

A RESILIÊNCIA NA FORMAÇÃO DOCENTE

SEBASTIANA FLORENTINO DA SILVA

Graduada em Pedagogia pela Faculdade de Educação/Faced da Universidade Federal do Ceará/
UFC. E-mail: sebastianasilva16@yahoo.com.br

Desenvolvimento

Este estudo bibliográfico objetiva abordar, de modo geral, as adversidades vividas pelos professores no contexto escolar, ressaltando seu adoecimento devido a condições de trabalho prejudiciais à sua saúde mental, especialmente no que se refere ao estresse ocasionado por relações interpessoais intensas. Especificamente, intenciona: i) compreender o que conduz o professor da sala de aula ao consultório médico, ou seja, que condições laborais o fazem adoecer e o tornam suscetível à Síndrome *de Burnout*; ii) apresentar estratégias de adaptação para melhor enfrentar essas situações adversas por meio do conceito de “Resiliência” e iii) oferecer sugestões para uma melhor qualidade das condições de trabalho na escola e, em decorrência, um ambiente favorável à saúde mental do professor.

Engana-se quem acredita que o professor realiza apenas o trabalho de repassar conteúdos para seus alunos. Apesar de que somente essa tarefa constitui um grande dispêndio de energia física e mental diária para aqueles profissionais que realmente trabalham no intuito de verem seus alunos se desenvolverem social e cognitivamente. O professor tem que desempenhar várias atividades profissionais, sobrecarregando-se de forma a utilizar seus momentos de lazer para poder cumprir as metas estabelecidas. O professor disponibiliza parte desse período destinado ao lazer elaborando avaliações da aprendizagem, planos de aula e outros trabalhos. Além disso, necessita administrar seu tempo para fazer cursos de aperfeiçoamento e se atualizar de acordo com as atuais demandas das novas tecnologias, da sociedade e da Educação. Não é porque

ele não tem tempo suficiente que o sistema educacional deixa de exigir cursos de aperfeiçoamento de uma forma imperativa (PEREIRA, 2010; REINHOLD, 2002; SANTOS, 2010).

Ainda existem outras situações que podemos enumerar, no que se refere às escolas públicas do município de Fortaleza-CE, que desestabilizam física e emocionalmente os educadores: violência ao extremo, seja entre alunos ou partindo dos alunos para com os professores; crianças que vão assistir às aulas mal alimentadas ou que não foram alimentadas; casos de violência sexual, em que os alunos foram molestados ou abusados sexualmente; agressão ao professor vinda da parte dos pais; pobreza ao extremo e doenças relacionadas a essa condição. Também podemos mencionar: estruturas físicas precárias; número excessivo de alunos por turma; falta de materiais essenciais ao trabalho pedagógico; alunos que são aprovados para as séries do Ensino Fundamental sem saber ler, comprometendo todo o andamento da turma, fazendo com que o professor trabalhe duplamente para atender os diferentes níveis de aprendizagem; falta de segurança nos arredores da escola e o baixo salário destinado a esse profissional, consequência de uma sociedade mal estruturada social e economicamente (REINHOLD, 2002).

Diante dessas situações, o professor acaba por sucumbir a doenças, associadas diretamente às suas condições de trabalho. Teixeira (2012) indicou que, em 2011, cerca de 1.040 professores procuraram o Instituto de Previdência do Município (IPM) da cidade de Fortaleza – CE, em busca de licenças médicas por motivos psiquiátricos, correspondendo a 9,5% dos professores que estavam ativos. São dados relevantes, considerando ainda o afastamento de 1.890 professores licenciados por motivos ortopédicos e de disfonia (alterações vocais). As licenças médicas implicam, desse modo, a ausência de professores em sala de aula, atrasos consideráveis dos conteúdos programados – que já são muito precários em relação ao ensino privado – e um prejuízo aos cofres públicos, que vão ter que pagar por dois professores: o afastado pela licença e o subs-

tituto. Esse dinheiro poderia ser investido na própria escola, por exemplo, contribuindo para aprimorar a qualidade da Educação. Essas perdas se ampliam, portanto, do indivíduo para a sociedade.

