

## **O BEM-ESTAR DOCENTE NO CONTEXTO DE ESCOLAS PÚBLICAS INCLUSIVAS: ALGUMAS REFLEXÕES**

Simone Alves Scaramuzza<sup>1</sup>  
Flavinês Rebolo<sup>2</sup>

### **RESUMO**

A pesquisa que se apresenta busca comunicar saberes referente à construção do bem-estar/mal-estar de docentes de escolas públicas da rede Municipal de Educação da cidade de Ji-Paraná no estado de Rondônia. Destaca-se que o principal objetivo foi compreender as estratégias de enfrentamento aos fatores que produzem o bem-estar/mal-estar docente, em especial o componente da atividade laboral. Em termos metodológicos, a pesquisa se constituiu em uma perspectiva qualitativa com utilização de questionário fechado e entrevistas semiestruturadas. Destacam-se neste estudo, os seguintes autores: Jesus (2007); Csikszentmihalyi (1992); Seligman (2009); Rebolo (2005, 2010, 2012) entre outros. Os resultados mostram que dentre as estratégias relacionadas ao bem-estar/mal-estar, os professores utilizam o enfrentamento com foco no problema, o enfrentamento com afastamento psicológico e de modo não expressivo, o enfrentamento ativo. Constatou-se também que existem poucos trabalhos que buscam referenciar o bem-estar/mal-estar docente a perspectiva da melhoria da carreira profissional.

**Palavras-Chave:** Trabalho Docente; Bem-Estar/Mal-Estar; Escola Pública.

## **TEACHER WELLNESS IN THE CONTEXT OF INCLUSIVE PUBLIC SCHOOLS: SOME REFLECTIONS**

### **ABSTRACT**

A research that has reported cases related to the construction of the welfare/discomfort of teachers from a public school in northern Brazil. It is noteworthy that the main objective could be understood as the coping strategies of the factors that are capable of producing and being present, especially the component of labor activity. In methodological terms, the research constituted a qualitative perspective using closed research and semi-structured interviews. In this study, the following authors stand out: Jesus (2007); Csikszentmihalyi (1992); Seligman (2009); Rebolo (2005, 2010, 2012) among others. They are presented as agencies related to well-being/uneasiness, teachers use focused coping without problem, coping with psychological withdrawal and expressive mode, active coping. It was also found that there are a number of researches that seek to refer the teaching well-being/malaise to a perspective of professional career progress.

**Keywords:** Teaching Work; Wellness/Discomfort; Public School.

<sup>1</sup> Mestre em Educação pela Universidade Católica Dom Bosco – UCDB, Campo Grande – MS. Supervisora Escolar.

<sup>2</sup> Doutora em Educação. Docente do PPGE da Universidade Católica Dom Bosco – UCDB, Campo Grande – MS.

## INTRODUÇÃO

Na escola, a atuação na docência incide em lidar com as problemáticas impostas por um sistema capitalista que transformou toda a estrutura social. Verifica-se que se passou para a escola uma grande carga de responsabilidade. Neste contexto, cabe aos professores a transmissão desses conhecimentos universais de forma oral e escrita e, a família, a formação de conceitos como cidadania, incluindo hábitos e valores morais aceitáveis pelo consenso social. Destaca-se que o historicamente o sistema capitalista produz processos profundos de regulação das relações sociais, se reorganizando e promovendo alterações no âmbito do trabalho. Neste contexto, a escola se constitui como um espaço produtivo, abarcando questões que extrapolam sua função social adensando o próprio trabalho docente. A este respeito, Jesus (2007) mostra que as problemáticas inerentes à atividade docente possuem relação com as “[...] implicações decorrentes da massificação do ensino, da excessiva exigência política colocada sobre o trabalho do professor” (JESUS, 2007, p. 17).

É possível inferir que o processo de democratização da escola possibilitou a inserção de sujeitos que historicamente foram excluídos da escola, tais como os alunos com deficiência. A escola passou a representar possibilidades de transformação social na medida em que veio articulando a apropriação do conhecimento como elemento fundamental para a emancipação dos sujeitos.

