

O IMPACTO DA EXAUSTÃO EMOCIONAL, DO ESTRESSE E DA AGRESSÃO NO DESEMPENHO ACADÊMICO DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

EL IMPACTO DEL AGOTAMIENTO EMOCIONAL, EL ESTRÉS Y LA AGRESIÓN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

THE IMPACT OF EMOTIONAL EXHAUSTION, STRESS, AND AGGRESSION ON ACADEMIC ACHIEVEMENT IN UNIVERSITY STUDENTS



Rashid JABBAROV¹
e-mail: rashid.jabbar.v@gmail.com



Sevinj ORUJOVA²
e-mail: s.orucova.71@gmail.com



Ulviyya NASİBOVA³
e-mail: ulviyye.nasib@gmail.com



Lala ALIYEVA⁴
e-mail: eliyeva.lale@oyu.edu.az



Aygun VERDIYEVA⁵
e-mail: aygunverdiyeva.86@gmail.com

Como referenciar este artigo:

Jabbarov, R., Orujova, S., Nasibova, U., Aliyeva, L., & Verdiyeva, A. (2026). O impacto da exaustão emocional, do estresse e da agressão no desempenho acadêmico de estudantes universitários. *Revista on line de Política e Gestão Educacional*, 30(esp1), e026017. <https://doi.org/10.22633/rpge.v30iesp1.20906>



| **Submetido em:** 05/01/2026

| **Revisões requeridas em:** 15/01/2026

| **Aprovado em:** 20/02/2026

| **Publicado em:** 30/03/2026

Editor: Prof. Dr. Sebastião de Souza Lemes
Editor Executivo Adjunto: Prof. Dr. José Anderson Santos Cruz

¹ Doutor em psicologia, professor, Baku State University, Odlar Yurdu University, Baku, Azerbaijão.

² Professor de Pedagogia, Universidade Estadual de Nakhchivan, Azerbaijão.

³ Universidade Odlar Yurdu, Baku, Azerbaijão.

⁴ Doutor em Psicologia, Universidade Odlar Yurdu, Baku, Azerbaijão.

⁵ Professor de Pedagogia, Universidade Odlar Yurdu, Azerbaijão.

RESUMO: O estudo foi dedicado à análise da influência da agressão e dos fatores de estresse na perspectiva da exaustão emocional no desenvolvimento do desempenho acadêmico no ensino superior. Os resultados indicaram que o desenvolvimento contemporâneo do ambiente educacional, marcado pelo aumento das pressões acadêmicas e sociais, tende a elevar a incidência de exaustão emocional, o que, por sua vez, contribui para a maior frequência de comportamentos agressivos e níveis de estresse. O estudo revelou uma correlação moderada entre exaustão emocional e agressão, indicando que, à medida que o nível de exaustão emocional aumenta, os estudantes tendem a apresentar comportamentos mais agressivos. Os resultados obtidos podem auxiliar as instituições de ensino na oferta de melhor suporte emocional aos estudantes e no desenvolvimento de estratégias para a prevenção de comportamentos agressivos. Com base nesses achados, conclui-se que indivíduos que demonstram tendência ao retraimento emocional, ao isolamento e ao distanciamento social apresentam maiores níveis de estresse e maior propensão ao esgotamento. Esse aspecto deve ser considerado.

PALAVRAS-CHAVE: Exaustão emocional. Agressividade. Estresse. Saúde emocional. Comportamento agressivo.

RESUMEN: *El estudio se dedicó al análisis de la influencia de la agresión y los factores de estrés en la perspectiva del agotamiento emocional en el desarrollo del rendimiento académico en la educación superior. Los resultados indicaron que el desarrollo contemporáneo del entorno educativo, caracterizado por el aumento de las presiones académicas y sociales, tiende a incrementar la incidencia del agotamiento emocional, lo que, a su vez, contribuye a una mayor frecuencia de comportamientos agresivos y niveles de estrés. El estudio reveló una correlación moderada entre el agotamiento emocional y la agresión, lo que indica que, a medida que aumenta el nivel de agotamiento emocional, los estudiantes tienden a mostrar comportamientos más agresivos. Los resultados obtenidos pueden ayudar a las instituciones educativas a proporcionar un mejor apoyo emocional a los estudiantes y a desarrollar estrategias para prevenir comportamientos agresivos. Con base en estos hallazgos, se concluye que las personas que muestran tendencia al retraimiento emocional, al aislamiento y al distanciamiento social presentan mayores niveles de estrés y una mayor propensión al agotamiento. Este aspecto debe ser considerado.*

PALABRAS CLAVE: *Agotamiento emocional. Agresividad. Estrés. Salud emocional. Comportamiento agresivo.*

ABSTRACT: *The study was devoted to studying the influence of aggression and stress factors on the perspective of emotional exhaustion in the development of academic achievement at the University. The study showed that the modern development of the educational environment, among indicators of increased academic and social pressures, usually increases the incidence of emotional exhaustion, which in turn leads to more frequent aggressive behavior and stress. The study revealed a moderate correlation between emotional exhaustion and aggression, which indicates that as the level of emotional exhaustion increases, students tend to show more aggressive behavior. The results obtained can help educational institutions to provide better emotional support to students and develop strategies to prevent aggressive behavior. Based on these results, it can be concluded that people who demonstrate a tendency to emotional restraint, isolation and social distance are more stressed and more prone to burnout. This fact must be taken into account.*