Na junção do contexto vivido pelos professores e da relação pessoal exigida nessa profissão – contato pessoal direto e diário entre alunos, pais e professores – não raro ocorre um desgaste tanto físico como emocional. Esse desgaste conduz o professor ao estresse, que pode favorecer o desenvolvimento de uma síndrome bem mais complexa. Com o intuito de informar para então prevenir, iremos abordar essa síndrome que ainda é pouco conhecida, conceitualmente, pelos docentes; no entanto, costuma ser por eles bastante vivenciada: a Síndrome de *Burnout*¹.

A Síndrome de *Burnout* tem sido uma resposta do organismo e do psiquismo após a repetitiva utilização de mecanismos de defesa, durante o processo de estresse, com insucesso. No entanto, diferente do estresse, que pode se relacionar com qualquer evento ameaçador, o *Burnout* se relaciona especificamente com o modo de trabalho do sujeito. Nesse sentido,

Ao percorrer-se o caminho do estresse ao *Burnout*, observa-se uma mudança de perspectiva acentuada, por merecer uma evolução do plano individual para o social, ou relacional. Apesar da diversidade de conceituações atribuídas ao *Burnout*, ocorre uma unanimidade entre os pesquisadores, na medida em que todos assemilam a influência direta do mundo do trabalho como condição para a determinação desta síndrome (PEREIRA, 2010, p. 33).

Origem Histórica do Termo Resiliência

O termo “resiliência” tem sua origem na Física e na Engenharia. É utilizado para definir a energia de deformação máxima que um objeto é capaz de suportar sem sofrer modificações. É

¹ *Burnout*: do inglês; significa exaustão, fadiga (WORDREFERENCE.COM, 2013).

importante ressaltar que, nos materiais, o módulo de resiliência, a tensão que cada material pode suportar, é diferente. Esse módulo pode ser medido em laboratório. Um exemplo que podemos citar é o de um pedaço de elástico que, por alguns instantes, sofre uma determinada tensão, para, logo em seguida, ao término dessa tensão, voltar ao seu estado normal, sem prejuízo de sua forma inicial. Esse conceito começou a ser estudado pela Psicologia e pela Psiquiatria no final de 1970, significando “[...] a habilidade de se acomodar e de se reequilibrar constantemente frente às adversidades” que o ser humano apresenta (ASSIS; PESCE; AVANCI; 2006, p. 18).

Se esse conceito tem sido estudado recentemente pelo mundo afora, no Brasil, podemos dizer que ainda é bastante desconhecido por profissionais da Psicologia, Sociologia e Educação. Por isso, a importância dessa abordagem, por se tratar de um conceito pouco conhecido, constata-se uma necessidade de sua divulgação pelos benefícios que poderá trazer. Yunes (2011, p. 47) expõe a ignorância desse conceito por alguns profissionais aqui no Brasil.

Em sua reflexão:

[...] seu uso no Brasil ainda se restringe a um grupo bastante limitado de pesquisadores de alguns círculos acadêmicos. Muitos profissionais da área da psicologia, da sociologia ou da educação nunca tiveram contato com a palavra e desconhecem seu uso formal ou informal, bem como sua aplicação em quaisquer das áreas da ciência.