A respeito da influência das transformações sociais no trabalho docente, Rebolo, Nogueira e Soares (2010) evidenciam que é na instituição escolar que tais transformações tem tido mais reflexos, uma vez que as mudanças têm efeitos nas relações interpessoais que são mantidas dentro do ambiente escolar. Para as autoras, são as relações interpessoais os fatores “[...] determinantes fundamentais para o sucesso ou o fracasso do processo de ensino e de aprendizagem e também para o bem-estar ou o mal-estar docente” (REBOLO; NOGUEIRA; SOARES, 2010, p. 113). Pode-se dizer que além das relações interpessoais, as condições de trabalho também influenciam o desenvolvimento profissional, como, por exemplo, o excesso de trabalho.

Para Jesus (2007), as situações de excesso de trabalho podem ocasionar processos de insatisfação nos professores, que se manifestam no mal-estar docente. É

nesse sentido que o excesso de trabalho se traduz em desânimo dos docentes. Entretanto, “[...] nem todos os professores estão abatidos, nem sua situação é a mesma em torno das razões que levam alguns professores a se sentirem cansados e desmoralizados, e outros a manterem o ânimo e a ilusão” (MARCHESI, 2008, p. 52). Assim, pode-se dizer que apesar dos desafios inerentes ao trabalho, muitos professores ainda sentem-se satisfeitos com o trabalho. A este respeito, Csikszentmihalyi (1992) aponta a satisfação como o sentimento da pessoa quando cumpre alguma atividade anterior, também ultrapassa o que estava programado a fazer e alcança algo inesperado, que talvez, nem sequer o tivesse pensado que existisse. Para o autor, a satisfação é um movimento para frente, que contempla a sensação de novidade, de realização e bem-estar.

O conceito de bem-estar docente “diz respeito a uma leitura positiva que as pessoas fazem da sua própria vida” (JESUS, 2007, p. 26). Este conceito se manifesta em processos motivacionais e de auto realização docente “[...] em virtude do conjunto de competências (resiliência) e de estratégias (coping) que este desenvolve para conseguir fazer frente às exigências e dificuldades profissionais, superando-as e otimizando o seu próprio funcionamento” (JESUS, 2007, p. 26-27).

O bem-estar docente é um estado (físico e psicológico) do professor que depende de vários fatores para se concretizar. Seligman (2009) sugere que a felicidade dentro da perspectiva da psicologia positiva é construída pelas emoções momentâneas positivas e de “[...] contentamento, tranquilidade, alegria, prazer, satisfação, serenidade, esperança e encantamento” (SELIGMAN, 2009, p. 23), e que estas emoções podem influenciar inclusive na longevidade e na continuidade de bons relacionamentos, tais como casamento, amizades, etc. Segundo este autor, para se compreender de fato esta perspectiva de bem-estar, faz-se necessário se apropriar das “[...] virtudes e as forças pessoais” (SELIGMAN, 2009, p.28), pois este “[...] é fruto da interação das nossas forças e virtudes” (SELIGMAN, 2009, p.28). É a partir desta interação que o indivíduo dá a sua vida, certa ou total autenticidade.

No sentido de melhor expressar esse processo, destaca-se como objetivo desta investigação, compreender os fatores que possibilitam a construção do bem-estar/mal-

estar docente para os professores atuantes nas salas de ensino regular que tenham alunos com deficiência da Rede Municipal de Educação da Cidade de Ji-Paraná-RO.

Compreender as características do trabalho docente, do bem-estar e do mal-estar, e a caracterização da escola inclusiva no município de Ji-Paraná – RO impeliu investir na pesquisa, esperando contribuir para a melhoria, tanto de estratégias de relacionamento entre diversos contextos educativos, como também, disponibilizando reflexões que inspirem mudanças, principalmente na promoção de políticas públicas que visem o bem-estar para os docentes.

Em levantamento em dissertações e teses disponíveis no repositório da CAPES sobre estudos já efetivados sobre o bem-estar, percebeu-se que existem trabalhos que discutem formação de professores, educação inclusiva e bem-estar/mal-estar docente. Entretanto, não foram encontrados trabalhos que articulem essas temáticas, ou seja, que as abordem em uma única pesquisa como fonte de interesse.

Em levantamento efetivado no repositório de teses de dissertações da CAPES foram encontrados um total de vinte e um (21) trabalhos. Ao efetuar uma primeira leitura, verificou-se que dezesseis (16) deles não tinham vínculo com as temáticas da formação docente em sua articulação com a educação inclusiva e as situações de bem-estar/mal-estar docente.

