

PROMOÇÃO DE SAÚDE EMOCIONAL DE PROFESSORES: O QUE APONTAM OS ARTIGOS DA CAPES?

Suzanne Rocha Bandeira ¹
Artur Bruno Fonseca de Oliveira ²
Ana Ignez Belém Lima ³

RESUMO

O adoecimento dos professores tem sido pauta de pesquisas por todo o Brasil, dadas as circunstâncias históricas, políticas e sociais nas quais a profissão tem se realizado. Buscando um enfoque na promoção de saúde emocional docente, a presente revisão sistemática de literatura propõe-se a analisar artigos dos últimos dez anos do portal de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). As produções apontam para a relação entre a precarização do trabalho docente e as questões relacionadas à saúde emocional, tais como a falta de motivação, despersonalização ou mesmo a Síndrome de Burnout. Demonstram ainda a necessidade dos professores de estabelecer relações mais harmônicas com seus pares, com a gestão escolar e com seus alunos, bem como a interferência da saúde emocional docente no próprio processo de ensino e aprendizagem. Por fim, apresentam algumas ações e estratégias que podem ser realizadas nas formações de professores a fim de promover saúde emocional. Espera-se que tais resultados forneçam subsídios para novas pesquisas e propostas que contribuam com uma formação que promova o desenvolvimento integral do professor.

Palavras-chave: Formação, Professor, Saúde emocional, Emoção.

INTRODUÇÃO

A atividade docente é atravessada por inúmeros desafios que podem comprometer a saúde emocional dos professores. Vê-se, de modo crescente, uma preocupação com os aspectos emocionais dos professores em sua atuação. Essa preocupação se efetiva em propostas formativas que visam treinar esses profissionais a desenvolverem habilidades socioemocionais para serem promotores do desenvolvimento destas nos alunos (SANTOS; PRIMI, 2014).

Nesse contexto, novas demandas surgem para o trabalho docente, de modo que a formação continuada de professores tem se proposto a capacitar esse profissional para, além de acessibilizar o conteúdo disciplinar, desenvolver em seus alunos as habilidades socioemocionais. Contudo, o adoecimento docente é tema recorrente em pesquisas e no cotidiano, nas matérias jornalísticas e entre nossos pares, o que nos leva a questionar como o

¹ Mestranda do Curso de Pós-graduação em Educação da Universidade Estadual do Ceará - UECE, suzannerocha.b@gmail.com;

² Doutorando do Curso de Pós-graduação em Educação da Universidade Estadual do Ceará - UECE, arturbrunofo@gmail.com;

³ Doutora em Ciências da Educação pela Universidade Santiago de Compostela, anaignezbelem@gmail.com
(83) 3322.3222

modelo atual de formação de professores tem lidado com as emoções e quais os espaços propostos para trabalhar tais aspectos.

Assim, procura-se responder à seguinte pergunta: o que deveria ser contemplado na formação de professores para que aconteça a promoção de saúde emocional? Para tanto, realizou-se uma revisão sistemática de literatura de artigos do banco de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), com o objetivo principal de compreender quais as bases teóricas que sustentam o conceito de saúde emocional nas estratégias vigentes, mas também de analisar o que tem sido apontado nas pesquisas sobre a relação entre a saúde emocional, formação e trabalho docente e discutir os impactos de tais relações para a promoção de saúde emocional na prática docente.

Desta forma, o presente trabalho constitui – se como uma etapa importante, orientativa, dando possibilidade para que novos espaços de promoção de saúde emocional sejam efetivados de modo a atender às necessidades afetivas e cognitivas dos professores de modo integral.

METODOLOGIA

Optou-se pela pesquisa bibliográfica, pois a mesma visa trazer subsídios para o conhecimento sobre o que foi pesquisado, como e sob que enfoque e/ou perspectivas foi tratado o assunto apresentado na literatura científica (BOCCATO, 2006). Por isso, atende bem aos objetivos apresentados na seção anterior.

A pesquisa foi realizada ao longo do primeiro semestre de 2018, sendo utilizados os descritores “professor”, “emoções” e “saúde emocional” com as seguintes combinações: *professor AND emoções*, *professor AND saúde emocional*. Fez – se a tentativa de outros descritores, como *desenvolvimento emocional* e *formação de professores*, combinados com aqueles já ditos, mas não obteve-se a amplitude de trabalhos condizente para a realização de uma pesquisa bibliográfica. Portanto, os descritores utilizados abrangem as pesquisas fornecidas por aqueles excluídos, além de apresentarem novos trabalhos.

O portal de periódicos da CAPES foi o repositório onde a pesquisa aconteceu. Foram analisados artigos revisados por pares dos últimos 10 anos em qualquer língua. A opção pelos artigos revisados por pares se dá pela garantia de terem sido submetidos à rigorosa avaliação, o que dá maior confiabilidade às informações produzidas.

Ao todo, foram encontradas 574 pesquisas a partir da utilização da combinação de descritores *professor AND emoções* e 548 pesquisas com a combinação de descritores

professor AND saúde emocional. Retirou-se os trabalhos que se referiam ao contexto do Ensino Superior, mas foram incluídos aqueles referentes à formação inicial de professores; não foram escolhidos trabalhos que falavam de habilidades, competências e desenvolvimento docentes de um modo geral, não se referindo propriamente às emoções; Foram excluídos trabalhos que se remetessem a aspectos emocionais de crianças na perspectiva dos professores.

É importante considerar que se evitou a utilização do descritor *saúde mental*, pois uma breve tentativa do seu uso trouxe pesquisas que abordavam o adoecimento docente, algo que foge da proposta da pesquisa: investigar o que se tem apontado sobre a promoção de saúde emocional dos professores. Algumas pesquisas, no entanto, trazem a discussão sobre a Síndrome de *Burnout*. Estas foram escolhidas porque há uma forte discussão sobre que fatores provocam exaustão emocional dos professores, dado importante para a presente pesquisa, pois ajuda a pensar em estratégias de superação desses fatores.