Convém assinalar, contudo, que esse desconhecimento não é devido a uma postura de desinteresse dessas áreas de conhecimento. A Psicologia ainda tende a focar seus estudos nas patologias, desconsiderando os aspectos positivos do indivíduo, que poderiam fortalecê-lo mentalmente. Na edição especial de 2001 do periódico *American Psychological*, surgiu um movimento intitulado “Psicologia Positiva”. Essa Psicologia é caracterizada como a “[...] tentativa de levar os psicólogos contemporâneos a adotarem

uma visão mais aberta e apreciativa dos potenciais, das motivações e das capacidades humanas” (SHELDON; KING, 2001, apud YUNES, 2003, p. 75). Nessa perspectiva, são estudados os efeitos de sentimentos positivos na nossa vida, como felicidade, otimismo, esperança, dentre outros. Ter uma Psicologia voltada para o estudo desses sentimentos merece a mesma importância do estudo das patologias. De acordo com Yunes (2003, p. 76) “[...] postular uma ciência que focalize potencialidades humanas exige tanto esforço, reflexão e seriedade conceitual, teórica e metodológica quanto o estudo de distúrbios e desordens humanas”. A resiliência vai aparecer relacionada a esses estudos que visam estabelecer fenômenos que indicam sistemas de adaptação que resultariam em uma vida saudável (YUNES, 2003).

Apesar de alguns indivíduos apresentarem resiliência diante das adversidades, por vezes desconhecem a natureza desse processo, do que se trata, o que pode proporcionar reagir com resiliência e os benefícios gerados por ela, o que ocorre por falta de informação ou acesso ao conceito. Iremos defini-la e apresentar suportes para que o sujeito venha a agir com resiliência diante das adversidades (CASSOL; ANTONI; 2011).

Conceituando Resiliência: do Paradigma da Patologia ao da Saúde Mental

Muitos sujeitos passam por situações fortemente degradantes, em que nos perguntamos de onde retiraram forças para emergir desses problemas. E ainda existem alguns que, além de passar pela adversidade, retornam a suas vidas com um certo aprendizado, visto que, depois do ocorrido, não se sente a mesma pessoa. Isso configura bem a resiliência.

O termo é usado para definir a capacidade que um indivíduo tem em passar por dificuldades, situações estressoras, problemas emocionais, com uma determinada resistência, resultando em aprendizagem e fortalecimento para o sujeito. “Resiliência pode ser

definida como a capacidade de se renascer da adversidade fortalecido e com mais recursos. É um processo ativo de resistência, reestruturação e crescimento em resposta à crise e ao desafio” (WALSH, 2005 p. 4).

Poletto e Koller (2011, p. 26) relatam a visão de Cyrulnik (2002) sobre resiliência. O autor “[...] concebe-a como capacidade do ser humano em responder a um trauma e de ser feliz apesar deste ter marcado sua vida [...]”. Esse conceito desmistifica a ideia generalizada de que situações estressoras só trazem traumas para o indivíduo, mudando assim uma antiga e persistente perspectiva de que os problemas são sempre inoportunos. No entanto, pode ser através deles que o sujeito venha a ampliar seus horizontes para outros pontos ainda não percebidos anteriormente (WALSH, 2005).

Resiliência como um Processo

Muito embora algumas características pessoais de certos indivíduos possam vim a influenciar o pensamento de leigos ao determinarem que estas pessoas poderão agir com resiliência frente às adversidades, isso não se configura como verdade absoluta. Tampouco que pessoas cuja personalidade não seja compatível com esse perfil nunca possam agir com resiliência frente às adversidades. A resiliência não nasce com o indivíduo, sua personalidade pode influenciá-la, mas não determiná-la. Portanto, todos podemos ser resilientes (GROTBERG, 2007).

Porém, não é só a personalidade que possibilita sermos resiliente. Existe uma série de fatores, que quando se juntam, possibilitam ao sujeito emergir de situações angustiantes de forma resiliente. Por isso que ela é tida como um processo, pois ocorrerá seguida das relações externas e internas vividas e sentidas pelo sujeito:

A noção de processo permite entender a adaptação resiliente em função da interação dinâmica entre múltiplos fatores de risco e de resiliência, os quais podem ser familiares, bioquímicos, fisiológicos, cognitivos, afetivos, biográficos, socioeconômicos, sociais e/ou culturais (INFANTE, 2007, p.30).