KEYWORDS: *Emotional exhaustion. Aggressiveness. Stress. Emotional health. Aggressive behavior.*

INTRODUÇÃO

Pesquisas modernas mostram que o esgotamento emocional, o estresse e a agressividade são síndromes ocupacionais comuns que têm um impacto destrutivo na personalidade do profissional. Os métodos organizacionais padrão são ineficazes no combate a esses problemas e oferecem pouca proteção contra sua recorrência. Cabe ressaltar que a formação universitária representa o estágio inicial do desenvolvimento de um futuro especialista. Durante esse período, adquirem-se conhecimentos, habilidades e competências essenciais, desenvolvem-se traços de personalidade relevantes para a carreira e forma-se uma atitude sustentável em relação ao trabalho futuro (Jabbarov, 2020; Aliyeva et al., 2021; Jabbarov et al., 2023).

Identificar os fatores que causam o esgotamento emocional durante a formação profissional possibilitará a criação de um sistema de prevenção eficaz e oportuno, que proteja tanto os futuros especialistas quanto os empregadores das consequências negativas associadas à redução da motivação, atitudes negativas em relação aos outros e distúrbios comportamentais no ambiente de trabalho.

O objetivo deste estudo é examinar a relação entre os traços de personalidade psicológica dos estudantes e seus níveis de esgotamento emocional, estresse e agressividade. De acordo com nossa hipótese, existe uma correlação entre o nível de esgotamento emocional e traços como agressividade, motivação intrínseca e abertura à experiência. Espera-se também uma relação direta entre a síndrome e a emocionalidade negativa, bem como entre o esgotamento emocional e a motivação extrínseca entre os estudantes.

A pesquisa sobre a interação entre exaustão emocional e agressividade em estudantes visa investigar o impacto do aumento do estresse psicológico em jovens no ambiente educacional moderno. Altas expectativas acadêmicas no sistema educacional levam à tensão emocional, estresse e casos de burnout entre os estudantes. A exaustão emocional, reconhecida como um estado em que os indivíduos lutam para gerenciar suas emoções e energia devido ao estresse prolongado, resulta em redução da motivação, desempenho acadêmico prejudicado e o surgimento de problemas psicológicos e sociais.

O burnout, como consequência do estresse acadêmico e social, impacta negativamente os relacionamentos e o desempenho no ambiente educacional. Comportamentos agressivos podem servir tanto como sintoma quanto como componente do burnout, visto que os indivíduos frequentemente exibem reações mais agressivas para atender às suas necessidades emocionais, exacerbando, assim, os problemas sociais (Jabbarov et al., 2023).

Os trabalhos de Maslach e Leiter indicam que a exaustão emocional reduz a motivação dos estudantes e causa sérios problemas em seus relacionamentos sociais e desempenho acadêmico. Quando os jovens enfrentam pressões acadêmicas e sociais, a exaustão emocional pode diminuir sua motivação e desempenho acadêmico (Maslach & Leiter, 2016).

Diversos estudos demonstraram que a exaustão emocional se manifesta em sintomas físicos e psicológicos. Fadiga, dores de cabeça, perda de apetite e apatia geral são sintomas comuns observados no cotidiano dos estudantes (Schaufeli & Bakker, 2004).

Estudos demonstraram que a fadiga emocional pode aumentar a irritabilidade e o comportamento agressivo, pois indivíduos fatigados são menos capazes de lidar com demandas emocionais. Esse tipo de resposta pode causar sérios problemas nos relacionamentos sociais dos estudantes (Vasilenko et al., 2014).

Uma revisão da literatura psicológica sugere que a exaustão emocional impacta negativamente o apoio social e os relacionamentos dos estudantes. Também pode afetar negativamente o desempenho acadêmico, visto que estudantes que sofrem de burnout podem se isolar socialmente (Bianchi & Philips, 2016). Enfatizando a ligação entre comportamento agressivo e burnout, muitos pesquisadores observaram que a agressão pode levar à exaustão psicológica e emocional ao longo do tempo. Eles argumentam que a agressão exacerba conflitos e aumenta os níveis de estresse (Baron & Neuman, 1996). Muitos pesquisadores confirmaram que o estresse e a exaustão emocional no ambiente de trabalho levam ao aumento da agressividade. Eles mostram que o estresse e a exaustão prolongados exacerbam conflitos interpessoais, pioram o desempenho no trabalho e deterioram os relacionamentos sociais (Taris et al., 2001).

Pesquisas sobre os efeitos organizacionais e psicológicos mais amplos da síndrome de burnout revelaram suas ligações com a motivação, a satisfação no trabalho e o desempenho no ambiente profissional (Cordes & Dougherty, 1993). Estudos sobre a relação entre burnout e vida pessoal, e seu impacto nos relacionamentos interpessoais, na qualidade de vida e no bem-estar psicológico, demonstraram que o burnout pode ter consequências graves não apenas no ambiente de trabalho, mas também na vida pessoal (Pines, 2004).