Inicialmente foi feita a leitura dos resumos para a seleção dos trabalhos. Logo após, foi procedida uma leitura na íntegra a fim de colher os dados mencionados nas tabelas a seguir, bem como o que as pesquisas apontam no âmbito de propostas de promoção de saúde emocional dos professores.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No quadro a seguir são apresentados os trabalhos encontrados a partir da conexão de diferentes descritores.

QUADRO 1 – Trabalhos com descritores *professor AND emoções*.

Título	Autores	Ano	Objetivo	Metodologia	Principal referencial teórico
Fortalecimiento de las habilidades emocionales de los educadores: interacción en los ambientes virtuales.	Chiappe, Andrés; Cuesta, Jenny Consuelo	2013	Mostrar los resultados de una investigación acerca del fortalecimiento de la inteligencia emocional de los profesores.	Naturaleza cualitativa, desarrollada como un estudio de caso.	Inteligência emocional

Development and evaluation of psychometric properties of an inventory of teachers' perceptions on socio-emotional needs.	Moreira, Paulo A. S. et al.	2013	Avaliar as características psicométricas de um instrumento de avaliação das percepções dos professores acerca das suas necessidades na promoção das competências sociais e emocionais	Pesquisa qualitativa: uso de um inventário de percepção dos professores.	Habilidades socioemocionais
La gustatividad en la formación docente: un fenómeno afectivo emergente.	Neta, Nair Floresta Andrade.	2016	Evaluar la influencia de las emociones y sentimientos en la formación de profesores de Español como Lengua Extranjera.	Naturaleza cualitativa: entrevistas individuales e focalizadas de grupo. Análise con el apoyo del Análisis de Contenido.	Teoria das emoções de viés biologicista e organicista (Maturana, Damásio)..
Considerations on affectivity in teaching relations: Vygotsky's contributions.	Falabelo, Raimundo Nonato de Oliveira.	2015	Presentar conclusiones de un estudio sobre la cuestión afectiva en una perspectiva interrelacional con la cognición, como una misma unidad, que es la vida psíquica humana, lo que significa concebir que el afecto está presente y es constitutivo de toda y cualquier acción humana.	Ensaio	Perspectiva Histórico-Cultural das emoções
O paradigma emergente da educação: o professor como mediador de emoções.	Arruda, Marina Patrício.	2012	Refletir e atualizar o conceito de mediação que, minado por incertezas e opacidade, requer um novo exercício de compreensão, de	Ensaio	Teoria das emoções de Maturana.

			modo a favorecer a renovação da nossa capacidade de agir e educar.		
--	--	--	--	--	--

Fonte: elaboração própria.

QUADRO 2 - Trabalhos com descritores *professor AND saúde emocional*.

Título	Autores	Ano	Objetivo	Metodologia	Principal referencial teórico
Trabalho do Professor, Indicadores de Burnout, Práticas Educativas e Comportamento dos Alunos: Correlação e Predição.	Silba, Nilson Rogério da et al.	2015	Correlacionar e prever as variáveis: condições de trabalho do professor, indicadores de burnout, práticas educativas do professor e o repertório de habilidades sociais e de problemas de comportamento dos alunos.	Pesquisa quantitativa: utilização de questionários com dados analisados a partir de estatística descritiva	Síndrome de Burnout.
Compreendendo a questão da saúde dos professores da Rede Pública Municipal de São Paulo.	Simplício, Sandra Dias; Andrade, Márcia Siqueira de.	2011	Compreender questão da saúde do professor, relacionando-a a vida profissional.	Pesquisa qualitativa: questionário e entrevista com dados analisados a partir da análise de conteúdo.	Síndrome de Burnout.
Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores	Batista, Jaqueline Brito Vidal.	2010	Avaliar a prevalência da Síndrome de <i>Burnout</i> nos professores da primeira fase do Ensino	Pesquisa quantitativa: utilização de questionários com dados analisados no programa	Síndrome de Burnout.

de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB.			Fundamental das escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB, e sua relação com as variáveis sociodemográficas e laborais.	SPSS.	
A atividade do trabalho como meio para a manutenção da saúde docente: uma perspectiva ergológica.	Júnior, Paulo Roberto Vieira; Santos, Eloisa Helena.	2011	Descobrir quais as estratégias utilizadas por docentes para manutenção da saúde.	Pesquisa qualitativa: entrevista, fonte documental.	Referencial Ergológico de Yves Schwartz e Compreensão de saúde de Canguilhem.
Trabalho e adoecimento do professor da educação básica no interior da Bahia.	Eugênio, Benedito; Souza, Raquel; Lauro, Angela dias Di.	2017	Apresentar os resultados de pesquisa exploratória acerca da saúde e do adoecimento docente em um município do interior do Estado da Bahia	Qualitativa: questionário e entrevista.	O mal-estar docente (ESTEVE, 1999).
Qualidade de vida de docentes do ensino fundamental de um município brasileiro.	Silveira, Rodrigo Eurípedes da, et al.	2011	Avaliar a Qualidade de Vida de professores dos períodos diurno e noturno de uma instituição municipal de ensino em Uberaba, Minas Gerais, Brasil, através do questionário <i>Short Form-36</i> .	Pesquisa quantitativa: questionário.	Qualidade de vida
Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados	Carlotto, Mary Sandra.	2011	Identificar a prevalência da Síndrome de Burnout em 882 professores de escolas da região metropolitana de Porto Alegre-RS.	Pesquisa quantitativa: questionário com dados analisados pelo SPSS.	Síndrome de Burnout
Sentido de	Damáσιο,	2013	Avaliar os índices	Pesquisa	Sentido de vida

