stresse dependendo do estágio de desenvolvimento sócio-afectivo em que a criança se encontra e ainda da avaliação que faz da situação em si e do meio ambiente em que se insere Vaz-Serra (2002). Há crianças que podem apresentar uma baixa vulnerabilidade às tensões da vida, enquanto outras são excessivamente sensíveis ao stresse. As características de personalidade do indivíduo, a atribuição de significados que faz às situações, as aprendizagens prévias e a interação entre o indivíduo e o meio ambiente poderão ser factores explicativos, que diferenciam os indivíduos nas suas reacções na forma como lidam com situações de stresse (Jardim & Pereira, 2006). O modo como

a criança lida com o seu stresse, caso seja bem sucedida, constituirá uma aprendizagem, que ela irá repetir em situações futuras, contribuindo assim, para uma maior resistência às tensões da vida adulta.

Alguns estudos, entre eles os de Veiga (1996), French (2004) e Gomes (2006) evidenciam que quando as actividades são mais estimulantes e desafiadoras e contemplam um leque mais variado, interdisciplinar e transversal de conteúdos, nos seus currículos, possibilitam que as crianças construam interacções positivas, as quais por sua vez contribuem de modo significativo para atenuar os níveis de stresse, levando a um maior bem-estar quer das crianças, quer dos educadores. A resiliência numa perspectiva psicológica é entendida como a capacidade de resistir às adversidades humanas, é um processo que se desenvolve ao longo da vida, a partir das relações que a criança estabelece com o meio e que se adquire pela educação e pela experiência das dificuldades ultrapassadas. A importância em desenvolver ambientes construtivos e saudáveis onde a criança participa, tendo em conta a sua especificidade como sujeito, terá de ser uma preocupação das sociedades actuais, particularmente dos profissionais que trabalham com a infância (Gomes, Pereira & Gil, no prelo). As escolas e/ou os centros educativos funcionam, segundo Gil (2005), como «comunidades resilientes», quando motivam, encorajam, reconhecem os esforços e as competências das crianças, baseadas em relacionamentos positivos.

Num estudo bibliográfico que decorreu durante dez anos, Zavaschia, et al. (2002) verificaram que, de entre os diferentes factores associados à depressão na vida adulta, se encontravam a exposição a situações indutoras de stresse na infância,

como a morte dos pais ou seus substitutos, as privações materna ou paterna por abandono, e as separações ou divórcio, entre outros. Assim, se as necessidades da criança encontrarem disponibilidade por parte do adulto, estabelecer-se-á progressivamente um vínculo seguro, estruturando um *self* autoconfiante, capaz de fazer frente a situações de stresse, percebendo o mundo externo de forma confiável. Inversamente, o não estabelecimento de um vínculo seguro leva à construção de um *self* frágil, com a percepção de um mundo externo hostil. Conscientes da especificidade dos contextos educativos para a infância e do facto de os estudos na área serem reduzidos para esta faixa etária, procurámos nesta investigação averiguar a percepção dos educadores, relativamente às causas de stresse em crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 6 anos e identificar as situações indutoras de stresse nas crianças que frequentam a Educação Pré-Escolar.

## Método

### *Participantes*

Neste estudo a amostra é constituída por 247 Educadores de Infância Portugueses, pertencendo 97,2% ao sexo feminino e 2,8% ao sexo masculino. São licenciados (estágio pedagógico) e alunos em situação de estágio pedagógico. A actividade docente dos educadores participantes é desenvolvida no sector público (55,1%), nas Instituições Particulares de Solidariedade Social - IPSS (31,6%) e no sector privado (11,1%).

### *Instrumentos de avaliação*

Os instrumentos de avaliação, utilizados para a obtenção dos dados relativos ao objecto de estudo foram os que a seguir se discriminam:

(a) *Causas de Stresse na Criança* (CSC) da autoria de Gomes, et al. (2006), que

pretende identificar e avaliar a percepção dos educadores, relativamente às causas de stresse das crianças dos 3 aos 6 anos de idade. É constituído por duas partes: a primeira questão colocada é fechada dicotómica (cotada, sim e não) e propõe-se avaliar se os educadores identificam no seu grupo, crianças com sintomas de stresse. Caso a resposta fosse afirmativa, pedia-se que quantificassem o número de crianças. A segunda parte é constituída por 26 itens com perguntas fechadas tipo dicotómicas (cotadas, sim e não), que pretendem identificar causas de stresse em crianças dos 3 aos 6 anos de idade. Este questionário apresenta dezanove situações de natureza externa (as situações que a criança não pode controlar) e sete situações de natureza interna (as situações que a criança já pode controlar).