Abordagens de gerenciamento do estresse e *mindfulness* têm se mostrado eficazes na redução da exaustão emocional e do estresse (Kabat-Zinn, 1990). Esses pesquisadores exploraram diversos aspectos da exaustão emocional e do comportamento agressivo, propondo importantes estruturas teóricas e intervenções práticas na área. Seu trabalho contribui para uma

compreensão mais profunda do burnout e da agressão e facilita o gerenciamento desses problemas na educação e no ambiente de trabalho (Kabat-Zinn, 1990).

A relação entre agressão e exaustão emocional é complexa e frequentemente bidirecional. A exaustão emocional, caracterizada por sentimentos de esgotamento e sobrecarga, pode levar ao aumento da irritabilidade e do comportamento agressivo. Quando os indivíduos estão emocionalmente exaustos, seus recursos para lidar com o estresse são reduzidos, tornando-os mais propensos a respostas agressivas a fatores estressantes. Compreender essa relação destaca a importância do gerenciamento do estresse e a necessidade de fortalecer mecanismos saudáveis de enfrentamento para quebrar o ciclo de agressão e exaustão emocional.

REVISÃO DA LITERATURA

O termo *exaustão emocional* foi introduzido na circulação científica em 1974 pelo psiquiatra americano Freudenberger (1974) para caracterizar o estado psicológico de pessoas saudáveis que se encontram em contato próximo e intenso com clientes e pacientes em um ambiente emocionalmente carregado, enquanto prestam cuidados profissionais (Freudenberger, 1974). Desde a descrição desse fenômeno até a década de 1980, discussões persistiram sobre a necessidade de classificá-lo como uma síndrome distinta. Alguns autores contestaram o termo *exaustão*, considerando-o *ambíguo* e apontando para inúmeras sobreposições com conceitos relacionados.

Por exemplo, como observou Muftakhova (2009), sintomas semelhantes à exaustão estavam presentes no transtorno de estresse pós-traumático, na depressão e na distímia (Muftakhova, 2009). Ao mesmo tempo, cientistas, reconhecendo a existência da exaustão emocional, começaram a tentar identificar e definir os componentes da síndrome. Um dos primeiros conceitos de exaustão emocional foi proposto por Maslach. Ele definiu a síndrome de *exaustão emocional* como “a incapacidade de uma pessoa se adaptar ao ambiente de trabalho devido a relações interpessoais insuficientes e carga de trabalho excessiva” e apresentou uma classificação de seus sintomas (Maslach, 1982).

De acordo com esse modelo, existem três grupos de manifestações: físicas, comportamentais e psicológicas. Ao descrever a síndrome de exaustão emocional, K. Maslach focou em algumas das manifestações mais clássicas: sintomas de exaustão emocional, despersonalização e desumanização, que são observados com uma negação da autoimagem como indivíduo e profissional, e uma diminuição das habilidades profissionais (Maslach, 2000).

Os sintomas identificados foram repetidamente observados por outros pesquisadores, o que levou ao reconhecimento da exaustão emocional como um fenômeno psicológico distinto na comunidade científica. Segundo diversos pesquisadores, a exaustão emocional se apresenta como um mecanismo de defesa psicológica desenvolvido pelo indivíduo na forma de exclusão total ou parcial das emoções em resposta a certas influências psicotraumáticas (Boyko, 1999).

Todos os determinantes da síndrome de burnout identificados até o momento podem ser divididos nos seguintes grupos: fatores pessoais (*locus* de controle, nível de reatividade, autoritarismo, neuroticismo, nível de empatia, gênero, idade etc.), fatores organizacionais (características da organização das atividades) e fatores relacionados ao papel (conflitos internos associados às atividades). Todos esses fatores foram identificados em estudos com trabalhadores socioeconômicos, visto que há muito tempo existe uma tendência a identificar os conceitos de burnout profissional e emocional (Boyko, 1999).

Estudos recentes ampliam o leque de dados disponíveis sobre este tema. Em particular, o estudo da síndrome de burnout em estudantes é de grande interesse. A alta prevalência da síndrome de burnout emocional entre jovens estudantes sugere que esse fenômeno surge, na maioria das vezes, como resultado de uma situação de vida difícil, estresse acadêmico prolongado, insatisfação com os relacionamentos familiares ou a expectativa de mudanças significativas na vida (Dyatlov, 2020).

A pesquisadora Sergeeva (2020) destaca o papel dos sintomas emocionais na manifestação da síndrome estudada em estudantes, incluindo apatia, pessimismo, sentimento de impotência, irritabilidade, ansiedade, culpa e reações emocionais intensas e descontroladas (Sergeeva, 2020).

Pesquisadores mostram que as manifestações de burnout em estudantes incluem elementos sociais (redução na profundidade do círculo social e dos relacionamentos, tendência ao isolamento, falta de vontade de trabalhar em grupo, conflito) e comportamentais (irregularidades no trabalho diário, diminuição da seletividade alimentar, negligência da disciplina, aquisição de maus hábitos, procrastinação, falta de motivação) (Sergeeva, 2011).

