

---

# O ESTRESSE E O BEM-ESTAR DOCENTE<sup>1</sup>

*Andréia Cristina Rezende Rodrigues de Paula\**

*Marisa Lomônaco de Paula Nunes\*\**

## Resumo

Trata-se de uma pesquisa sobre estresse e bem-estar docentes que procura evidenciar indicadores de bem-estar que motivam os docentes a persistirem na profissão e a encontrarem satisfação e prazer na realização de seu trabalho. Os sujeitos e os cenários da pesquisa de tipo etnográfica foram considerados como sistemas vivos, complexos e inacabados, justificando uma abordagem qualitativa. Utilizaram-se para coleta de dados observações, descrições e notas de campo realizadas em 2008 e entrevistas desenvolvidas com professoras que, apesar das adversidades enfrentadas no dia a dia escolar, não sucumbiram ao desalento, permanecendo na profissão.

**Palavras-chave:** Estresse; Docente; Bem-Estar docente; Cotidiano escolar.

## INTRODUÇÃO

Sonha quem está crescendo, sonha quem luta e pretende, sonha quem insulta e ofende e, no mundo, em conclusão, todos sonham o que são mesmo ninguém o entendendo.

José Manoel Esteves, 1999.<sup>2</sup>

A epígrafe acima é um trecho de um monólogo apresentado por José Esteve, em seu livro *O Mal-Estar Docente*<sup>3</sup>. Trata-se da apresentação de uma cena de teatro em que o personagem central é duramente desestabilizado por inesperadas mudanças no cenário. As mudanças são inusitadas e chegam tão sem aviso prévio que, além de provocarem o desconcerto do ator que, na penumbra, não encontra condições para retomar o equilíbrio, também surpreendem o público, que reage com risadas reprimidas e comentários inevitáveis. No transcorrer da cena, o ator, com as convicções iniciais fortemente abaladas, percebe que faz um papel ridículo e, sem o apoio dos roteiristas e da platéia, sente, então, sua visão ofuscada, perde o foco e a fala.

---

\* Mestre em Educação pela Universidade Federal de Uberlândia/UFU. Especialista em Metodologias Educacionais no Ministério do Meio Ambiente/MMA, Brasília-DF. E-mail: andrea.rodrigues@mma.gov.br.

\*\*Doutora em Educação pela Pontifícia Universidade Católica/PUC-SP. Mestre em Educação pela Universidade Estadual de Campinas-SP/UNICAMP. Professora na Faculdade de Educação da Universidade Federal de Uberlândia/UFU. E-mail: mlpnaves@ufu.br.

Recebido para publicação em: 05/11/09.

Na realidade, os sentimentos de insegurança, medo, desamparo e o desgaste que o personagem enfrenta se comparam ao estresse e ao mal-estar impregnados nas sociedades atuais. Isso porque, nos dias de hoje, não faltam situações ou condições que suscitem desconforto ou indignação. Duarte<sup>4</sup> salienta que o enfado, o cansaço e o esgotamento têm dominado o espírito deste século, pois o sonho de um futuro pleno de alegrias e possibilidades presentes na modernidade foi frustrado. Também Santos<sup>5</sup> lembra que existe um clima de desassossego no ar, pois muitas promessas edificadas sob a inspiração da mentalidade moderna, como o estabelecimento da igualdade entre ricos e pobres, o cumprimento dos direitos humanos, as garantias de liberdade e de uma paz mundial, permanecem não concretizadas ou redundaram em efeitos, por vezes, perversos.

Existe, assim, uma sensação de mal-estar e desgaste que se instala no cotidiano das pessoas. Muitos têm percorrido o caminho do individualismo, do consumismo, da competição exacerbada, do isolamento e, contraditoriamente, têm experimentado mais insegurança, medo, solidão, sensação de abandono, fragilização dos laços humanos, sentimento de sentirem-se só, mesmo rodeados de pessoas.