Vida, Bem-Estar Psicológico e Qualidade de Vida em Professores Escolares.	Bruno Figueiredo; Melo, Rômulo Lustosa Pimenteira de; Silva, Joilson Pereira da Silva.		de sentido de vida (SV), de bem-estar psicológico (BEP) e de qualidade de vida (QV) em uma ampla amostra de professores escolares, e observar como o SV poderia atuar como variável moderadora da relação entre o BEP e a QV geral.	quantitativa: questionários, com dados analisados pelo PASW.	– Logoterapia (Vitor Frankl, 1978)
Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil.	Pereira, Érico Felden; Teixeira, Clarissa Stefani; Lopes, Adair da Silva.	2013	Investigar a percepção de qualidade de vida e a contribuição dos domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente para a qualidade de vida geral de professores de educação básica do município de Florianópolis (SC).	Pesquisa quantitativa: questionário.	Síndrome de Burnout
Percepções de professores sobre trabalho docente e repercussões sobre sua saúde.	Meira, Thiago Raphael Martins, et al.	2014	Analisar as percepções de professores sobre o trabalho docente e as repercussões em sua saúde.	Pesquisa qualitativa: grupo focal. Análise dos dados através da Análise de Conteúdo.	Não definido
O contexto da docência e sua influência no sofrimento psíquico de professores do ensino fundamental.	Brasil, Christina Cesar Praça et al.	2016	Identificar as causas do sofrimento psíquico referidas por professoras do ensino fundamental.	Pesquisa qualitativa: grupo focal. Análise dos dados através da Análise de Conteúdo.	Não definido

Afectividad y promoción de la salud en la escuela: construcción de significados por el maestro.	Batista, Maxmiri a Holanda, et al.	2016	Comprender la afectividad y la promoción de la salud en la escuela a través de la construcción de significados por el maestro.	Pesquisa qualitativa: mapas afetivos.	Afetividade (Sawaia; Lane, 1994).
---	------------------------------------	------	--	---------------------------------------	-----------------------------------

Fonte: elaboração própria.

A partir do quadro apresentado, é possível depreender que a maioria dos trabalhos foram publicados no intervalo de 2008 a 2015. A partir disso, é possível ver que uma discussão mais atual precisa ser realizada, tendo em vista que a realidade educacional é dinâmica e passa por constantes mudanças em termos de determinações legais a cada ano.

A respeito da metodologia e utilização de instrumentos de coleta de dados, é possível identificar que a maioria das pesquisas, independente de ser qualitativa ou quantitativa, fazem uso de questionários, o que pode evidenciar uma tendência existente em pesquisas cuja temática é saúde.

Além disso, é importante referir que, em termos de aporte teórico, observamos uma diferenciação a partir dos trabalhos colhidos com os descritores *professor AND emoções* e com os descritores *professor AND saúde emocional*. Com os primeiros, os aportes teóricos fazem menção a diferentes teorias das emoções. Já com os outros, aparecem, em demasia, aportes teóricos sobre saúde mental e qualidade de vida, sendo os teóricos que discutem a Síndrome de Burnout os mais utilizados.

Caracterização da profissão docente e da escola na contemporaneidade

Algumas pesquisas evidenciam exigências que a realidade da profissão docente e da escola lançam aos professores. Falabelo (2015) discute a relação entre as condições de trabalho e os aspectos emocionais do professor, no sentido de que aquelas não podem ser negligenciadas em se tratando de emoções. Ou seja, os aspectos emocionais não podem ser compreendidos separados de todo o contexto histórico-cultural, isto é, das próprias condições em que o ensino acontece. Ainda nesse viés, Batista et al (2010) confirma a correlação entre as condições de trabalho dos professores e o sentimento de esgotamento emocional. A pesquisa de Arruda (2012) aborda que o trabalho docente é uma resposta à realidade contemporânea, cujas relações sociais se apresentam cada vez mais complexas. Nesse sentido, o professor deve ser um mediador de emoções.

Chiappe e Cuesta (2013) elencam uma séria de exigências, no que se refere ao desenvolvimento de competências que a atual configuração da profissão docente lança aos professores, tais como tomada de decisões oportunas e acertadas, comunicação assertiva, afetiva e efetiva, solução de conflitos de maneira criativa e exitosa, cooperação e trabalho em equipe. Para desenvolver essas competências, é importante que o professor fortaleça sua inteligência emocional.

Esses autores sustentam que a inteligência emocional se constitui num fator de especial relevância, sendo entendida como um conjunto de habilidades que o educador deve aprender a administrar por duas razões: as aulas evidenciam um modelo socioemocional adulto de grande impacto; adequados níveis de inteligência emocional ajudam a encarar com maior êxito os contratempos cotidianos e o estresse laboral que os docentes enfrentam no contexto educativo atual. Identificar, compreender e regular as emoções gera repercussões nos processos de aprendizagem, na saúde física dos professores, na qualidade das relações interpessoais que sustenta e em seu rendimento acadêmico e laboral.

Batista et al (2010), Carlotto (2011), Brasil et al (2016) e Eugênio, Souza e Lauro (2017) relacionam as condições de trabalho e o esgotamento emocional dos professores. Carlotto (2011) traz aspectos do trabalho docente que repercutem para esse esgotamento, uma vez que é marcado por inúmeros estressores psicossociais com reduzida amplitude de atuação de trabalho, as tarefas de alto nível são transformadas em rotinas, há menos tempo para executar o trabalho, para atualização profissional, lazer e convívio social, bem como escassas oportunidades de trabalho criativo. O professor tem sido menos profissional e mais técnico.

A sobrecarga de trabalho se constitui num dos aspectos mais abordados pelas pesquisas. Ela leva a um maior desgaste emocional (CARLOTTO, 2011; BATISTA et al, 2010; MEIRA et al, 2014), com baixa qualidade de vida (SILVEIRA et al, 2011; PEREIRA; TEIXEIRA; LOPES, 2013) e com comprometimento na saúde mental (BRASIL et al, 2016; EUGÊNIO; SOUZAS; LAURO, 2017).