Maltseva (2020) chama a atenção para a diminuição do potencial intelectual em estudantes com burnout emocional, que se expressa na perda de interesse pela aprendizagem, aumento da rigidez, transição para o pensamento reprodutivo, diminuição da memória e da criatividade e redução da necessidade de autodesenvolvimento (Maltseva, 2020). Um sinal importante de burnout estudantil são as mudanças destrutivas nas características da esfera valorativa-semântica. Em particular, em seu estudo com estudantes de medicina, Savelyeva

identificou neles um sentimento de falta de sentido e propósito, decepção com a profissão e uma reavaliação da escolha do perfil educacional (Savelyeva, 2022).

Como resultado do esgotamento profissional, a autopercepção dos estudantes também fica distorcida. Essa autopercepção distorcida manifesta-se em baixa autoestima, identidade interna negativa e baixo nível de aspiração pessoal. Além disso, existem dados contraditórios sobre a relação entre a síndrome de exaustão emocional e o nível de formação de jovens profissionais. Como observou Vokhrina (2022), aqueles com formação universitária apresentam com mais frequência pontuações elevadas no sintoma de *despersonalização* e baixas na escala de *exaustão emocional*. Presume-se que tais resultados possam estar associados a um nível exagerado de aspiração em pessoas com maior escolaridade (Vokhrina, 2022).

Juntamente com o estudo da síndrome de burnout em estudantes, deve-se dar a devida atenção aos métodos de prevenção e tratamento da exaustão emocional. Muitos pesquisadores sugerem que a introdução de novas experiências na vida dos estudantes pode ajudar a superar a exaustão emocional, seja por meio da comunicação com entes queridos e pessoas com quem se possa sentir emocionalmente impactado, da busca por hobbies, do relaxamento, da reflexão e do desenvolvimento de habilidades de comunicação, inteligência emocional, auto-organização e estratégias de enfrentamento emocional (Vodopyanova & Starchenkova, 2008).

Embora a exaustão emocional, o estresse e a agressão sejam fenômenos psicológicos distintos, estão intimamente relacionados e desempenham um papel importante tanto na vida acadêmica quanto na social dos estudantes. Cada fator tem um impacto significativo em determinadas fases da vida de um estudante. Ambientes estressantes frequentemente levam a comportamentos agressivos, que, por sua vez, levam à exaustão emocional. Como resultado, os estudantes muitas vezes exibem esses comportamentos, frequentemente sem perceber, em suas vidas sociais, relacionamentos pessoais e ambientes acadêmicos. A observação de uma relação positiva entre exaustão emocional e comportamento agressivo mostrou que indivíduos que vivenciam exaustão tendem a apresentar reações mais agressivas, o que pode ocorrer tanto no ambiente de trabalho quanto no ambiente acadêmico (Maslach & Leiter, 1997).

Pines e Aronson (1988) descobriram que indivíduos que sofrem de exaustão emocional apresentam relações sociais fragilizadas e aumento do comportamento agressivo. Seu estudo mostrou que sentimentos de exaustão levam à agressão (Pines & Aronson, 1988). Salmela-Aro (2009) investigou uma correlação positiva entre exaustão emocional e comportamento agressivo em jovens. Os resultados mostraram que estudantes em ambientes estressantes tendiam a apresentar reações mais agressivas (Salmela-Aro, 2009).

Roth (2014) encontrou uma relação direta entre exaustão emocional e comportamento agressivo em estudantes universitários. O estudo constatou que níveis mais elevados de exaustão estavam associados a um aumento do comportamento agressivo (Roth, 2014). Gonzalez (2010) investigou a relação entre exaustão emocional e agressão no ambiente de trabalho.

Os resultados mostraram que níveis mais elevados de exaustão levaram a um comportamento mais agressivo (Gonzalez, 2010). Vigil-Colet e Tortosa (2006) observaram que a exaustão em ambientes acadêmicos aumentava a agressividade. Em particular, constatou-se que uma alta carga de trabalho acadêmica e o estresse relacionado a exames aumentavam o comportamento agressivo em estudantes (Vigil-Colet e Tortosa, 2006).

Hakanen (2006) constatou que a exaustão emocional e o comportamento agressivo no ambiente de trabalho estão relacionados, e realizou um estudo que demonstrou uma relação positiva entre burnout e agressão. Constatou-se que funcionários que sofrem de burnout apresentam reações mais agressivas (Hakanen, 2006). Buchanan e Consedine (2019) encontraram uma relação cíclica entre exaustão emocional e agressão. Seus resultados mostraram que o burnout aumenta a agressão, o que, por sua vez, agrava o nível de burnout. Lee e Ashfort (1996) investigaram a interação entre exaustão emocional e comportamento agressivo em contextos organizacionais. De acordo com sua pesquisa, o burnout aumenta o comportamento agressivo no ambiente de trabalho.