Nesse cenário de incertezas, os docentes vivem o desafio de moverem-se num contexto em que “tudo que parecia sólido, desmancha-se no ar”, e podemos dizer que a fala silenciada, o constrangimento contido, o estresse e todo o mal-estar que envolve aquela fictícia cena são reais no dia a dia dos professores.

## OS CAMINHOS DA INVESTIGAÇÃO

O que é o estresse docente? De que maneiras o estresse se configura no dia a dia de professores? É possível resistir ao estresse e ao mal-estar docente? Quais as possibilidades de bem-estar vivenciado pelos professores? Essas foram algumas indagações que motivaram a pesquisa de mestrado desenvolvida por uma das autoras<sup>6</sup> que, para respondê-las, mergulhou no cotidiano de uma escola pública municipal da cidade de Uberlândia-MG, onde durante cinco anos exerceu a função de supervisora escolar. Na complexidade daquele espaço-tempo singular, vivo e repleto de sentido, foi possível perceber que embora diante de adversidades e sofrimentos e em meio ao estresse decorrente da profissão docente, alguns professores não “entregaram os pontos”, não cederam ao desalento. Realizando nessa escola uma pesquisa qualitativa de tipo etnográfica, procuramos compreender o que torna os professores resistentes e persistentes, fazendo-os encarar as desventuras e experimentar satisfação na docência. Neste tipo de abordagem, de orientação fenomenológica, procura-se conhecer a totalidade a partir de contextos menores, a partir do estudo dos significados que os indivíduos atribuem às suas próprias ações e aos eventos do cotidiano. O pesquisador, imerso no meio natural, observa as ações das pessoas, conversa com elas, acompanha o seu dia a dia, procurando aproximar-se gradativamente dos significados para compreendê-los e, então, tentar descrever o modo de existência daquele grupo, a percepção que as pessoas têm sobre determinado tema, problema ou questão. Lançamo-nos, assim, na direção dos estudos que analisam o bem-estar docente na perspectiva de compreender as experiências vivenciadas pelos docentes que persistem na profissão e gostam do que fazem.

A sala das professoras foi o lugar central de observações sistemáticas. Essas giraram em torno de cinco professoras<sup>7</sup> que chamaram a atenção porque, apesar de constantemente se queixarem do estresse e, por vezes, se mostrarem abatidas, desanimadas e cansadas, não sucumbiram ao desalento, mantendo-se na profissão docente. Naquela sala em que, quase sempre, as docentes se acomodam para o planejamento, nos intervalos do lanche e para o atendimento à comunidade escolar, constatamos que o movimento da escola pulsava e acontecia. Ali, foi possível a proximidade com todos os atores da instituição, pois a sala das professoras é, sem dúvida, um dos lugares mais compartilhados por todos os sujeitos da escola, sendo um espaço-tempo

caracterizado pela oportunidade de se vivenciar e compartilhar momentos de tensões, desassossego, relações de poder, resistências e alegrias. Logo, foram observadas as falas, os pontos de vista, os posicionamentos em relação a temas ligados à educação, ao ensino, problemas enfrentados na escola, os momentos de silêncio, as expressões pessoais em relação à vida, os sonhos, sentimentos e expectativas das docentes.

Além das observações, foram elaboradas notas de campo com o objetivo de registrar e descrever os acontecimentos e as cenas diárias, bem como as impressões observadas; afinal, por meio de notas de campo o investigador registra idéias, estratégias, reflexões e palpites. “*Isto são notas de campo: o relato escrito daquilo que o investigador ouve, vê, experiencia e pensa no decurso da recolha e refletindo sobre os dados de um estudo qualitativo*”<sup>8</sup>.