E, sendo tida como processo, como resultado de interações do sujeito com outros fatores, a resiliência não é estabelecida permanentemente no sujeito, ou seja, uma vez resiliente não implica em ser para sempre resiliente. “É ainda inadequado pensar em sujeito resiliente a todas as adversidades e em todas as fases de sua vida” (ASSIS; PESCE; AVANCI, 2006, p. 21), pois existirão momentos nos quais o sujeito não encontrará suportes em si ou no meio para agir de forma resiliente.

Ao ser definida como um processo, a resiliência não consiste apenas em um atributo pessoal do sujeito. É, sim, um processo interativo com as características do sujeito e o meio social onde vive. Nessa junção, ocorre uma capacitação e um fortalecimento que faz com que o sujeito responda ao contexto ameaçador com fortaleza e aprendizagem (GROTBEK, 2007).

Resiliência em Professores: seus Amplos Efeitos

O autor Veiga (2009) apud Angst e Amorim (2011) acredita na importância da resiliência para o professor que já leciona, como também na sua importância para o aluno, estudante de Pedagogia, que será um futuro professor. “Veiga (2009, apud Angst; Amorim, 20011, p. 5620) enfatiza que é de suma importância capacitar os professores e futuros professores a lidarem com o incerto para a mudança e o inesperado. Ao lidarem com situações adversas, devem ser capazes de resolvê-las de forma adequada e resiliente.”

Trabalhar a mudança e o inesperado em um aluno que está estudando para ser professor, em especial nas escolas públicas, é

um ponto que deve ser pensando e levado em consideração, pois os alunos não veem o que lhe esperam, ocasionando, assim, muito mais desgaste quando realmente vão lidar com uma realidade para a qual não foram preparados na faculdade. Se o conceito de resiliência for trabalhado ainda no curso de formação básica, o futuro professor terá maiores chances de se adaptar à realidade das escolas públicas de uma maneira geral.

Veiga (2009) apud Angst e Amorim (2011) afirma que a resiliência constitui um dos fatores que fortalece o professor diante das adversidades:

Acreditando na capacidade de cada indivíduo superar as próprias adversidades, a análise de comportamentos dos indivíduos – no caso professores – que consegue superar as adversidades mesmo sujeitos às mesmas dificuldades que seus colegas, nos levou a identificar a resiliência como característica presente nesses professores para conviverem com as dificuldades inerentes à profissão sem se deixarem abater pelo mal-estar e muito menos se envolverem pelos agentes estressantes profundos que desencadeiam a síndrome de burnout [...].

A autora também mencionou a resiliência como uma forma do professor se fortalecer para não desenvolver a Síndrome de *burnout*. É grande o número de professores afastados por problemas que, analisados com mais propriedade, resultaria na síndrome. Não podemos ignorar esses educadores que adoecem e são apenas substituídos pelo sistema, ficando reféns de doenças e afastados de suas funções. Por isso, a importância desse conceito, que, segundo o autor, poderia ajudar o professor a não sucumbir à síndrome.

Fontana (1986) apud Campos (2008) nos fala que professores bem sucedidos e com uma adaptação a situações estressantes no exercício de sua profissão possuem um nível elevado de segurança emocional. O professor pode fortalecer essa condição emocional através do conhecimento do conceito de resiliência e, a partir disso,

utilizar essa compreensão para seu benefício em sua atuação pedagógica. O conceito de resiliência não guarda relação com uma postura ou atitude de resignação passiva diante dos fatos. O professor resiliente demonstra uma visão crítica do contexto social e é capaz de fazer adaptações de valores culturais para não sucumbir a doenças.

Ravazzola (2007, p. 74) considera que:

[...] o conceito de resiliência e os enfoques incorporados constituem uma fonte de modalidades e linguagens para onde podem confluír profissionais interessados, em uma prática que ajude eficazmente a resolver problemas e a obter bem-estar para amplos setores da sociedade.