Schaufeli (2009) descreveu detalhadamente a relação entre exaustão emocional e comportamento agressivo. Os resultados mostram que níveis mais elevados de burnout levam a um aumento do comportamento agressivo (Hakanen, 2006). Harris (2018) examinou a relação entre exaustão emocional e comportamento agressivo e confirmou que estudantes que sofrem de burnout são propensos à agressão. O estudo destacou a eficácia do apoio social e de programas de intervenção na atenuação dessa relação (Harris, 2018).

García (2021) examinou a relação entre exaustão emocional e comportamento agressivo e observou uma forte correlação positiva entre os dois. O estudo constatou que níveis mais altos de estresse entre os estudantes levavam ao aumento da agressividade (García, 2021).

METODOLOGIA

Projeto

O objetivo principal da pesquisa foi identificar a relação entre exaustão emocional e agressividade, bem como determinar o grau de interação mútua entre elas. Para tanto, foram utilizados dois testes psicométricos padronizados para mensurar os níveis de exaustão emocional e agressividade.

Participantes

Estudantes de diversas áreas foram selecionados por amostragem aleatória. Os participantes incluíram alunos de todos os anos acadêmicos (I-IV), totalizando 120 estudantes envolvidos no estudo. Destes, 60 (50%) eram do sexo feminino e 60 (50%) do sexo masculino. Os participantes foram informados sobre a confidencialidade de suas respostas e o objetivo da pesquisa, e seu consentimento voluntário para participar foi obtido.

Instrumentos

Diversas ferramentas foram utilizadas no estudo. Uma delas foi o *Inventário de Burnout de Maslach*, que consiste em 19 questões avaliadas em uma escala de 1 a 7. A pontuação total variou de 0 a 42. Outra ferramenta foi o *Teste de Agressão de Buss-Perry*, que inclui 29 questões avaliadas em uma escala de 1 a 5.

Coleta de dados

A pesquisa foi realizada em outubro de 2024 com alunos do primeiro ao quarto ano de diversas faculdades da Universidade Odlar Yurdu. Após a obtenção das permissões necessárias da instituição de ensino por meio de solicitação oficial, os instrumentos foram aplicados. Os dados coletados foram então inseridos no software estatístico SPSS 22 para análise diferencial, visando atingir os objetivos da pesquisa. Os dados foram apresentados de forma clara, resumidos em tabelas e acompanhados das análises e explicações necessárias.

Considerações éticas

Antes da realização desta pesquisa, o comitê de ética existente foi ativamente envolvido. Além disso, os princípios éticos internacionais de beneficência e não maleficência para os participantes foram levados em consideração. Os participantes foram informados de que a

pesquisa visava alcançar resultados benéficos sem qualquer intenção de causar danos. Durante o estudo, o bem-estar físico e mental dos participantes foi resguardado. O anonimato foi garantido e a confidencialidade dos dados coletados foi mantida. Os participantes forneceram consentimento livre e esclarecido em relação ao objetivo da pesquisa. Os resultados do estudo serão utilizados exclusivamente para fins científicos.

RESULTADOS

Durante a pesquisa, foi realizada uma análise inicial com base nas pontuações que determinam o desempenho acadêmico para avaliar a distribuição normal.

Tabela 1.

Visualização das pontuações individuais em uma curva de distribuição normal

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estatística	df	Sig	Estatística	df	Sig
BPAQ	0,057	120	0,200*	0,986	120	0,200*
Exaustão emocional	060	120	0,200*	0,983	130	0,200*

Nota. Autores.

Conforme demonstrado na Tabela 1, o nível de significância (Sig) foi indicado como 0,2. Se o nível de significância for $p > 0,05$, pode-se concluir que os resultados seguem uma distribuição normal. Isso também pode ser observado na curva hiperbólica. Da mesma forma, como ilustrado nos gráficos anexos, as pontuações obtidas pelos indivíduos estavam sobre ou próximas da curva de distribuição normal.

Como pode ser observado na Tabela 1, os indicadores foram os níveis de Exaustão Emocional - Kolmogorov -Smirnov: Sig.= 0,200, Sig. =0,200; Shapiro-Wilk: Sig.=0,130, Sig.=0,1. Isso confirma a existência de uma correlação significativa.

Tabela 2.

Cálculo da Distribuição Normal (Baseado nos Resultados de Exaustão Emocional)

	Kolmogorov-Smirnov		Shapiro-Wilk		
	Estatística	df	Sig.	Estatística	df
BPAQ	062	119	0,200*	0,986	120
Exaustão emocional	0,058	200*	0,200*	0,983	120

Nota. Autores.

Tabela 3.

Cálculo da Distribuição Normal (Baseado nos Resultados de Exaustão Emocional)

Níveis de exaustão emocional			
	Correlação de Pearson	1	0,402**
	Sig. (bicaudal)	0,000	
	N	120	120
BPAQ	Correlação de Pearson	1	0,402**

Nota. Autores.