Destaca-se que dos trabalhos selecionados, existe um total de cinco (05) estudos que contribuem com as análises do bem-estar dos professores, articulando-se com a questão da formação docente, com as estratégias de enfrentamento e/ou com a prática educativa dos professores. Sendo assim, os trabalhos selecionados contribuíram na identificação de como os docentes conseguem construir o bem estar em seus contextos de trabalho. Os estudos encontrados são importantes por analisarem o bem-estar e mal-estar dos professores.

Outro fator importante a ser destacado, refere-se à exposição do campo teórico a qual inspirou a presente reflexão. Elenca-se a psicologia positiva como campo privilegiado para as análises aqui estabelecidas. Evidencia-se que as concepções de mal-estar e bem-estar docente são densamente articuladas neste campo de pesquisa. Leite e Gonçalves (2009) destacam que a psicologia positiva é um campo de investigação que tem por objetivo, quebrar com o aspecto de profissão curativa e científica da psicologia

e passa a problematizar os efeitos positivos que os indivíduos constroem sobre si e sobre o seu trabalho. Assim, elencam-se como ponto investigativo deste campo, os aspectos ligados aos estados afetivos positivos do indivíduo, sendo eles: “felicidade, resiliência, otimismo, gratidão, contentamento, qualidade de vida, satisfação com a vida etc.” (LEITE; GONÇALVES, 2009, p.1). Para Snyder e Lopes (2009), “[...] a ciência e a prática da psicologia positiva estão direcionadas para a identificação e a compreensão das qualidades e virtudes humanas, bem como para o auxílio no sentido de que as pessoas tenham vidas mais felizes e mais produtivas”. (SNYDER; LOPES, 2009, p. 19).

Nesta pesquisa, investigaram-se os fatores que possibilitam a construção do bem-estar docente para os professores atuantes nas salas de ensino regular que tenham alunos com deficiência inclusos no âmbito escolar. Para isso, elencou-se como referencial teórico, autores que tratam do bem-estar subjetivo, tais como: Csikszentmihalyi (1992); Jesus (2007, 1998); Rebolo (2005, 2012); Seligman (2009); e outros que compõem a análise na perspectiva do trabalho e da formação docente, uma vez que o bem-estar dos professores tem implicações diretas com seus processos formativos e com desenvolvimento da atividade profissional.

## **ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS DA PESQUISA**

Para a realização do estudo em tela, optou-se pelo método de pesquisa com abordagem qualitativa. Foi utilizado como técnica de coleta de dados, questionário com questões fechadas e abertas e, como procedimento da pesquisa, entrevistas semiestruturadas.

Ressalta-se que a primeira etapa da pesquisa foi a aplicação do questionário junto aos professores dos anos iniciais do ensino fundamental da Rede Municipal de Ensino de Ji-Paraná, Rondônia e que atendem alunos deficientes nas salas regulares. Este instrumento foi utilizado com a finalidade de coletar dados sobre o contexto sócio demográfico dos participantes da pesquisa, os indicadores de grau de satisfação e insatisfação com os fatores do trabalho, e ainda, a satisfação com a atividade docente e a percepção referente à prática educativa mediante o processo de inclusão de alunos deficientes nas salas de aula regulares.

A segunda etapa da pesquisa foi a realização das entrevistas semiestruturadas junto às docentes que participaram da primeira etapa, e que concordaram em contribuir com esta fase do estudo. A partir de um roteiro preliminar, as entrevistas semiestruturadas foram realizadas individualmente e teve como objetivo, identificar a partir das falas, os fatores que possibilita a construção do bem-estar docente.

No que se refere à faixa etária, foi possível identificar que dos vinte (18) docentes participantes da pesquisa, oito têm entre 41 a 50 anos, seis têm entre 31 a 40 anos, sendo que somente quatro docentes apontaram idade abaixo de 31 anos. Com referência ao item sexo, constatou-se que a grande maioria (16) é feminina e a minoria (2) é masculino.

A respeito do estado civil, a grande maioria (12) afirmou ser casado, sendo que somente quatro (4) apontou ser divorciado e dois (2) declarou ser solteiro. Com referência a pergunta sobre se possuem filhos, a grande maioria (15) apontou que sim, somente três (3) não possuem filhos. Dos docentes que apontaram ter filhos, a maioria indicou ter 2 filhos(as), sendo que cinco docentes evidenciaram ter somente um (1) filho(a), e a minoria (4) tem três (3) filhos. Ressalta-se que dois dos docentes que participaram da pesquisa não responderam aos itens que possibilita identificar o perfil sócio demográfico.