(b) *Situações que Desencadeiam Stresse em Crianças* (SDSC) da autoria de Gomes, et al. (2006), é constituído por 31 itens, que procuram averiguar as situações que os educadores identificam como indutoras de stresse em contexto educativo, durante os últimos 6 meses. As respostas foram dadas tendo em consideração uma escala tipo *Likert* com 5 níveis de respostas, em que 1 tem o valor de «nunca»; 2 tem o valor de «raramente»; 3 tem o valor de «algumas vezes»; 4 tem o valor de «frequentemente» e 5 tem o valor de «sempre». Foram estudadas as características psicométricas do instrumento, tendo sido determinado os *Alfa de Cronbach*, e atendendo à natureza exploratória e revisão da literatura mantivemos todos os itens num total de 31. O *Alfa* global obtido foi de .94, considerado muito adequado, apresentando assim, o instrumento uma elevada consistência interna. De seguida, efectuámos uma análise de componentes principais (Tabela 1) com rotação *varimax*. Para os valores próprios superiores a 1 foram extraídos 5 factores que explicam 65,7% da variância total.

Tabela 1 – Matriz rodada dos componentes principais das SDSC

	Descrição do item	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Factor 5
		Contexto familiar	Actividades curriculares	Contexto escolar	Orientação psico-educativa	Relação entre pares
5	O nascimento de um irmão ou irmã	.400				
21	Horário semanal sobrecarregado com actividades extracurriculares	.655				
23	Permanência no jardim-de-infância num período superior a 8 horas	.464				
24	Divórcio ou separação dos pais	.664				
25	Maus-tratos e/ou abandono dos filhos	.810				
26	Morte de familiares directos	.847				
27	Hospitalização da criança por motivo de doença	.846				
28	Alteração brusca das rotinas	.751				
29	Ser rejeitada por alguém emocionalmente importante	.848				
30	Alto nível de expectativas dos pais e/ou professores em relação ao desempenho da criança	.784				
31	Relacionamento com pais ou professores stressados	.720				
8	As actividades dirigidas pelos educadores		.550			
9	As actividades livres que resultam da iniciativa da criança		.607			
14	Actividades dirigidas de expressão plástica		.733			
15	Actividades dirigidas de expressão motora		.641			
16	Actividades indutoras do brincar social espontâneo (faz-de-conta)		.620			
17	Actividades de exploração do meio ambiente natural		.775			
18	Actividades de observação e estudo de animais		.841			
19	Actividades de descoberta das ciências naturais		.863			
20	Actividades de observação e interpretação dos fenómenos naturais		.742			
1	A transição da creche para a valência de jardim-de-infância			.677		
2	A separação precoce do principal prestador de cuidados			.737		
3	A frequência do jardim-de-infância a partir dos 3 anos			.707		
4	A separação da criança da mãe ou do pai pela manhã			.726		
10	O período das refeições			.471		
11	A hora da sesta/repouso			.598		
12	Disciplina confusa por parte dos pais e/ou educadores				.518	
13	Atitudes benevolentes dos adultos				.665	
22	Actividades que não respeitam as características individuais criança				.426	
6	As interacções conflituosas com os colegas					.793
7	Rejeição e não-aceitação na relação entre iguais					.715
% variância explicada		23,01	16,50	10,43	8,67	7,04
$\alpha$ dos Factores		.92	.88	.77	.74	.75

O primeiro factor que intitulámos «contexto familiar» engloba 11 itens (5, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31) e explica 23,01% da variância. O segundo factor que intitulámos «actividades curriculares» engloba 9 itens (8, 9, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20) e explica 16,50% da variância. O terceiro factor que intitulámos «contexto escolar» engloba 6 itens (1, 2, 3, 4, 10 e 11) e explica 10,43% da variância. O quarto factor que intitulámos «orientação psico-educativa», engloba 3 itens (12, 13 e 22) e explica 8,67% da variância. O quinto factor que intitulámos «relação entre pares», engloba 2 itens (6 e 7) e explica 7,04% da variância.

