Candeias, A. & Calisto, I. (2019). Impact of stress, welfare and social support on burnout in teachers. In, Galindo, E.. Reschke, K., Franco, G., Pires, H., Candeias, A., Beja, Rodrigues, N. & Witruk, E. (Eds.), Psychological Issues in Education and Health. Proceedings of IV Scientific Meeting *University of Evora and University of Leipzig & 1st International Scientific Meeting in Psychology* (pp. 26-39). Funchal: Universidade da Madeira. (ISBN: 978-989-8805-58-4).

**Impacto do stresse, bem-estar e suporte social no burnout em professores**

**Adelinda Araújo Candeias & Inês Calisto**

**Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais – Departamento de Psicologia**

**Resumo**

Sendo a docência umas das profissões onde existem elevados níveis de stresse e *burnout*, neste estudo propomos e analisar o impacto do stress e o bem-estar psicológico, bem como a percepção do suporte social, no *burnout* em professores de ensino regular e de educação especial. A amostra é constituída por 464 docentes, dos quais 345 (74,4%) são professores de ensino regular e 119 (25,6 %) de educação especial.

Os resultados revelam que, relativamente ao stresse, no grupo de ensino regular são os homens que manifestam um nível mais elevado, enquanto que no grupo de educação especial, são as mulheres. Foram identificadas também diferenças no bem-estar e percepção do suporte social, tendo estes resultados sido obtidos para os docentes de educação especial, homens e mulheres, respetivamente. No que concerne ao *burnout*, foram observadas diferenças em função do género e habilitações literárias, em ambos os grupos de docência. Dos resultados destaca-se que o bem-estar psicológico se apresenta com um impacto mais positivo na proteção de ambos os grupos de professores face ao burnout. De destacar ainda, professores do ensino regular, a relevância do bem-estar e suporte social como fatores protetores da exaustão emocional (relação negativa) nas professoras, enquanto nos professores são a inibição e dependência emocional e o equilíbrio (bem-estar) que assumem esse papel. Nos professores especializados em educação especial, o bem-estar (felicidade e controlo de si e dos acontecimentos) são protetores da exaustão emocional e a autoestima é um fator protetor da despersonalização das professoras, enquanto nos professores deste grupo, são as dimensões do bem-estar psicológico - controlo de si e dos acontecimentos e felicidade – os fatores com impacto mais protetor da exaustão emocional.

A encerrar o estudo destacamos o impacto destes resultados nas políticas e nas práticas de promoção da saúde e do bem-estar dos professores, de modo diferenciado em função do género e da área de intervenção profissional.

**Palavras-chave:** educação especial; professores; escolas públicas; stresse; bem-estar; suporte social; *burnout*.

**Impact of stress, welfare and social support on burnout in teachers**

**Abstract**

Being a teaching profession where there are high levels of stress and burnout. This study aimed to analyses the impact of psychological well-being and stress, as well as the perception of social support, on burnout in regular education teachers who work with students with special educational needs and special education teachers.

The sample consists of 464 teachers, of which 345 (74.4%) are regular teachers and 119 (25.6%) special teachers.

The results show that for the stress in the regular education group are men who express a higher level, while the special education group, are women. They were also identified differences in well-being and perceived social support, and these results have been obtained for special education teachers, men and women, respectively. Regarding the burnout, differences were observed in gender and qualifications, and these were verified on the regular education teachers’ group and in the special education group.

The results allow us to emphasize that psychological well-being has a more positive impact on the protection of both groups of teachers against burnout. In the group of regular education teachers, stands out the relevance of well-being and social support as protective factors of emotional exhaustion in female teachers, while for male teachers are the emotional dependence and the balance (well-being) that assumes this role. In special education teachers, for female teacher’s stands out the importance of well-being (happiness and control of self and events) as protective of emotional exhaustion and self-esteem as a protective factor against the depersonalization, while in male teachers of this group are the dimensions of well-being - control of oneself and events and happiness - the factors with the most protective impact of emotional exhaustion.

At the end of the study, we highlight the impact of these results on policies and practices to promote teachers' health and well-being, differently according to gender and professional intervention area.

**Keywords**: special education; teachers; public schools; stress; welfare; social support; burnout.