A pesquisa teve como campo empírico, as escolas da Rede Municipal de Educação do Município de Ji-Paraná, Estado de Rondônia. A pesquisa foi desenvolvida em cinco (5) escolas que tinham o perfil estabelecido pelo estudo. Destaca-se que entre os critérios para que os professores fossem selecionados, estava à experiência desses professores com alunos em situação de inclusão.

É importante destacar que dados disponibilizados pelo IBGE-2017 mostra que a cidade de Ji-Paraná constitui-se na segunda maior cidade do Estado e a maior cidade da microrregião, contando com 127.907 pessoas. Destaca-se que existe uma população escolar matriculado no ensino fundamental de 19.519 alunos. Considerando essa breve exposição do lócus da pesquisa, bem como, dos sujeitos e procedimentos utilizados, mostra-se abaixo, parte dos resultados analíticos que sustentaram a pesquisa em tela.

## **GRAU DE SATISFAÇÃO DOS DOCENTES COM OS FATORES DO COMPONENTE LABORAL DO TRABALHO**

Neste tópico será apresentada parte dos resultados dos dados obtidos com a aplicação do questionário no que se refere ao grau de satisfação dos docentes com os fatores que compõem o componente laboral do trabalho. O componente da atividade laboral abrange os fatores relacionados ao trabalho em si, ou seja, a atividade que o docente desenvolve dentro do espaço escolar e diz respeito à identificação do docente com as atividades que realiza em sala, com a diversidade de tarefas, com a autonomia e com o uso da criatividade. Investigar este componente do trabalho dos professores é importante por se tratar das “[...] características inerentes às tarefas que constituem o trabalho” (REBOLO, 2005, p. 66).

Com relação aos resultados obtidos, foi possível perceber um elevado índice de satisfação da maioria dos docentes com relação aos fatores que compõe o componente da atividade laboral, isto é, o trabalho do professor, conforme está representado no gráfico abaixo.

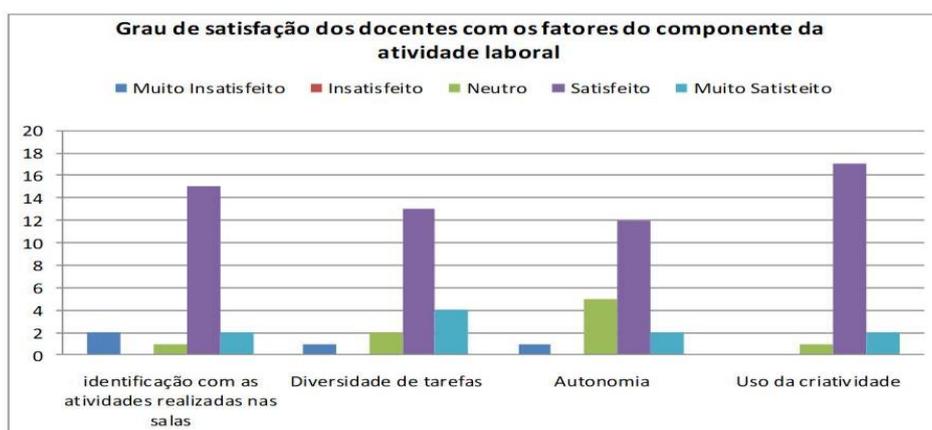


Figura 01: Grau de satisfação dos docentes com os fatores do componente da atividade laboral. Fonte: Dados obtidos com a aplicação do questionário. Elaborado pela autora.

Sendo assim, destaca-se que o grau de satisfação apresentado pelos professores investigados aponta que estes percebem o trabalho como uma atividade que proporciona o bem-estar. A satisfação com o trabalho ocorre devido ao fato de ser uma atividade que

[...] comporta uma diversidade de tarefas, que não permite a sensação de rotina e repetição, que possibilita o uso e o desenvolvimento de habilidades, saberes e aptidões, tem potencialidades para proporcionar o bem-estar e a qualidade de vida no trabalho (REBOLO, 2005, p. 70).