Outros fatores característicos da profissão docente e da atual configuração da escola que repercutem num desgaste emocional, distanciamento, baixa realização profissional e baixa qualidade de vida são as condições espaciais e materiais da escola, a violência (MEIRA et al, 2014; BRASIL et al, 2016; EUGÊNIO; SOUZAS; LAURO, 2017), a elevação do número de alunos atendidos diariamente (CARLOTTO, 2011; BRASIL et al, 2016; EUGÊNIO; SOUZAS; LAURO, 2017), indisciplina e falta de interesse dos alunos (MEIRA et al, 2014; EUGÊNIO; SOUZAS; LAURO, 2017) desvalorização salarial e profissional (PEREIRA; TEIXEIRA; LOPES, 2013; MEIRA et al, 2014), o pouco incentivo para

educação continuada, pressão organizacional por parte da escola (MEIRA et al, 2014) e o maior tempo de magistério (PEREIRA; TEIXEIRA; LOPES, 2013). Este último fator também foi apontado na pesquisa de Batista et al (2010) em que distanciamento, desmotivação e endurecimento afetivo, aparecem em profissionais com mais de vinte anos de trabalho.

A escola pública também é discutida por alguns autores como geradora de impactos na saúde emocional do professor. Carlotto (2011) evidencia que professores atuantes em escolas públicas apresentam maiores médias nas três dimensões da Síndrome *Burnout* relacionadas a diversos estressores, alguns típicos da natureza da função exercida, outros provenientes do contexto institucional e social. Sobre o contexto da escola pública brasileira, Pereira, Teixeira e Lopes (2013) verificaram que este se constitui numa das variáveis que se associam aos baixos escores na avaliação da qualidade de vida dos professores. As professoras que participaram da pesquisa de Brasil et al (2016) apresentam a necessidade de serem ouvidas em seus anseios, dificuldades, desilusões com a profissão. Referem que um profissional de psicologia faz falta no ambiente escolar.

Todos esses fatores demonstram que as condições objetivas do meio repercutem em demasia no trabalho docente. Essa ideia nos leva a entender que um trabalho voltado para a qualidade de vida dos professores não deve ser resumido a trabalhos com suas habilidades, capacidades e destrezas. Deve também levar em consideração as condições reais e concretas que contextualizam seu trabalho.

Aspectos afetivos e relacionais nas produções sobre saúde emocional docente.

A importância das relações estabelecidas entre professores e seus pares, alunos e gestão para a manutenção e promoção de saúde emocional dessas pessoas, do seu bem estar, qualidade de vida, vitalidade, capacidade funcional também foi um dado apresentado em diversas pesquisas (SILVEIRA et al, 2011; SIMPLÍCIO; ANDRADE, 2011; PEREIRA; TEIXEIRA; LOPES, 2013; SILBA et al, 2015; BRASIL et al, 2016; EUGÊNIO; SOUZAS; LAURO, 2017). Portanto, quando essas relações não são positivas, a saúde emocional fica comprometida.

Silba et al (2015), discute que a saúde emocional do professor interfere na relação com o aluno, de modo que, quando tal aspecto não vai bem para o professor, este provavelmente não estabelecerá uma boa interação com os alunos. Assim, Silba et al (2015) encontra, em seus estudos, uma correlação entre exaustão emocional, despersonalização e práticas negativas do professor. Isto pode prejudicar a preparação e o planejamento da aula, diminuição ou perda da motivação, criatividade, empatia, gerando um processo de

distanciamento do aluno. Tal distanciamento pode significar uma defesa para evitar mais exaustão emocional.

Sobre a relação com a gestão, Silba et al (2015) e Brasil et al (2016) apontam que as relações com esta e seus pares também são importantes fatores apontados como influenciadores da saúde emocional. Brasil et al (2016) evidencia que a relação com a gestão pode contribuir para o desgaste docente. Além disso, dificuldades no relacionamento interpessoal, na interação social, principalmente com os pares da atividade profissional, no lidar com as emoções e a necessidade de expor o que acontece subjetivamente foram alguns aspectos descritos pelas professoras participantes do referido estudo, como algo que, muitas vezes, as leva a um adoecimento psíquico.

A realização pessoal e profissional foi outro elemento encontrado nas pesquisas como um indicador de saúde emocional. Batista et al (2010), Carlotto (2011), Simplício e Andrade (2011), Silba et al (2015) apontam para uma diminuição da realização profissional dos professores participantes das pesquisas, vinculando esse dado à maior probabilidade de adoecimento deles. Essas pesquisas discutem os aspectos emocionais da profissão docente dentro de uma perspectiva focada na patologia.

Os relatos das professoras da pesquisa de Simplício e Andrade (2011) também apontam para a desilusão com o trabalho docente, pois a expectativa de que seriam realizadas, em inúmeros casos, não foi confirmada. Aos poucos, os professores se dão conta de que entraram numa realidade em que não podem demonstrar vontade própria, podendo agir com passividade, sofrer prejuízos em sua criatividade e não reconhecer a si e nem ao outro. Produz-se assim, um processo de despersonalização do sujeito, uma das marcas da Síndrome de *Burnout*.

Também é relevante que pesquisas remeteram o adoecimento docente ao comprometimento do processo de ensino e aprendizagem. Batista et al (2010) e Carlotto (2011) referem que os resultados obtidos em seu estudo apontam para a possibilidade da Síndrome de *Burnout* encontrar-se em curso. Consideram que os resultados preocupam, visto que os professores pesquisados estão em pleno exercício funcional, agravando o quadro com prejuízos na qualidade do trabalho, com consequências importantes na relação ensino-aprendizagem.

Damásio, Melo e Silva (2013) refletem que professores com menores índices de bem-estar psicológico apresentarão, também, um déficit significativo na sua produtividade laboral, que repercute diretamente na qualidade da educação. Chiappe e Cuesta (2013) acreditam que a inteligência emocional é primordial para a aprendizagem e desenvolvimento dos alunos, de

modo que os professores precisariam ir além do ensino do conteúdo. Essa ideia também é defendida por Arruda (2012), segundo o qual o acesso aos conteúdos é insuficiente, sendo essencial a mediação de emoções.

Ações a serem desenvolvidas junto aos professores

Pesquisas abordam a importância de se realizar ações junto aos professores para garantir e promover saúde emocional. Damásio, Melo e Silva (2013) refletem sobre a necessidade de se olhar atentamente para a saúde dos docentes em todo o Brasil a partir do estudo e elaboração de estratégias preventivas e protetivas à saúde do professor, ideia pactuada por Júnior e Santos (2011). Trata-se de uma preocupação a nível individual e social. Para isso, seria necessário buscar compreender quais são os principais aspectos pessoais que podem servir como fatores de proteção à saúde dos trabalhadores, além da detecção dos riscos, para que se possa pensar em estratégias preventivas e protetivas utilizando como base as capacidades do próprio sujeito.