O estudo demonstrou que existe uma correlação entre exaustão emocional e agressividade, e essa relação é significativa. O coeficiente de correlação de Pearson situa-se na faixa de $r = 0,402$ ($p = 0,001$), o que indica uma correlação positiva moderadamente forte entre exaustão emocional e agressividade. Embora não seja extremamente forte, a correlação é significativa e perceptível. O estudo mostra que, para testar a significância do coeficiente de correlação, deve-se observar o valor de p. Se o valor de p for inferior a 0,05, isso indica que o resultado é estatisticamente significativo. Esse resultado indica que existe uma relação positiva entre o aumento da exaustão emocional e o aumento dos níveis de agressividade.

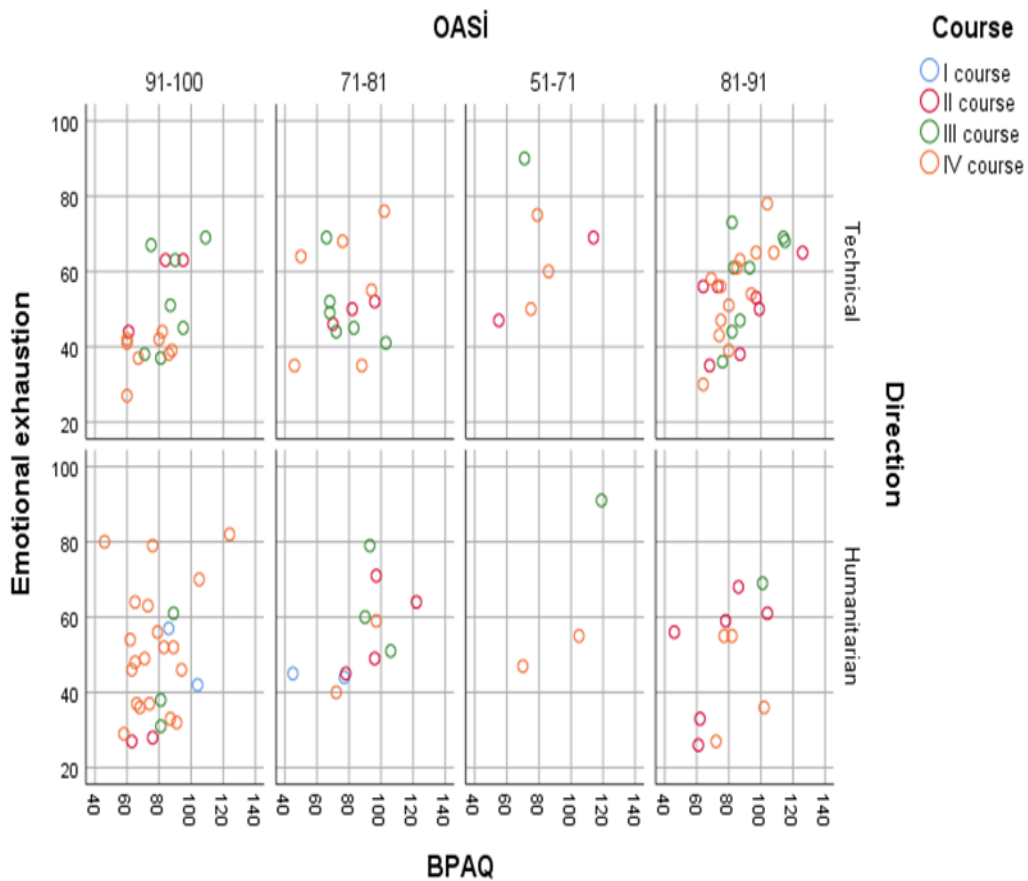
Estudantes de faculdades de ciências humanas, no entanto, apresentam padrões diferentes. Por exemplo, as pontuações de exaustão emocional nas faixas do OASI de 71-81 e 51-71 mostram maior variabilidade, sugerindo uma gama mais ampla de experiências de burnout dentro desse grupo (Figura 1).

Devido às diferenças entre os níveis dos cursos, os alunos de todos os anos acadêmicos apresentam diferentes níveis de exaustão emocional e pontuações no BPAQ, não demonstrando tendências consistentes com base no nível acadêmico. No entanto, análises adicionais poderiam explorar se grupos específicos em anos acadêmicos mais avançados vivenciam diferentes níveis de exaustão emocional ou agressividade. Em geral, alunos de cursos técnicos em determinadas

faixas do OASI podem apresentar níveis mais elevados de exaustão emocional. Tanto a exaustão emocional quanto a agressividade variam amplamente entre os cursos e áreas de estudo. Esta análise poderia orientar pesquisas futuras para fornecer suporte direcionado a diferentes grupos de alunos (Figura 1).

Figura 1.

Este gráfico apresenta uma visão complexa da interação entre exaustão emocional e agressão entre estudantes, influenciada por sua área de estudo, pontuações no OASI e ano escolar



Nota. Autores.

Tabela 4.