Determinámos o *Alfa de Cronbach* para os vários factores, tendo sido obtido para o factor 1 o valor de .92, para o factor 2 o valor de .88, para o factor 3 o valor de .77, para o factor 4 o valor de .74 e para o factor 5 o valor de .75, considerados bastante adequados, indicadores da elevada consistência interna deste instrumento.

### **Procedimentos**

A recolha dos dados decorreu entre Março e Maio de 2006, tendo sido distribuído pelos Educadores de Infância os Questionários *CSC* e *SDSC* através de um contacto directo nas instituições e por via *web*. Na versão para a *web* procedeu-se a uma readaptação gráfica do questionário. Depois de preenchido era submetido e os dados registados na base de dados, de suporte ao próprio questionário. A divulgação desta modalidade foi feita por convite através de *e-mail* dirigido a Educadores de Infância e o acesso era assegurado através de *password* fornecida pelo próprio investigador. Na versão impressa a recolha dos dados foi realizada através de questionários de auto-preenchimento, anónimos e confidenciais. Previamente foi

efectuado um teste piloto a Educadores de Infância em situação profissional distinta, recém licenciados e com mais de 25 anos de serviço, o que permitiu verificar a compreensão e adequabilidade do instrumento.

As questões éticas foram respeitadas, a participação foi voluntária e cada questionário era acompanhado de carta explicativa dos objectivos, das condições da pesquisa, sendo assegurada a confidencialidade e anonimato dos dados. Utilizamos para a análise dos dados o programa estatístico SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*), versão 14,0, para MS Windows.

### **Resultados**

Os resultados das variáveis sócio-demográficas evidenciam que dos 247 Educadores de Infância que compõem a amostra, 85,8% são educadores diplomados (com estágio) e 14,2% são alunos da Licenciatura em Educação de Infância, que se encontram no ano de estágio pedagógico, não tendo ainda terminado o mesmo. Dos sujeitos 97,2% são do sexo feminino e 2,8% do sexo masculino, variando a idade entre 20 e 57 anos ( $M = 33,85$ ;  $DP = 9,31$ ). A actividade docente é desenvolvida nas seguintes valências: Creche, Pré-Escolar, Actividades de Tempos Livres (ATL), com crianças do zero aos dez anos de idade, com maior incidência no grupo etário dos 2 aos 6 anos de idade (85,3%). A percentagem de educadores que desenvolvem a sua actividade com grupos etários dos 0 meses aos 2 anos é de 6%, dos 0 meses aos 3 anos é de 1,4%, dos 0 meses aos 5 anos é de 1% e por último o grupo dos 6 aos 10 anos é de 5%.

A análise descritiva das variáveis idade, tempo de serviço e horário semanal permitiu-nos traçar o seguinte perfil dos Educadores de Infância: a média aproximada de idades é de 34 anos (DP = 9,31), têm em média 10 anos de tempo de serviço (DP = 9,08), em que o valor mínimo e máximo variam entre 0 a 34 anos e trabalham em média 30 horas semanais (DP = 8,95). Após recodificação dos valores da idade dos Educadores de Infância em escalões, observamos uma maior frequência no escalão dos 20 aos 30 anos (41,7%) sendo o grupo etário dos 51 aos 57 anos o menos frequente. O contrato de trabalho é de nomeação definitiva 53%, e 27,1% enquadram-se noutra tipo de contracto não especificado, estando apenas 19% em situação de contratadas, ou seja, em situação profissional precária. Os inquiridos exercem a actividade docente no sector de ensino público (52,2%), nas Instituições Particulares de Solidariedade Social - IPSS (30%), e no sector privado (10,5%). Os educadores são portadores de formação graduada ao nível da licenciatura (70,9%), seguida do grau de bacharel (10,5%) e relativamente à formação pós-graduada apenas 1,6% possui o grau de mestre. Estas trabalham em média 30 horas semanais e desenvolvem a sua actividade docente com crianças organizadas em grupos verticais (54,7%). Estes grupos constituem-se com crianças de diferentes idades, ao contrário dos grupos horizontais que são constituídos por crianças que nasceram no mesmo ano civil. Na valência do jardim-de-infância a organização dos grupos é elaborada tendo em conta a idade da criança, segundo uma tipologia vertical e horizontal. Neste estudo os resultados mostram que, a tipologia vertical mais frequente agrupa crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 6 anos

(17,8%), seguida das idades 3 a 5 anos (15%). Na tipologia horizontal o nível etário mais frequente é composto por crianças com a idade de 5 anos (6,5%), seguida da idade de 3 anos (5,7%).