Em suas conclusões, Silba et al (2015) refletem sobre a necessidade de programas de intervenções com os professores, seja em benefício da sua própria saúde ou no desenvolvimento de estratégias de intervenção junto aos alunos, com benefício para ambos. Pereira, Teixeira e Lopes (2013) também falam da necessidade de investimentos na saúde e qualidade de vida destes profissionais no decorrer de sua carreira visto que não é raro observar professores “desencantados” após alguns anos de trabalho. Tais estudos ressaltam, portanto, novas frentes de atuação junto a professores, que não aquelas voltadas para o conteúdo, metodologias e didática, como as encontradas nos momentos formativos.

Silveira et al (2011) refletem sobre a importância do professor ser capacitado para cuidar de si e agir em conjunto para a promoção da qualidade de vida. Com isso, deve utilizar o espaço da escola para possibilitar transformações individuais e sociais. As estratégias apontadas para o enfrentamento das frustrações e situações estressantes devem incluir: atividades de relaxamento; organização de tempo e prioridades; dieta balanceada acompanhada de atividade física; compartilhamento de vivências e discussão das dificuldades com colegas e direção da escola; além de buscar auxílio profissional na medicina convencional ou terapias alternativas, quando julgar necessário.

A escola também tem um papel importante nisso, pois devem envolver os professores nas tomadas de decisão que busquem melhorias, sejam estas estruturais, organizacionais ou na interação entre os diferentes atores daquela realidade. Meira et al (2014) referem que os

professores abordam a necessidade de mudança no ambiente de trabalho visando a manutenção e promoção de sua saúde. Uma ação preventiva por parte da escola é sugerida.

Aponta-se para a possibilidade dos espaços formativos de professores se constituírem como *locus* de desenvolvimento emocional a fim de promover saúde. Muitas pesquisas tecem discussões sobre a formação de professores seguindo esse aspecto. À título de exemplo, alguns professores, como os da pesquisa de Damásio, Melo e Silva (2013), possuem reduzida capacidade de enfrentar as dificuldades e desafios do ambiente escolar, precisando por isso, de um trabalho de mediação para eu consiga superar esses entraves. Desse modo, se justifica uma intervenção junto a esses professores para que se potencialize seu poder de ação.

Brasil et al (2016) ratifica a importância de tempo ou serviços especializados para que os docentes possam participar de grupos de reflexão, o que poderia auxiliá-las a lidar com esse cenário comprometedor da saúde mental e qualidade de vida. O referido autor considera que a promoção da saúde dos professores é fato essencial para o avanço das estratégias de empoderamento dessa população, visando o enfrentamento das condições geradoras de sofrimento psíquico, o que perpassa as ações de educação em saúde, a ampliação do acesso à informação, o apoio emocional, os ajustes estruturais e organizacionais, além da melhoria das relações interpessoais. Aborda também que o docente precisa ser reconhecido e valorizado, devendo ser visto não apenas como um “instrumento de trabalho”, mas como uma pessoa em sua complexidade.

Demonstrando que a atual formação de professores é insuficiente para dar conta dos desafios da profissão, Carlotto (2011) discute que a baixa realização profissional encontrada entre os participantes de sua pesquisa se deve à preparação insuficiente para a prática de trabalho docente. A formação contempla de forma intensiva questões pedagógicas, deixando, em segundo plano, questões relacionadas ao contato interpessoal e gestão grupal.

Chiappe e Cuesta (2013), trazendo a perspectiva teórica da inteligência emocional e das competências socioemocionais, discutem que, muitas vezes, as competências afetivas e emocionais não são tidas como importante para os professores e defendem a ideia de que essas habilidades, as quais o professor deve incentivar nos estudantes, também deveriam ser ensinadas, integrando-as a sua prática pedagógica.

Moreira (2013) discute que os professores são agentes cruciais para a eficácia de programas e estratégias de promoção de habilidades sociais e emocionais na escola. Desse modo, a compreensão das dificuldades dos professores em nível de promoção de competências socioemocionais é um aspecto central para o preparo efetivo de docentes.

Então, tanto Chiappe e Cuesta (2013) quanto Moreira (2013) defendem que os professores precisariam ser formados para promoverem, em seus alunos, as competências ou habilidades socioemocionais. De acordo com os autores, para atender a essa necessidade, é imprescindível que mudanças aconteçam nos professores formativos, pois estes não estão preparados para ajudar o professor a encarar os desafios da sociedade atual, incluindo o funcionamento socioemocional das crianças.

Esse posicionamento é corroborado por Arruda (2012), segundo o qual o professor deve se constituir como mediador de conflitos e emoções, incorporando uma prática na qual o diálogo, a escuta, o respeito às diferenças e às emoções indicam a possibilidade de inverter a lógica de uma prática “de transmissão de conhecimento e prescritiva”, objetiva e autoritária, para outra construída na perspectiva da relação. Por isso o professor precisa aprender a atuar captando paixões, angústias, medos ou alegrias. No entanto, é pouco provável que o professor consiga aprender sozinho, ou somente com a prática sem reflexão.

Andrade Neta (2016) expõe a importância das emoções para a interação humana, essencial no processo educativo, mas denuncia que o funcionamento desse sistema comunicativo tem sido ignorado, de modo que um número significativo de currículos de formação de professores demonstra pouca ou nenhuma atenção aos aspectos emocionais. A referida autora ilustra essa deficiência a partir dos resultados da sua pesquisa, os quais apresentam professores com dificuldade de identificar seus afetos e os de outros.