Neste componente, a satisfação elevada permite apontar que a atividade docente propicia desenvolver uma atividade desafiadora em que fatores, tais como: a criatividade, a autonomia, a diversidade de tarefas e a identificação com as atividades realizadas são importantes. Sendo assim, a combinação destes fatores pode possibilitar a satisfação com o trabalho, isso porque, proporcionam aos professores fonte de satisfação. Cabe mencionar que os professores utilizam estratégias de enfrentamento aos desafios cotidianos da atividade.

### **AS ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO UTILIZADAS PELAS DOCENTES PARA SUPERAR AS DIFICULDADES DO DIA A DIA DA ATIVIDADE LABORAL**

Como já foi anunciado, o estudo considerou os professores que tinha alunos deficientes nas salas de aula regular, o que propiciou aos docentes entrevistados o desenvolvimento de dificuldades para exercer a atividade. Outros fatores também foram percebidos como sendo desencadeadores de dificuldades para os docentes entrevistados, tais como, falhas do processo formativo, por estar em início de carreira, dificuldade de aproximar teoria e prática, inexperiência em construir uma prática reflexiva entre outros (ZEICHNER, 1993). Sabe-se que o desenvolvimento dessas dificuldades pode desencadear o mal-estar docente.

Destaca-se que o processo de enfrentamento é dinâmico, bem como impele tentativas de adaptação às situações que causam insatisfação e conflitos no trabalho (REBOLO, 2012). Assim, foi intuito da pesquisa realizada, investigar as estratégias de enfrentamentos dos professores para superar as dificuldades do exercício docente para alcançar o bem-estar.

Com a realização das entrevistas, foi possível identificar que os docentes utilizam dois tipos de enfrentamentos, que são: o enfrentamento passivo com afastamento psicológico e o enfrentamento com foco no problema. Com relação ao enfrentamento com foco no problema, percebeu-se no relato de alguns docentes entrevistados, a presença de estratégias que visavam minimizar a intensificação e a sobrecarga do trabalho, bem como, para alcançar um bom resultado de seu trabalho e superar as dificuldades e complexidades da atividade desenvolvida por eles. Sendo

assim, tais estratégias agem diretamente na situação causadora das dificuldades e conflitos vivenciados pelos docentes, conforme pode ser verificado nas falas:

Depois que eu faço o diagnóstico, eu leio e tento colocar, porque é muita criança, você não dá conta de pegar um por um, aqueles que já estão mais avançados eu coloco numa fila ou duas, depois eu vou separando por fila aqueles que estão menos, aqueles que não sabe o alfabeto, não sabe números, não sabe nem o nome muitas vezes aí eu coloco na fila separada mais perto de mim (Prof. Bianca).

A gente quer alcançar, a gente faz o planejamento deles, às vezes você faz um planejamento dentro daquele planejamento que você faz tem que colocar atividade diferenciada, tanto para o especial, quanto para os alunos que tem mais dificuldade, aí a gente faz um planejamento com vários tipos de atividade inserido naquele mesmo planejamento, você clica em um texto, digamos, esse texto alcança todos só que a atividade é que vai ser diferenciada, um vai fazer produção mudando sinal, outro vai circular as palavras, o outro vai montar as palavrinhas com o alfabeto, tudo dentro do mesmo contexto, se não você não consegue porque fica muita coisa. Vamos supor, um texto com um, outro texto com outro, aí não dá, não dá (Prof. Bianca).

Eu fiquei muito preocupada quando esse menino entrou na sala de aula, e, imediatamente, logo de início, eu já comecei a dar a aula de reforço para aqueles meninos que tinham mais dificuldade, que eu via que era difícil, não era igual aos outros, tinham dificuldade de pegar, e marquei ferrado com reforço, porque dentro da sala de aula tem uns que não conseguem desenvolver com menino bagunçando não. O meu trabalho foi mais pesado, entendeu (Prof. Juliana).

As vezes tem dificuldades em relação a algumas coisas, mas a gente corre atrás, pesquisa para tentar entender e ir pra frente. Na internet, por exemplo, alguma dificuldade quando você pega um aluno que você não sabe como lidar, eu sempre pesquiso atividades, algum projeto, alguma coisa que deu certo pra pegar a ideia e por na prática como um auxílio mesmo, pra você saber como lidar (Prof. Ana).

Eu busquei, fui dormir várias noites já quase três horas da manhã, buscando, para eu chegar na sala de aula e conseguir dar minha aula, planejar direitinho, então assim, é preciso muita dedicação e compromisso. Se não tiver compromisso com sua sala de aula, aí as coisas não fluem (Prof. Paula).