### **Causas de stresse no grupo etário dos 3 aos 6 anos**

Atendendo a que os estudos nesta faixa etária são reduzidos, pretendemos com o questionário (CSC) avaliar e identificar a percepção dos educadores relativamente às causas de stresse no grupo etário dos 3 aos 6 anos de idade, ou seja, se estes profissionais identificam e associam vivências de stresse em idades precoces. Os resultados do questionário CSC mostram que 50% dos educadores consideram ter crianças com sintomas de stresse no seu grupo, 25% consideram não ter e 25% não se manifestaram relativamente a este assunto. Dos educadores que responderam afirmativamente 13% não quantificaram o número de crianças com sintomas de stresse. Da percentagem de inquiridos que consideraram ter no seu grupo crianças com sintomas de stresse assinalaram em média 4 crianças, cujos valores de stresse variam entre 1 e 25 crianças, sendo 2 (2 crianças) o número mais frequente e a mediana 3 (3 crianças), tendo sido considerados como válidos apenas 108 casos.

A distribuição e a frequência absoluta do número de crianças por sala, que os educadores identificaram como apresentando sintomas de stresse encontram-se registadas na Tabela 2. Os valores da frequência relativa dos casos válidos mostram que em aproximadamente 27% das salas têm 2 crianças com sintomas de stresse.

**Tabela 2 - Frequência e percentagem de crianças com sintomas de stresse**

nº crianças com sintomas de stresse	1	2	3	4	5	6	7	8	10	14	19	25
Frequência	10	29	26	10	10	9	3	2	4	1	1	1
%	9,30	26,90	24,10	9,30	9,30	8,30	2,80	1,90	3,70	0,90	0,90	0,90

Outra das variáveis em estudo pretendia averiguar a percepção dos Educadores de Infância relativamente às causas de stresse em crianças dos 3 aos 6 anos. Esta questão era composta por 26 perguntas fechadas dicotómicas que representam situações que induzem stresse em crianças pequenas, representativas das situações mencionadas pela literatura da especialidade. Da análise das frequências das respostas, podemos observar que a situação indutora de stresse mais mencionada foi “Divórcio ou separação dos pais” (76,1%), seguida de “Maus-tratos e negligência dos filhos” (71,3%), “Contextos de guerra” (66%), “Exigências excessivas por parte dos pais” (65,6%), “Actividades extracurriculares em excesso” (65,2%), “Rejeição por parte dos colegas” (64,4 %), “Internamento por motivo de saúde” (63, 2%), “Morte de familiares directos” (63,2%) e “Nascimento de um irmão ou irmã” (61,5). Foram considerados para análise dos resultados as frequências relativas iguais ou superiores a 61,5%. Verificamos assim, que as situações que os educadores percebem como indutoras de stresse são na sua maioria situações de natureza externa, que devido à sua especificidade as crianças não poderão controlar. Consideramos portanto aconselhável que seja o adulto a minimizar essas situações, recorrendo a estratégias adequadas.

Observamos também que as situações “Exigências da educação Pré-Escolar” (25,9%), seguida de “Não ser convidado(a) para festas de aniversário de colegas” (27,9%), “Consulta médica” (28,3%), “Perda de emprego por um dos pais”

(36,4%) e a “hora da sesta no jardim-de-infância” (39,7%), não são situações que os educadores valorizam como indutoras de stresse. Foram considerados para análise dos resultados, as frequências relativas iguais ou inferiores a 40%.