Além de ratificarem a importância de trabalhos a serem feitos junto aos professores com o objetivo de promover saúde emocional, as pesquisas abordam experiências concretas realizadas junto a professores. A pesquisa de Chiappe e Cuesta (2013) se deu no âmbito de uma formação continuada de professores que ocorre a distância por meio de um Ambiente Virtual de Aprendizado (AVA). Então, os autores se utilizaram de um espaço que já existe para desenvolverem sua pesquisa sobre os aspectos emocionais dos professores.

Através do AVA, foi possível desenvolver foros de discussão, diversas atividades de autoavaliação e atividades diagnósticas para melhorar autoconhecimento. Os professores puderam manifestar uma maior consciência de suas emoções e de como isso poderia contribuir para favorecer um clima saudável em sua vida pessoal e laboral. Além disso, as interações promovidas pelos fóruns criados possibilitaram aos participantes se relacionarem, compartilharem e contribuírem com uma diversidade de ideias, experiências e opiniões com relação a uma mesma situação problemática dada. O desenvolvimento da inteligência emocional se deu a partir dessa troca, pois estas fomentaram o pensamento reflexivo, a criatividade, a resolução de problemas e a tomada de consciência sobre as próprias emoções.

A pesquisa de Andrade Neta (2016) também foi realizada no âmbito da formação de professores. Apesar dos docentes participantes da pesquisa apresentarem dificuldade de identificar afetos, conseguiram identificar mais facilmente em si mesmos, em seus companheiros e em seus professores um elemento que remete a uma emoção emotiva, a *gustatividade*, termo em espanhol cujo significado mais próximo em português é afinidade. Gostar ou não gostar das aulas, do professor e do assunto são expressões que apareceram com muita frequência. Então, *gustatividade* é um fenômeno afetivo de grande relevância no processo de formação docente, seja como aprendizes, professores em formação ou professores formadores, tornando-o mais significativo na medida em que corrobora para as relações intrapessoal e interpessoal.

Estratégias para lidar com os fatores promotores de adoecimento.

Júnior e Santos (2011) constataram que os participantes de sua pesquisa, os “professores saudáveis”, são profissionais que vivenciam problemas no ambiente escolar, mas apresentam enfrentamentos: a) em relação aos cuidados com a voz denotam bom nível de informação e uso de estratégias preventivas; b) em sua maioria praticam esportes e atestam ter práticas de lazer para combate ao estresse; c) consideram-se afetivos, compreensivos, amigos e preocupados com a formação integral dos discentes; d) possuem autoestima elevada, reconhecem a importância da atividade que desenvolvem e igualmente a relevância social do trabalho que desempenham; e) esforçam-se para não serem privados da vida social. Ademais, enfatizaram possuir liberdade para criar e recriar sua atividade a cada dia.

Esses autores também verificaram que os “professores saudáveis” ainda: a) realizam tanto atividades individuais quanto em pequenos grupos, como recurso para minimizar os desgastes físicos e preservar a voz; b) sabem lidar com a indisciplina; c) consideram que o número de 30 alunos em sala não interfere na atividade planejada; d) afirmaram que a espiritualidade os auxilia na realização da atividade docente; e) utilizam filmes, aulas livres, momentos de recreação e dinâmicas para tornar a atividade docente menos impactante para si e para aos alunos; f) confirmaram mudar constantemente as atividades docentes em sala de aula em função de alguma demanda dos alunos (sexualidade, uso de drogas, violência, etc.).

No tocante às normas prescritas, os “professores saudáveis” são aqueles que: a) inicialmente assumem posturas reativas, principalmente quando as tarefas são impostas; b) por outro lado, ao compreenderem que as normas possuem caráter facilitador para desenvolvimento das atividades docentes, mostram comprometimento; c) evidenciaram aptidão ao debate de normas e transformação das normas antecedentes; d) afirmaram ter

períodos de cansaço e nervosismo, mas desenvolvem estratégias para combatê-los; e) confirmaram que suas crenças, valores e escolhas interferem em suas decisões cotidianas singulares para desvencilhar-se delas.

No entanto, o artigo não põe em pauta aspectos como relacionamento com a gestão, espaço escolar propício ao desenvolvimento de atividades, relacionamento com a comunidade do entorno da escola, aspectos importantes que podem corroborar com o bom desenvolvimento do trabalho docente e, por sua vez, com sua saúde emocional.

Batista et al (2016) expõem que as professoras participantes da pesquisa revelam afetos positivos a respeito de sua relação com a escola: amizade, companheirismo e unidade, considerados importantes para que a escola seja vista com um lugar prazeroso e para a garantia da aprendizagem dos alunos. Contudo, não se reconhecem, no que se refere à profissão, como pessoas necessitadas de saúde e bem-estar e com oportunidades para participar em ações destinadas a promover sua saúde. Além disso, elas não se percebem protagonistas na construção de um ambiente educativo que promova sua própria saúde, apesar de verem a importância desses projetos de promoção de saúde.

Aqui há uma visão diferente do que a maioria dos trabalhos traz, mas é possível expor que o aspecto que promove saúde na escola é o próprio modo como as relações se dão nesse espaço. Inclusive, a troca de experiências, o desabafo proporcionados por essas relações são alternativas buscadas pelos professores da pesquisa de Batista et al (2016) para o enfrentamento dos problemas. Para elas essa estratégia funciona como “válvula de escape”, como forma de reduzir a tensão emocional e aprender com as profissionais mais experientes, na tentativa de lidar com a indisciplina dos alunos, com a desvalorização da profissão, com as agressões que sofrem de pais, alunos e gestores, além das condições ambientais adversas. Esse dado revela a necessidade que essas profissionais sentem de serem ouvidas e amparadas.

Diante da revisão destes estudos, observou-se a confirmação de uma tendência já apontada por Soares e Martins (2017) a respeito da literatura científica sobre a saúde do professor:

[...] uma grande parcela composta por estudos ergométricos descritivos que enfocam especialmente o desgaste e o estresse e, via de regra, relacionam o desgaste, o mal-estar e o adoecimento físico e mental dos professores às condições inadequadas, ao ritmo acelerado e ao volume exacerbado de trabalho exigido no cumprimento de suas atividades (SOARES e MARTINS, 2017, p. 45)

De fato, a maioria das pesquisas aqui apresentadas ressaltam o “desgaste e o estresse” ou “mal-estar e adoecimento físico e mental”, relacionando-os com as “condições inadequadas” de trabalho docente.