Conforme já evidenciado, o trabalho, bem como, o processo inclusivo impõe sobre alguns dos docentes entrevistados, dificuldades para desenvolver sua prática educativa. Tais dificuldades quando não são enfrentadas, podem incidir no desenvolvimento de mal-estar. Assim, quando os professores conseguem desenvolver estratégias que propiciem vivenciar uma prática educativa com mais satisfação, estes docentes poderão vivenciá-las positivamente com mais frequência e intensidade.

No que se refere às estratégias de enfrentamento apontadas nas falas acima, pode-se perceber que estes professores buscam minimizar a intensificação que o trabalho e o processo de inclusão de alunos deficientes impõem sobre sua atividade profissional. Ou seja, quando a professora Juliana intensifica o reforço com os alunos que têm maiores dificuldades de aprendizagem (não sendo o aluno deficiente), percebe-se que ela visa melhorar o resultado de seu trabalho, isso porque a docente considera que a inclusão do aluno deficiente infere a necessidade de intensificar o trabalho para não atrapalhar o rendimento e o resultado de sua aula.

Mediante a dificuldade da realização do trabalho docente provocada pelo processo de inclusão do aluno deficiente, esta estratégia embora provoque uma maior intensificação do trabalho, possibilita à professora Juliana, alcançar um melhor rendimento e resultado de seu trabalho. Tal estratégia é considerada como enfrentamento com foco no problema (REBOLO, 2012; JESUS, 2007), pois visa minimizar o impacto sofrido pelo processo de inclusão com relação ao resultado de seu trabalho.

Outra estratégia descrita que visa melhorar as dificuldades da atividade docente diz respeito ao que a professora Bianca descreve. A docente aponta que investe como estratégia para superar as dificuldades, no planejamento de aula, momento em que seleciona atividades diferenciadas que abordem um mesmo contexto para atender a todos os alunos.

A professora menciona ainda, como estratégia, à divisão que esta realiza em sua classe agrupando os alunos por grupos de proximidade de desenvolvimento intelectual para facilitar a organização da sala e o desenvolvimento das atividades. O relato desta docente impele refletir que sua estratégia permite diminuir a intensificação e a sobrecarga do trabalho docente. A utilização dessas estratégias facilita a realização de seu trabalho e minimizam a intensificação e a sobrecarga do exercício docente, o que são consideradas estratégias de enfrentamento que agem no foco do problema (SELIGMAN, 2009; JESUS, 2007; REBOLO, 2012).

São as estratégias de enfrentamento com foco no problema que possibilitam aos professores minimizar a intensidade que a sobrecarga de trabalho pode gerar sobre o docente. No que se refere a estas estratégias, pode-se apontar segundo Rebole (2005,

2012) que elas são importantes por atuarem nas situações que podem causar o mal-estar. Assim, estas estratégias modificam estas situações causadoras de mal-estar com ações internas, proporcionando o bem-estar no trabalho.

Com referência a estratégia apontada pela professora Paula quando evidencia buscar atualizar-se, é importante, porque permite a docente superar as dificuldades da prática educativa. No que se refere à atualização, Zacharias (2012) evidencia que esta é uma estratégia que impede que o docente “[...] caia na mesmice, o que contribui para um melhor aproveitamento e desempenho do aluno” (ZACHARIAS, 2012, p. 117).

Considerando o pressuposto do enfrentamento passivo, foi possível identificar a presença de estratégias com afastamento psicológico que as docentes utilizam. Estratégias em que as mesmas não se envolvem psicologicamente, ou seja, utilizam somente a energia suficiente para manter o emprego. Para isso, a estratégia percebida nos relatos de algumas das docentes foi com relação a um posicionamento de utilizar as mesmas atividades com todos os alunos independentemente de suas deficiências e especificidades para não aumentar a carga de trabalho, a passar a situação conflituosa para que seus superiores resolvam, distanciando-se dos problemas e dificuldades do exercício de sua profissão.

A utilização de estratégia da repetição aparece como possibilidade de fazer com que o trabalho surta efeito sem que precise de muito esforço para alcançar algum resultado, conforme pode ser verificado nas falas:

Eu encaminho para a orientação, a orientadora tem que dar o suporte, né, afinal, é para isso que ela está (Prof. Beatriz).