### Situações indutoras de stresse em contexto educativo

Com o questionário SDSC pretendemos averiguar as situações que os educadores identificam como indutoras de stresse em contexto educativo, durante os últimos 6 meses, apreciação esta que corresponde ao primeiro semestre do ano lectivo de 2005/2006. Este questionário é distinto do CSC porque enquanto neste (SDSC) pretendemos averiguar as situações que os educadores registaram como indutoras de stresse no jardim-de-infância, no outro apenas pretendemos averiguar, a concepção que os educadores detêm das causas de stresse para o nível etário dos 3 aos 6 anos. Da análise descritiva dos resultados do instrumento SDSC (Tabela 3) constatamos que os itens que apresentam valores médios mais altos, por ordem decrescente são: (1) a permanência no jardim-de-infância num período superior a 8 horas diárias; (2) a separação da criança da mãe ou do pai pela manhã; (3) divórcio ou separação dos pais; (4) as interacções conflituosas com os colegas e (5) o período das refeições. Já os itens que apresentam valores médios mais baixos, por ordem crescente são: item 18 “*Actividades de observação e estudo de animais*”, item 17 “*Actividades de*



Tabela 3 - Análise descritiva do instrumento SDSC por ordem decrescente

	Itens	M	DP
23	Permanência no jardim-de-infância num período superior a 8 horas diárias.	3,39	1,23
4	A separação da criança da mãe ou do pai pela manhã.	3,06	0,91
24	Divórcio ou separação dos pais.	2,94	1,29
6	As interações conflituosas com os colegas.	2,91	1,10
10	O período das refeições.	2,76	0,97
31	Relacionamento com pais ou professores stressados.	2,76	1,28
12	Disciplina confusa por parte dos pais e/ou educadores.	2,76	1,11
2	A separação precoce do principal prestador de cuidados.	2,70	1,22
25	Maus-tratos e/ou abandono dos filhos.	2,66	1,64
29	Ser rejeitada por alguém emocionalmente importante.	2,65	1,39
5	O nascimento de um irmão ou irmã.	2,61	1,14
22	Actividades que não respeitam as características individuais criança.	2,61	1,35
7	Rejeição e não-aceitação na relação entre iguais.	2,61	1,04
30	Alto nível de expectativas dos pais e/ou professores em relação ao desempenho da criança.	2,55	1,24
21	Horário semanal sobrecarregado com actividades extracurriculares.	2,49	1,36
13	Atitudes benevolentes dos adultos.	2,48	1,17
28	Alteração brusca das rotinas.	2,43	1,27
3	A frequência do jardim-de-infância a partir dos 3 anos.	2,39	1,09
27	Hospitalização da criança por motivo de doença.	2,37	1,41
11	A hora da sesta/repouso.	2,31	1,01
26	Morte de familiares directos.	2,30	1,49
1	A transição da creche para a valência de jardim-de-infância.	2,06	1,02
8	As actividades dirigidas pelos educadores.	1,92	0,86
14	Actividades dirigidas de expressão plástica.	1,81	0,94
15	Actividades dirigidas de expressão motora.	1,80	0,95
9	As actividades livres que resultam da iniciativa da criança.	1,73	0,85
16	Actividades indutoras do brincar social espontâneo (faz-de-conta).	1,67	0,89
20	Actividades de observação e interpretação dos fenómenos naturais.	1,63	0,83
19	Actividades de descoberta das ciências naturais.	1,49	0,68
17	Actividades de exploração do meio ambiente natural.	1,49	0,71
18	Actividades de observação e estudo de animais.	1,47	0,65

*exploração do meio ambiente natural*”, item 19 “*Actividades de descoberta das ciências naturais*”, item 20 “*Actividades de observação e interpretação dos fenómenos naturais*”, seguida do item 16 “*Actividades indutoras do brincar social*

*espontâneo (faz-de-conta)*”, item 9 “*As actividades livres que resultam da iniciativa da criança*”, item 15 “*Actividades dirigidas de expressão motora*” e item 14 “*Actividades dirigidas de expressão plástica*”.