A resiliência busca desenvolver, no sujeito, processos que lhe darão suporte para superar as adversidades e que lhe permitirão adaptar-se melhor às circunstâncias. Ocorrerá uma adaptação positiva, quando o sujeito passar pela adversidade e não comprometer sua saúde mental a ponto de desenvolver algum tipo de transtorno psicológico ou psiquiátrico. Essa capacidade de superar as situações adversas possibilita modificar uma visão tradicionalmente conformista (INFANTE, 2007; RAVAZZOLA, 2007).

Nessa perspectiva, o professor será estimulado a ver alguns dos problemas com seus alunos de forma diferente, como algo que pode ser mudado. A crença, por exemplo, de que um aluno cujos pais são analfabetos não aprenderá, interfere diretamente na qualidade da ação pedagógica, pois os professores, influenciados por uma visão sociológica determinista, acabam por trabalhar acreditando que não haverá uma aprendizagem efetiva em retorno. Não raro, origina-se a sensação de que investir nesse aluno constitui uma perda de tempo, ao passo que seria vantajoso investir nos alunos supostamente possuidores de potencial para a aprendizagem. Essa relação direta entre a crença do professor no potencial do aluno e o desempenho discente correspondente caracteriza uma verdadeira *profecia autorrealizadora*.

Essa denominada profecia se relaciona com uma mentalidade equivocada do professor em relação à capacidade de aprendizagem de seus alunos. Na medida em que estabelece uma avaliação pessoal acerca dos alunos mais ou menos capazes, passa a agir de modo qualitativamente diferente com cada um deles, investindo mais naqueles vistos como mais capazes. Os alunos, por sua vez, tendem a responder de acordo com a estimulação ofertada por seus professores. Portanto, os que forem tratados como incapazes de atingir certos objetivos, provavelmente, não os atingirão. É importante ressaltar que, nesses casos, as dificuldades de aprendizagem do aluno são resultado direto da descrença do professor na capacidade do aprendiz, associada a um menor investimento pedagógico do profissional, que não proporcionará, desse modo, subsídios suficientes para que os estudantes possam, de fato, atingir os objetivos estabelecidos para a aprendizagem.

Segundo Silva, Araújo e Fidêncio (2011), “[...] a resiliência daria ao professor a certeza da possibilidade real que seu aluno ou aluna pode sim superar problemas psicossociais. Seria uma nova faceta sobre a realidade escolar.” Concluimos, portanto, que o professor iria ver todos os alunos com o mesmo potencial de aprendizagem, a mesma capacidade de se desenvolver, independente de suas condições econômicas ou sociais.

Conclusão

Mesmo tendo uma boa formação básica, é preciso que o professor continue se atualizando em formações continuadas e adquirindo novos conhecimentos que venham a lhe oferecer suporte pedagógico. Diante do estudo realizado nessa monografia, vimos que o professor resiliente pode trabalhar metodologicamente melhor, respeitando a si, a seus companheiros de trabalho e a seus alunos (PEREIRA, 2010; REINHOLD, 2002; SANTOS, 2010; TEIXEIRA, 2012).

A resiliência acrescenta benefícios significativos para a vida pessoal e profissional do professor. Ciente dos benefícios que um sujeito resiliente traz pra si e para o meio em que vive, como também da necessidade de não comprometer a sua saúde física e mental, o professor pode, trabalhar, em si, as características pessoais que funcionam, em junção a outros fatores, com subsídios para desenvolver atitudes resilientes (ASSIS; PESCE; AVANCI, 2007; WALSH, 2005, YUNES, 2011).