Dados sobre a relação entre pares de características estudadas usando o método de correlação de classificação

Indicadores	Agressão	Desempenho acadêmico	Indicadores de estresse	Existência de relacionamento	Indicadores de significância*
Exaustão emocional	Alta	Alta	Alta	A relação é estatisticamente significativa e tem uma natureza bidirecional	-0,618
Exaustão emocional	Média	Média	Média	A relação é estatisticamente significativa e tem uma natureza bidirecional	-0,364
Exaustão emocional	Fraca	Fraca	Fraca	A relação é estatisticamente significativa e tem uma natureza bidirecional	-0,073

Nota. Os autores. * $p \leq 0.01$; ** $p \leq 0.05$.

Estes resultados mostram que existe uma relação inversa estatisticamente significativa entre a síndrome de burnout e a agressividade dos estudantes, incluindo o estresse. Um padrão semelhante também é observado entre a exaustão emocional e o desempenho acadêmico. Dada a relativa estabilidade desses aspectos, pode-se presumir que a exaustão emocional prejudica o desenvolvimento do estudante. Com base nesses resultados, conclui-se que pessoas que demonstram tendência à retração emocional, ao isolamento e ao distanciamento social estão mais expostas ao estresse e são mais propensas à síndrome de burnout. Isso pode ser atribuído ao fato de serem obrigadas a manter inúmeros relacionamentos sociais de longo prazo durante seus estudos, o que pode gerar estresse que, por sua vez, pode evoluir para burnout.

DISCUSSÃO

À medida que os estudantes vivenciam maior fadiga emocional e estresse, podem se tornar mais suscetíveis a reações agressivas como forma de lidar com a tensão emocional. Um estudo correlato de Chen et al. (2020) investigou a exaustão emocional e a agressão entre estudantes da área da saúde, como enfermagem e medicina, que enfrentam intensa pressão acadêmica e demandas emocionais. Os pesquisadores descobriram que a exaustão emocional estava significativamente associada tanto à agressão direta quanto à indireta. A raiva e a hostilidade foram mais pronunciadas em estudantes com níveis mais elevados de burnout. Além disso, o estudo enfatizou que estudantes com níveis mais baixos de apoio social e maiores

demandas acadêmicas eram mais propensos a exibir comportamentos agressivos como resultado da exaustão emocional. Nossos achados corroboram esses resultados, sugerindo que estudantes sob intensa pressão acadêmica, como os da área da saúde, são particularmente vulneráveis a reações agressivas durante períodos de alta exaustão emocional. Esta pesquisa ressalta a importância do apoio social como um fator de proteção que pode reduzir a agressão entre estudantes expostos a estresse emocional.

Limitações e pesquisas futuras

Embora o estudo esteja em consonância com diversos outros já existentes, apresenta algumas limitações. Essas limitações decorrem principalmente do pequeno número de participantes envolvidos no processo de seleção e do fato de a pesquisa ter sido restrita a uma única universidade. Naturalmente, os dados foram coletados em um período limitado e envolveram uma amostra de tamanho reduzido. Não obstante, os resultados deste estudo oferecem perspectivas para pesquisas futuras com amostras maiores em análises quantitativas, aprimorando, assim, as abordagens existentes nesta área em contextos étnico-nacionais e culturais específicos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste estudo foi determinar a interação entre exaustão emocional e agressão. Os resultados revelaram uma correlação positiva estatisticamente significativa e moderadamente forte entre exaustão emocional e agressão. Isso indica que, à medida que a exaustão emocional aumenta, a agressão também aumenta. Em outras palavras, indivíduos emocionalmente exaustos e estressados são mais propensos a apresentar comportamentos agressivos. Implicações psicológicas: Esses resultados sugerem que a exaustão emocional pode levar à agressão ou, inversamente, comportamentos mais agressivos podem contribuir para a exaustão emocional. Isso destaca a importância de programas de apoio emocional e treinamento em gerenciamento de estresse em organizações e instituições de ensino. Programas de apoio psicológico e gerenciamento de estresse podem capacitar os participantes com melhores habilidades de regulação emocional, prevenindo, assim, a agressão. A detecção precoce e as medidas preventivas da exaustão emocional em ambientes de trabalho e educacionais podem ajudar a reduzir a incidência de agressão.