**Tabela 4 – Médias e Desvio-Padrão do Stresse em Crianças (SDSC) e dos Factores**

Factores	M	DP
F1- Contexto familiar	28,96	11,02
F2 - Actividades curriculares	14,81	5,13
F3 - Contexto escolar	12,80	3,76
F4 - Orientação psico-educativa	10,05	3,46
F5 - Relação entre pares	5,49	1,93

Na Tabela 4 apresentamos as médias e desvios-padrão obtidos nos cinco factores que compõem o instrumento. A partir da análise descritiva dos factores, podemos concluir que os sujeitos da amostra apresentam valores médios mais altos no *contexto familiar* (F1) e valores médios mais baixos na *relação entre pares* (F5). Estes resultados indicam que as situações que os educadores consideram que desencadeiam mais stresse são as que ocorrem em «contexto familiar», tais como permanência no jardim-de-infância num período superior a 8 horas diárias, separação da criança pela manhã da mãe ou do pai e divórcio ou separação dos pais. No entanto, actividades como, por exemplo, observação e estudo de animais, exploração do meio ambiente natural e descoberta das ciências naturais, são menos indutoras de stresse do que as actividades de expressão plástica.

### Discussão e conclusão

O nível etário das crianças da amostra situa-se no grupo dos 2 aos 6 anos de idade, abrangendo o período que corresponde à educação Pré-Escolar em Portugal. A percentagem de educadores que afirmam ter no seu grupo/sala crianças com sintomas de stresse é de 50%, assinalando em média 4 crianças por grupo, o que evidencia que os educadores já percebem esta realidade em crianças pequenas.

A concepção dos educadores relativamente às causas de stresse nesta faixa etária está relacionada a factores externos, contribuindo as situações de «divórcio ou separação dos pais», assim como, «os maus-tratos e negligência dos filhos» como fontes indutores de stresse das crianças, que frequentam o jardim-de-infância. Estes dados também revelam que as causas de stresse da criança são na sua maioria externas, estando portanto fora do seu controlo, o que mostra como é reduzido o nível de poder dado socialmente à criança. Para Lipp (2000), as causas mais significativas de stresse nas crianças pequenas são a morte de um dos pais ou de um irmão, o divórcio dos pais ou conflitos constantes entre eles, assim como actividades em excesso. As situações de divórcio têm repercussões no desenvolvimento dos filhos em especial nos mais novos e quanto mais dependentes forem do adulto. Outros autores (Elkind, 2004; Lipp, 2000; Bruce, 1998) consideram que os pais em situação de divórcio deviam dialogar com os filhos sobre os seus medos e a sua ansiedade e não deslocarem o problema para a criança. A criança percepção-se como sendo a causa do problema e acaba por se sentir responsável pela situação, e não sendo ainda capaz de desenvolver mecanismos de *coping*, atingem níveis de stresse mais elevados. Importantes estudos longitudinais desenvolvidos nos anos oitenta por Barton e Zeanah (1990), mostram que no momento do divórcio, as

crianças pequenas são mais afectadas do que as mais crescidas, manifestando tristeza, temores e problemas de conduta, embora venham a recuperar melhor do que as mais crescidas, nos anos seguintes, sem revelarem sequelas do divórcio.

Dentro das situações indutoras de stresse para estas idades, os resultados mostram que os educadores também consideram «as actividades extracurriculares em excesso» como causa de stresse. Estudos recentes sobre actividades extracurriculares e sua relação com o stresse na infância e juventude de Mahoney, Harris e Eccles (2006), mostram que as actividades extracurriculares revelam consequências positivas no sucesso académico e desenvolvimento social, físico, cívico e educacional. Contudo, de acordo com os autores, a participação neste tipo de actividades organizadas tem-se revelado actualmente excessiva, resultado da pressão dos adultos.

Constatamos que os educadores identificam a família como principal indutor de stresse, associado a comportamentos inibidores dos níveis de bem-estar da criança (permanência no Jardim de Infância num período superior a 8 horas diárias, separação da criança pela manhã da mãe ou do pai e divórcio ou separação dos pais). Estes resultados conduzem-nos à reflexão sobre o papel do educador em ambientes formais, uma vez que estes profissionais, perante situações de stresse profissional, utilizam mais as estratégias de *coping* focadas na emoção, permitindo aliviar a tensão numa fase inicial, possibilitando uma maior adaptação aos contextos educativos (Gomes, et al. 2006). Os resultados do instrumento SDSC também indicam que as actividades do tipo: observação e estudo de animais, exploração do meio ambiente natural e descoberta das ciências naturais são menos indutoras de