Esses dados são compatíveis com o que se tem discutido pelos teóricos que estudam formação de professores (GARCIA, 1999; IMBERNÓM; 2007) e o trabalho docente (TARDIF; LESSARD, 2016), apesar de não se ter chegado a uma proposta bem delimitada para se trabalhar os aspectos emocionais na formação docente. Contudo, somente duas pesquisas (CHIAPPE; CUESTA, 2013; ANDRADE NETA, 2016) foram desenvolvidas tomando como campo espaços formativos. Ou seja, é mínimo o número de pesquisas que expõem dados advindos de experiências concretas.

Ainda que não haja nenhum trabalho encontrado que relate experiências cujos objetivos estão diretamente relacionados à proposição de espaços de promoção de saúde emocional, diversos dados reforçam a viabilidade de se realizar uma proposta formativa com esse objetivo. Chama atenção o número de trabalhos que abordam as questões relacionais no âmbito do trabalho docente, no sentido de que a boa relação entre todos envolvidos com o processo educacional se constitui num preditivo de saúde emocional. A má relação, ao revés, provoca desgaste emocional.

Esse dado abre perspectiva para que nos momentos formativos o aspecto relacional seja trabalhado de modo a ratificar a ideia de que “a pessoa humana se constitui em princípio, meio e fim de toda a formação” (OLIVEIRA-FORMOSINHO; FORMOSINHO, 2018, p. 26). E o humano no homem se constitui por meio de relações. Desse modo,

Cada pessoa como centro dos processos formativos, assumida nas suas semelhanças e diferenças com o outro, entendida como situada em contextos pessoais e interpessoais, em contextos educacionais e cívicos, cresce, aprende e desenvolve-se em conectividade, em relação (OLIVEIRA-FORMOSINHO; FORMOSINHO, 2018, p. 26).

A precarização do trabalho docente tem afastado o professor da humanidade marcada pela capacidade de estabelecer trocas intersubjetivas as quais geram desenvolvimento (VIGOTSKI, 2007). Muitas pesquisas demonstram isso ao exporem que professores passam por um processo de despersonalização, ou seja, têm sua atividade mecanizada e tomam uma conduta de afastamento do outro, fato que gera isolamento e embotamento afetivo.

Mediar as relações entre os pares possibilita que os docentes evidenciem em sua voz, sensações, impressões, motivações, intenções. Constitui-se, portanto, numa boa estratégia de cuidado, na medida em que se dá oportunidade de compartilhamento dos desafios e fracassos em um ambiente seguro, de ajuda mútua, livre de julgamentos.

Vigotski (2010) reflete sobre o embate que existe na relação do homem com o meio, evidenciando os efeitos de circunstâncias complexas no homem:

Outro caso ocorre quando a supremacia e a superioridade estão com o meio, quando o organismo começa a adaptar-se ao meio com dificuldade, com

excessiva tensão, e sempre iremos sentir uma discrepância entre a extrema complexidade do meio e a defensividade relativamente fraca do organismo. Nesse caso, o comportamento irá transcorrer com a máxima perda de forças, com o máximo dispêndio de energias e o mínimo efeito da adaptação. (VIGOTSKI, 2010, p. 135).

De acordo com Vigotski (2007), o desenvolvimento humano ocorre quando outra pessoa colabora com a execução das atividades que ainda não podem ser efetivadas. Por isso, ressalta-se a importância de mediadores que promovam o desenvolvimento dos sujeitos, a fim de que consigam atuar em sua realidade, ainda que esta apresente empecilhos.

O momento formativo pode não dar conta de melhorar as condições de trabalho, pois, para isso, é necessário que instâncias governamentais e a gestão educacional mobilizem esforços. No entanto, é possível ajudar na atribuição de novos sentidos ao contexto de trabalho, a fim de que este não seja visto somente como repleto de empecilhos e impossibilidades, mas também como potencial para a efetivação dos objetivos educacionais. A partir disso, mediar para que o professor consiga atuar no meio conforme as necessidades que encontra em sua prática, sendo sujeito nesse processo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão bibliográfica trouxe importantes elementos para a reflexão sobre a promoção de momentos formativos que visem o desenvolvimento da saúde emocional dos professores. Quanto à relação entre saúde emocional, formação e trabalho docente, bem como os impactos de tais relações para a promoção de saúde emocional na prática dos professores, observou – se a escassez de trabalhos que tenham se proposto a trabalhar esse aspecto, juntamente com a evidente necessidade de estabelecimento de trocas e expressão de si, o que nos mostra a relevância da promoção de um momento formativo com esse propósito.

Contudo, os artigos também apontam para aspectos importantes que ajudam a refletir sobre a configuração desses momentos formativos. O formato marcado pela possibilidade de estabelecimento de trocas intersubjetivas parece ser potencializador de mudanças no professor e em sua prática. Desta forma, acredita-se que o aspecto relacional deve ser um dos principais pontos a ser trabalhado num momento formativo que objetive a saúde emocional, visto que é central na concretização da prática docente. Além desse, os sentidos sobre as condições de trabalho e da própria profissão se constituem num importante aspecto para que o professor dinamize sua atividade e não se paralise diante das barreiras estruturais.