Com criatividade, afeição e bom humor – características de pessoas resilientes – as aulas se tornam mais proveitosas tanto para os alunos como para os professores. Em consequência, verifica-se uma diminuição da desmotivação ao trabalho, um fator primordial para o desencanto do professor com a docência e uma das condições favoráveis à Síndrome de *Burnout*. Ter hábitos saudáveis, lazer e, principalmente, conhecer novos conceitos que venham a proporcionar uma melhor forma de lidar com o trabalho podem impedir o desenvolvimento de Síndrome, visto que se caracteriza como uma enfermidade de natureza laboral (INFANTE, 2007; MELILLO; ESTAMATTI; CUESTAS, 2007)

Referências Bibliográficas

- ANGST, R.; AMORIM, C. Resiliência em acadêmicos de Pedagogia. In: *CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – EDUCERE E I SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE REPRESENTAÇÕES SOCIAIS, SUBJETIVIDADE DE EDUCAÇÃO – SIRSSSE*. 2011. p. 1-12. Disponível em: <www.educere.bruc.com.br>. Acesso: 1 jul. 2013.
- ASSIS, S. G; PESCE, R. P; AVANCI, J. Q. *Resiliência: Enfatizando a proteção dos adolescentes*. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- CASSOL, L; ANTONI, C. Família e abrigo como rede de apoio social e afetiva. In: DELL’AGLIO, D. D; KOLLER, S. H; YUNES, M. A. M. *Resiliência e psicologia positiva: interfaces do risco à proteção*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011, p. 173-201.

GROTBERG, E. H. Novas tendências em resiliência. In: MELLILO, A; OJEDA, E. (Orgs). *Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas*. Porto Alegre: Artmed, 2007, p. 15-22.

INFANTE, F. A resiliência como processo: uma revisão da literatura recente. In: MELLILO, A; OJEDA, E. (Orgs). *Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas*. Porto Alegre: Artmed, 2007, p. 23-38.

MELILLO, A; ESTAMATTI, M; CUESTAS, A. Alguns fundamentos psicológicos do conceito de resiliência. In: MELLILO, A; OJEDA, E. (Orgs). *Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas*. Porto Alegre: Artmed, 2007, p.59-72.

PEREIRA, A. M. T. B. (Org). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

POLETTI, M; KOLLER, S. H. Resiliência: uma perspectiva conceitual e histórica. In: DELL'AGLIO, D. D; KOLLER, S. H; YUNES, M. A. M. *Resiliência e psicologia positiva: interfaces do risco à proteção*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011, p. 69-86.

RAVAZZOLA, M. C. Resiliências familiares. In: MELLILO, A; OJEDA, E. (Orgs). *Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas*. Porto Alegre: Artmed, 2007, p. 73-85.

REINHOLD, H. H. O burnout. In: LIPP, M. E. N. (Org). *O stress do professor*. Campinas: Papyrus, 2002, p. 63 – 80.

SANTOS, A. A. *Revisão Sistemática de estudos sobre a síndrome de burnout em professores do Ensino Fundamental e Médio*. 2010. 140 f. Dissertação (Mestrado em Educação). Universidade Estadual de Feira de Santana, Feira de Santana, 2010.

SILVA, A. N; ARAÚJO, J. O; FIDÊNCIO, R. G. A. A Resiliência na atuação docente. *Educação*, v. 30, p. 6, 2011. Disponível em: <WWW.WEBARTIGOS.COM/ARTIGOS/A-RESILIENCIA-NA-ATUACAO-DOCENTE/70120/>. Acesso em: 1 jul. 2013.

TEIXEIRA, A. *Professores de Fortaleza pediram 4.921 licenças médicas em 2011: problemas psiquiátricos são principais causas de emissão de licenças*. Jun. 2012. Disponível em <<http://m.g1.com/>

ceara/noticia/2012/06/professores-de-fortaleza-pediram-4921-licencas-medicas-em-2011.html>. Acesso em: jun. 2012.

WALSH, F. *Fortalecendo a Resiliência Familiar*. São Paulo: Roca, 2005.

YUNES, M. A. M. Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. In: DELL'AGLIO, D. D; KOLLER, S. H; YUNES, M. A. M. *Resiliência e psicologia positiva: interfaces do risco à proteção*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011, p. 45-68.

_____. Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. *Psicologia em estudo*, v. 8, n. especial, 2003. Disponível em: <WWW.SCIELO.BR>. Acesso em: 16 jun. 2013.