[...] se é inclusão, então, ele está aqui, ele tem que se adaptar, não é os outros se adaptarem a ele, lógico que a gente respeita o limite dele, mas todos os alunos são tratados igualmente, não tem diferença, minha prática, por exemplo, eu vou trabalhar recorte com os alunos, eu trabalho com todos, para trabalhar com o alfabeto móvel, eu trabalho com todos, eu não me limito porque eu tenho um aluno especial (Prof. Beatriz).

Enquanto eles não aprendem da maneira que eu sei ensinar, porque de outra forma eu também não consigo, eu vou tentando até que eles aprendam aquele conteúdo, até pelo menos 70% da sala estar bem, então eu vou repetindo automaticamente (Prof. Maria).

Se eu tiver que preparar tudo diferente para ele eu não vejo isso como inclusão (Prof. Ana).

Conforme já destacado, na estratégia de enfrentamento com afastamento psicológico, os docentes gastam o mínimo de energia psíquica para desenvolver suas atividades profissionais, ou seja, envolve-se somente o suficiente para manter-se no emprego. Este tipo de estratégia funciona para minimizar o mal-estar no trabalho. Para Rebolo (2005) distanciar-se

[...] da atividade docente através de condutas de indiferença a tudo que ocorre no ambiente escolar, ou de um tipo de inércia, no sentido de buscar inovações e melhorias no ensino e um não envolvimento com o trabalho e com os problemas cotidianos da escola é o que caracteriza o afastamento psicológico (REBOLO, 2005, p.111).

Esta estratégia de enfrentamento é importante por permitir que os professores minimizem as situações que causam o mal-estar, entretanto, a autora destaca que estas estratégias, quando isoladas, não são suficientes para possibilitar que os docentes alcancem o bem-estar no trabalho. Destaca-se que junto a essas estratégias, se faz necessário outros tipos de táticas para que estes profissionais consigam vivenciar o bem-estar com mais frequência e intensidade.

Referente à estratégia de enfrentamento ativa, não foi possível identificar na fala dos docentes uma grande recorrência. A utilização desta estratégia visa à organização do grupo de profissionais professores para lutar por melhorias externas. Um dado relevante é de que houve somente a menção da professora Juliana ressaltando a importância do movimento para garantir melhores condições de salários, conforme pode ser verificado na fala abaixo:

O povo fala assim, que professor está querendo muito, tem radialista ai que fala que professor está querendo muito isso, que se não está bom, sai, aí eu quero é ver que entra no lugar e, é desse jeito. Mas a gente fica mesmo é porque gosta, a gente reclama porque tem que reclamar, se o pessoal não reclamar, quem vai reclamar? Fique quieta pra ver (Prof. Juliana).

Mesmo que este tipo de enfrentamento não tenha sido mencionado como uma estratégia utilizada pelos docentes, é importante destacar que é nesta estratégia que os professores, quando percebem as situações e as condições que geram insatisfação no trabalho, buscam meios de melhorar tais situações e condições.

As estratégias de enfrentamento podem ser tanto em nível individual com pedidos de afastamento do trabalho, como coletivamente em movimentos sindicais trabalhistas (FRANÇA E RODRIGUES, 1999; REBOLO, 2005; 2012b). É com este

enfrentamento que os professores “[...] expressam seu desejo de mudança na estrutura a que está submetido” (FRANÇA; RODRIGUES, 1999, p.129).

As estratégias de enfrentamento são importantes para a constituição do bem-estar no trabalho para as docentes entrevistadas, pois permite que estas consigam superar as dificuldades da prática educativa. Com a pesquisa realizada ficou evidente que as estratégias mais utilizadas pelas docentes são os enfrentamentos de caráter individual.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Como já foi mencionado neste estudo, a pesquisa que se apresentou, refere-se a desdobramentos e reflexões sobre o bem-estar/mal-estar docente com foco no componente da atividade laboral. Destaca-se também que foram entrevistados docentes que em suas salas de aulas, tinham alunos em situação de inclusão.

Ressalta-se que hipoteticamente, pressupomos que a presença de alunos deficientes nas salas de aulas, seria um fator importante para determinar a construção de estratégias de enfrentamento, o que poderia contribuir para reflexão sobre o componente da atividade laboral.