Busca-se ampliar a pesquisa bibliográfica de trabalhos inserindo teses e dissertações, que se constituem de fontes bibliográficas atualizadas ainda não produzidas em formato de artigo. Tal ampliação pode trazer novas perspectivas sobre as experiências formativas que já incluem espaços para trabalhar emoções e relacionamentos dos professores, ainda que estas sejam ações pontuais. Além disso, pesquisas teóricas mais robustas sobre o tema servem como aporte para a proposição de práticas que podem contribuir para as políticas de formação docente.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE NETA, Nair Floresta. La gustatividad en la formación docente: un fenómeno afectivo emergente. **REDIE**, Ensenada, v.18, n. 2, p. 92-104, 2016. Disponible en <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412016000200007&lng=es&nrm=iso>. accedido en 13 agosto 2018.
- ARRUDA, Marina Patrício. O paradigma emergente da educação: o professor como mediador de emoções. *ETD – Educ. temat. digit.*, Campinas, SP, v.14, n.2, p. 290-303, jul./dez. 2012.
- BATISTA, Jaqueline Brito Vidal et al . Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Rev. bras. epidemiol.**, São Paulo , v. 13, n. 3, p. 502-512, Sept. 2010. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2010000300013&lng=en&nrm=iso>. access on 13 Aug. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2010000300013>.
- BATISTA, Maxmiria Holanda, et al. Afectividad y promoción de la salud en la escuela: construcción de significados por el maestro. **Rev. Bras. Promoç. Saúde**, Fortaleza, v. 29; n.3, p. 390-398, jul./set., 2016.
- BOCCATO, V. R. C. Metodologia da pesquisa bibliográfica na área odontológica e o artigo científico como forma de comunicação. **Rev. Odontol. Univ.** Cidade São Paulo, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 265-274, 2006.
- BRASIL, Christina Cesar Praça et al. O contexto da docência e sua influência no sofrimento psíquico de professores do ensino fundamental. **Rev. Bras. Promoç. Saúde**, Fortaleza, v. 29, n. 2, p. 180-188, abr./jun., 2016
- CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília , v. 27, n. 4, p. 403-410, Dec. 2011. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722011000400003&lng=en&nrm=iso>. access on 13 Aug. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>.
- CARVALHO, R. S.; SILVA, R. R. D. Currículos socioemocionais, habilidades do século XXI e o investimento econômico na educação: as novas políticas curriculares em exame. **Educar em Revista**, v. 63, p. 173-190, 2017.
- CHIAPPE, Andrés; CUESTA, Jenny Consuelo. Fortalecimiento de las habilidades emocionales de los educadores: interacción en los ambientes virtuales. **Educ. Educ.** v. 16, n. 3, p. 503-524, 2013.
- DAMÁSIO, Bruno Figueiredo; MELO, Rômulo Lustosa Pimenteira de; SILVA, Joilson Pereira da Silva. Sentido de Vida, Bem-Estar Psicológico e Qualidade de Vida em Professores Escolares. **Paidéia**, v. 23, n. 54, p.73-82, jan.-abr. 2013.

EUGÊNIO, Benedito; SOUZAS, Raquel; LAURO, Angela Dias Di. Trabalho e adoecimento do professor da educação básica no interior da Bahia. **Laplage em Revista**, Sorocaba, v.3, n.2, p.179-194, mai.- ago. 2017.

FALABELO, Raimundo Nonato de Oliveira. Considerations on affectivity in teaching relations: Vygotsky's contributions. **Acta Scientiarum. Education**, Maringá, v. 37, n. 4, p. 391-399, Oct.-Dec., 2015.

LIMA, Deyseane; BOMFIM, Zulmira; PASCUAL, Jesus. Emoção nas veredas da Psicologia Social: reminiscências na filosofia e psicologia histórico-cultural. **Psicologia Argumento**, v. 27, n. 58, p. 231-240, 2009.

MEIRA, Thiago Raphael Martins et al. Percepções de professores sobre trabalho docente e repercussões sobre sua saúde. **Rev. Bras. Promoç. Saúde**, Fortaleza, v. 27, n. 2, p. 276-282, abr./jun., 2014.

MOREIRA, Paulo A. S. et al. Development and evaluation of psychometric properties of an inventory of teachers' perceptions on socio-emotional needs. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre, v. 26, n. 1, p. 67-76, 2013.

PEREIRA, Érico Felden; TEIXEIRA, Clarissa Stefani; LOPES, Adair da Silva. Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC. **Brasil. Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 7, p. 1963-1970, July 2013. Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013000700011&lng=en&nrm=iso. access on 13 Aug. 2018.

SANTOS, D.; PRIMI, R. Desenvolvimento socioemocional e aprendizado escolar: uma proposta de mensuração para apoiar políticas públicas. Relatório sobre resultados preliminares do projeto de medição de competências socioemocionais no Rio de Janeiro. São Paulo: OCDE, SEEDUC, Instituto Ayrton Senna, 2014.

SAVIANI, Dermeval. **Pedagogia histórico-crítica**: Primeiras aproximações, 5ª ed. São Paulo: Autores Associados, 1995.

SILVA, Nilson Rogério da et al. O Trabalho do Professor, Indicadores de Burnout, Práticas Educativas e Comportamento dos Alunos: Correlação e Predição. **Rev. bras. educ. espec.**, Marília, v. 21, n. 3, p. 363-376, Sept. 2015. Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-65382015000300363&lng=en&nrm=iso. access on 13 Aug. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-65382115000300004>.

SILVEIRA, Rodrigo Eurípedes da et al. Qualidade de vida de docentes do ensino fundamental de um município brasileiro. **Rev. Enf. Ref.**, Coimbra, v. serIII, n. 4, p. 115-123, jul. 2011. Disponível em http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832011000200012&lng=pt&nrm=iso. acessos em 13 ago. 2018.

SIMPLÍCIO, Sandra Dias; ANDRADE, Márcia Siqueira de. Compreendendo a questão da saúde dos professores da Rede Pública Municipal de São Paulo. **PSICO**, Porto Alegre, PUCRS, v. 42, n. 2, pp. 159-167, abr./jun. 2011.

SMOLKA, Ana Luíza et al. O problema da avaliação das habilidades socioemocionais como política pública: explicitando controvérsias e argumentos. **Educação e Socie - dade**, Campinas, v. 36, n. 130, 219-242, 2015.

VIEIRA JÚNIOR, P. R.; SANTOS, E. H. A atividade do trabalho como meio para manutenção da saúde docente: uma perspectiva ergológica. **Revista Eletrônica de Educação**, São Carlos, v. 5, n. 2, p. 160-178, nov. 2011.

VIGOTSKI, L. S. **A formação social da mente**. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

_____. **Psicologia pedagógica**, São Paulo: Martins Fontes, 2010.