stresse do que as actividades de expressão plástica. Ao nível da educação Pré-Escolar, os educadores terão cada vez mais de desenvolver competências que lhes permitam gerir a complexidade que é inerente à sua profissionalidade, em sociedades consideradas multi, inter e transculturais. Em síntese, diremos que o presente trabalho, ainda que exploratório, constituiu para nós um desafio, atendendo aos reduzidos estudos nesta área. Os estudos sobre stresse têm sido sobretudo dirigidos a crianças em idade da escolaridade obrigatória, sendo por isso escassos no grupo etário dos 2 aos 6 anos, pelo que temos consciência da necessidade de um maior aprofundamento desta temática em idades precoces. O presente estudo permitiu-nos alertar para a necessidade de desenvolver e apoiar uma comunicação assertiva entre o jardim-de-infância e a família no sentido da promoção de comportamentos saudáveis. Ao nível da formação dos Educadores de Infância, importa intervir, não só na formação inicial, mas também na formação contínua para que estes profissionais possam otimizar estratégias para lidar adequadamente com o stresse.

## Referências bibliográficas

- Barton, M. L. & Zeanah, Ch. H. (1990). Stress in the Preschool Years. In L. E. Arnold (Ed.) *Childhood Stress* (pp. 193-222). New York: Wiley.
- Bruce, M. L. (1998). Divorce and Psychopathology. In B. P. Dohrenwend (Ed.) *Adversity, Stress and Psychopathology* (Cap. 12, pp. 219-232). Oxford: Oxford University Press.
- Elkind, D. (2004). *Sem Tempo para Ser Criança: A Infância Estressada*. Porto Alegre: Artmed.
- French, L. (2004). Science as the Center of a Coherent, Integrated Early

- Childhood Curriculum. *Early Childhood Research Quarterly*, 19, 138-149.
- Gil, G. (2005). Sucesso, Auto-Estima e Resiliência na Educação de Infância. *Cadernos de Educação de Infância*, 75, 7-12.
- Gomes, R. M. (2006). *O stresse na infância e o impacto das actividades de iniciação às ciências naturais*. Dissertação de mestrado não publicada, Universidade de Aveiro, Aveiro.
- Gomes, R. M.; Pereira, A. S.; Gil, V. (2006). Stresse e *Coping* nos Educadores de Infância. In J. Tavares, A. Pereira, C. Fernandes e S. Monteiro (Orgs.) *Activação do Desenvolvimento Psicológico: Actas do Simpósio Internacional* (pp. 84-89). Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Gomes, R. M.; Pereira, A. S.; Gil, V. (no prelo). A Formação contínua e o desenvolvimento de competências em conteúdos de ciência no jardim de infância: um estudo exploratório com educadores de infância do ensino público e privado. *Revista Educare Educere*, 12(20)
- Jardim, J. ; Pereira, A. (2006). *Competências Pessoais e Sociais: Guia Prático para a Mudança Positiva*. Porto: Asa Editores.
- Lipp, E. N. (Org.) (2000). *Crianças Estressadas: Causas, Sintomas e Soluções*. Campinas, SP: Papirus.
- Lipp, E. N.; Souza, E. A. P. S.; Romano, A. S. F. E & Covolan, M. A. (1991). *Como enfrentar o Stress Infantil*. São Paulo: Editor Ícone.
- Mahoney, Joseph L.; Harris, Angel L. & Eccles, Jacquelynne S. (2006). Organized Activity Participation, Positive Youth Development, and the Over-Scheduling Hypothesis. *Social Policy Report*. Society for Research in Child Development (Vol. xx) 4, 3-31.
- Selye, H. (1959). *Stress: A Tensão da Vida*. S. Paulo: Ibrasa.
- Trianes, M. V. (2004). *O Stress na Infância: Prevenção e Tratamento*. Porto: Edições ASA.
- Vaz-Serra, A. (2002). *O Stress na Vida de Todos os Dias*. Coimbra: Autor.
- Veiga, F. H. (1996). Autoconceito e Rendimento dos Jovens em Matemática e Ciências: Análise por Grupos com Diferente Valorização do Sucesso. *Revista de Educação*, 2, 41-53.
- Zavaschia, M. L. S.; Satler, F.; Poester, D.; Vargas, C. F.; Piazenski, R.; Rohde, L. A. P.; Eizirik, C. L. (2002). Associação entre Trauma por Perda na Infância e Depressão na Vida Adulta. *Revista Brasileira Psiquiatria*, 24(4), 189-95.