Foi possível observar que muitas são as estratégias de enfrentamentos produzidos pelos docentes que fizeram parte deste estudo. Entre os que foram possíveis constatar, está aqueles agrupados na ideia de enfrentamento com foco no problema. A utilização desta estratégia por parte dos docentes indica que eles são capazes de modificar as situações causadoras de mal-estar, construindo situações em que o fluxo desfavorável as suas zonas de conforto, sejam imediatamente transformadas em bem-estar.

Observou-se também que os professores entrevistados utilizam como suporte a atividade laboral, a estratégia de enfrentamento com afastamento psicológico. Este tipo de ação, como já foi mencionado, buscam minimizar as situações causadoras de mal-estar ao estabelecer um limite para o envolvimento psicológico dos professores as situações laborais vivenciadas. Cria-se uma zona entre o pessoal e o profissional com vista a melhorar o trabalho em sala de aula.

De forma menos recorrente, foi possível observar a presença de estratégia de enfrentamento ativo na fala de alguns professores. Este tipo de enfrentamento permite a mobilização da classe trabalhadora docente na defesa e reivindicação de melhorias no espaço escolar e na carreira profissional. Por fim, podemos dizer que o estudo sobre o bem-estar/mal-estar dos professores vem se constituindo em um importante campo de investigação e que carece de melhor atenção na região norte do país. Determinar os fatores e as diversas estratégias de enfrentamento produzidas pelos professores no âmbito de suas carreiras profissionais permitirá a construção de políticas públicas que melhor expresse os desafios de ser professor.

## REFERÊNCIAS

CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. **A Psicologia da Felicidade**. São Paulo: Saraiva, 1992.

FRANÇA, Ana Cristina Limongi; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática**. 2 ed. São Paulo: Atlas, 1999.

JESUS, Saul Neves de. **Professor Sem Stress: realização e bem-estar docente**. Porto Alegre: Mediação, 2007.

LEITE, A. P. T. T.; GONÇALVES, S. M. M. **O Trabalho pode ser Prazeroso: contribuições da psicologia positiva**. 2009. Disponível em: <[http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais\\_XVENABRAPSO/320.%20o%20trabalho%20pode%20ser%20prazeroso.pdf](http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais_XVENABRAPSO/320.%20o%20trabalho%20pode%20ser%20prazeroso.pdf)> Acesso 12/jul./2019.

MARCHESI, Álvaro. **O Bem-Estar dos Professores: competências, emoções e valores**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

REBOLO, Flavinês. Fontes e Dinâmicas do Bem-Estar Docente: os quatro componentes de um trabalho felicitário. p. 23-60. In: REBOLO, F.; TEIXEIRA, L. R. M.; PERRELLI, M. A. de S. (Org.) **Docência em Questão: discutindo trabalho e formação**. Campinas: Mercado das Letras, 2012

REBOLO, Flavinês. **O bem-estar docente: limites e possibilidades para a felicidade do professor no trabalho**. (Tese). 2005. 148 fls. **Universidade de São Paulo. Faculdade de Educação**. USP, 2005.

REBOLO, Flavinês; NOGUEIRA, Eliete Jussara; SOARES, Maria Lúcia de Amorim. As entrelinhas da relação professor-aluno: notas para se pensar o bem-estar e o mal-estar docente na contemporaneidade. **Revista Série-Estudos – Periódico do Programa**

de Pós-Graduação em Educação da UCDB. N. 29, p. 109-120. Campo Grande, Jan./jun. 2010. Disponível em: < <http://www.serie-estudos.ucdb.br/index.php/serie-estudos/article/view/143/70> >. Acesso: 15/ago./2019.

SELIGMAN, Martim E. P. **Felicidade Autêntica:** usando a psicologia positiva para a realização permanente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.

SNYDER, C. R.; LOPES, SHANE J. **Psicologia Positiva:** uma abordagem científica e prática das qualidades humanas. Porto Alegre: Artmed, 2009.

ZACHARIAS, Jamile. **Bem-estar docente:** um estudo em escolas públicas de porto alegre. (Dissertação), 01/01/2012, 152 f. Faculdade de Educação. Pontifícia Universidade Católica Do Rio Grande Do Sul, 2012. Disponível em: <<http://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/2874/1/000437549-Texto%2BCompleto-0.pdf>>. Acesso 14/set./2014.

ZEICHNER, Kenneth M. **A formação reflexiva dos professores:** ideias e práticas. Lisboa: Educa, 1993.

**Recebido em 07 de agosto de 2019**

**Aprovado em 27 de setembro de 2019**