REFERÊNCIAS

- Aliyeva, K., Aliyeva, T., Jabbarov, R., & Mammadli, I. (2021). Students' values and their mental health during the pandemic. *Propósitos y Representaciones*, 9(3), 1183. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9nSPE3.1183>
- Baron, R. A., & Neuman, J. H. (1996). Workplace violence and workplace aggression: Evidence on their relative frequency and potential causes. *Aggressive Behavior*, 22(3), 161–173. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-2337\(1996\)22:3<161::AID-AB1>3.0.CO;2-Q](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(1996)22:3<161::AID-AB1>3.0.CO;2-Q)
- Buchanan, C., & Consedine, N. S. (2019). The cycle of burnout and aggression in higher education. *Psychological Studies Journal*, 34(3), 120.
- Boyko, V. V. (1999). *The syndrome of "emotional burnout" in professional communication*. Sudarynya.
- Chen, S., et al. (2020). Emotional exhaustion in healthcare students: An aggression perspective. *Health Psychology Review*, 16(1), 260.
- Cordes, C. L., & Dougherty, T. W. (1993). A review and an integration of research on job burnout. *Academy of Management Review*, 18(4), 621–656. <https://doi.org/10.2307/258593>
- Dyatlov, D. S. (2020). Assessment of the prevalence of emotional burnout syndrome among student youth. *Student Bulletin*, 37–2(135), 6–8.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Social Issues*, 30, 159–165.
- García, J. (2021). Stress levels and aggression: An analysis among students. *Psychological Research Journal*, 45(1), 44.
- Gonzalez, R. (2010). Workplace aggression and burnout: Implications for university students. *Psychological Science*, 21(2), 30.
- Hakanen, J. J. (2006). Burnout and aggression in workplace settings. *Journal of Occupational Health Psychology*, 11(2), 221.
- Harris, M. (2018). Examining social support to alleviate burnout-induced aggression. *Journal of Higher Education Psychology*, 42(2), 98.
- Jabbarov, R., Mustafayev, M., Aliyev, J., Nasibova, U., & Bayramov, M. (2023). Psychological issues of the relationship between self-esteem and aggression in students studying in different faculties. *Revista de Gestão e Secretariado*, 14(10), 17236–17253. <https://doi.org/10.7769/gesec.v14i10.2773>
- Jabbarov, R. V. (2020). Mechanisms of socio-psychological adaptation of refugees. *Journal of Interdisciplinary Debates*, 1(1).
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain and illness*. Delacorte.

- Lee, R. T., & Ashforth, B. E. (1996). Organizational burnout and aggressive behavior. *Human Relations*, 49(3), 362.
- Maslach, C. (1982). *Burnout: The cost of caring*. Prentice-Hall.
- Maslach, C. (2000). A multidimensional theory of burnout. In C. L. Cooper (Ed.), *Theories of organizational stress*. Oxford University Press.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*. Jossey-Bass.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15, 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Maltseva, S. M. (2020). Causes and prevention of emotional burnout syndrome in students. *Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*, 9(2), 348–350.
- Muftakhova, F. S. (2009). Studying the problem of emotional burnout syndrome and coping behavior in stressful situations. *Bulletin of Bashkir University*, 14(1), 290–293.
- Park, E. (2021). Examining burnout and aggression as interlinked variables. *International Journal of Stress Management*, 19(4), 143.
- Pines, A. M. (2004). Burnout as an interpersonal phenomenon. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 11(3), 55.
- Pines, A., & Aronson, E. (1988). *Career burnout: Causes and cures*. Free Press.
- Roth, W. (2014). Emotional exhaustion and aggression in university students. *European Journal of Psychology of Education*, 29(2), 44.
- Salmela-Aro, K. (2009). Emotions in adolescence: Examining burnout and aggression. *Journal of Youth Studies*, 12(4), 315.
- Savelyeva, L. A. (2022). Predictors of emotional burnout at different levels of higher medical education. *Prospects of Science and Education*, 2(56), 460–477.
- Schaufeli, W. B. (2009). Describing aggression and burnout: Implications for university settings. *Journal of Organizational Behavior*, 30(7), 56.
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293–315. <https://doi.org/10.1002/job.248>
- Sergeeva, I. A. (2020). Manifestation of symptoms of emotional burnout in students in the context of distance learning. *International Journal of Humanities and Natural Sciences*, 12–1(51), 96–100.
- Taris, T. W., Peeters, M. C. W., Le Blanc, P. M., Schreurs, P. J. G., & Schaufeli, W. B. (2001). Burnout and job stress in Dutch teachers. *Journal of Occupational Health Psychology*.

Vokhrina, A. V. (2022). The phenomenon of emotional burnout in psychological research. *Bulletin of Science*, 4(3), 222–230.

Vodopyanova, N. E., & Starchenkova, E. S. (2008). *Burnout syndrome: Diagnosis and prevention* (2nd ed.). Peter.

CRediT Author Statement

- Reconhecimentos:** Os pesquisadores gostariam de expressar sua gratidão e apreço pela sincera cooperação dos participantes.
 - Financiamento:** Este artigo foi autofinanciado.
 - Conflitos de interesse:** Os autores declaram não haver conflitos de interesse na realização desta revisão.
 - Aprovação ética:** Os estudos envolvendo seres humanos foram previamente analisados por um comitê de ética, as normas foram cumpridas e princípios como o consentimento informado, a avaliação de riscos e benefícios e a confidencialidade foram respeitados. Os resultados dos estudos estavam em conformidade com as normas que exigem a inclusão de informações de confirmação.
 - Disponibilidade de dados e materiais:** Os dados e materiais utilizados neste estudo podem ser obtidos conforme necessário.
 - Contribuições dos autores:** Conceitualização, RJ e JA; metodologia, RJ; software, SO; validação, LA, UN e RJ; análise formal, JA; pesquisa, SO; recursos, LA; seleção de dados, UN; preparação do rascunho original, RJ; revisão e edição, JA; visualização, LA; supervisão, UN; gestão do projeto, RJ; obtenção de financiamento, LA. Todos os autores leram e aprovaram a versão publicada do manuscrito.
-

Processamento e edição: Editora Ibero-Americana de Educação
Revisão, formatação, padronização e tradução.