Também foram realizadas entrevistas em horários definidos e combinados, o que possibilitou interação comunicativa e envolvimento entre os protagonistas da pesquisa. As entrevistas funcionaram como um desdobramento das notas de campo. Permitiram sintetizar impressões, intuições e reflexões e retornar às professoras, dando-lhes oportunidade para se posicionarem, ampliando a visão em relação ao tema. Além disso, favoreceram o diálogo e contribuíram com o processo de comunicação com as docentes, fundamental no transcorrer das pesquisas, em que pesquisados e pesquisador são estimulados a se envolverem com suas reflexões e emoções, conforme ensina González Rey, para quem “*a pesquisa é um processo de comunicação que se organiza progressivamente e que permite e estimula a expressão dos sujeitos por meio do lugar por eles ocupado em tal processo*”.<sup>9</sup>

A permanência na escola foi importante, pois favoreceu a apreensão do cotidiano escolar que se descortinava, constituindo-se como a principal via de acesso às professoras – pessoas concretas, com maneiras de pensar, agir e vivenciar a profissão; que tecem saberes e práticas docentes; apropriam-se de concepções a respeito do ofício de ensinar presentes na escola; vivenciam o ensino e aprendem com e sobre o outro.

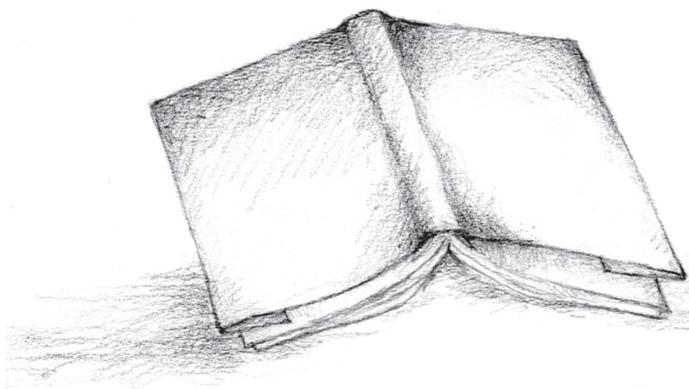
Esse convívio quase diário com as professoras possibilitou a reconstrução das tensões diárias, das perturbações não tão óbvias, mas que implícitas em suas práticas podem gerar estresse cumulativo e nocivo, realidade que, a todo o tempo, motivou-nos a buscar e a compreender as experiências anônimas e prazerosas, as manifestações de alegria e satisfação que poderiam explicar o “gosto pela profissão.”

## O ESTRESSE DAS PROFESSORAS E OS SEUS INDICADORES: UMA TRAMA DE MUITOS FIOS

A maior parte das docentes da escola são mães, donas de casas, esposas, professoras, enfim, mulheres presentes em distintos espaços sociais que exercem uma tripla jornada de trabalho corroborando o cansaço, a fadiga, o desgaste e a perda de energia.

Andréia Cristina Rezende Rodrigues de Paula, 2009.<sup>10</sup>

Ao longo da permanência na escola, foi possível constatar que existem situações de estresse que ali se movem, algumas



---

de modo mais frequente e evidente, outras de maneira menos aparente, mas não menos contundente. Os primeiros indicadores aqui apresentados referem-se àqueles percebidos com maior intensidade durante os períodos de observações e entrevistas.

O primeiro fio traçado se refere à desvalorização profissional e social. As professoras expressaram um forte e permanente incômodo diante do fato de a profissão docente não ser valorizada socialmente. Falaram do descontentamento enquanto ecoavam o desejo de reconhecimento pelo trabalho que realizam:

Ser professor deveria ser uma das profissões mais valorizadas, uma das mais importantes. No entanto, não somos valorizados. Não há reconhecimento e consideração em relação ao nosso trabalho. (Irene<sup>11</sup>, entrevista, 16/10/2008).

Sinto que faltam valorização e respeito em relação ao professor e isso magoa, cansa a gente. (Rosângela, entrevista, 27/11/2008).

A desvalorização profissional é, de fato, uma situação que oprime e desqualifica a força de trabalho, reforça os processos de proletarização do magistério e acentua a concepção de que ser professor é uma atividade de menor valor social. Essa realidade acaba mesmo por reforçar as tensões entre os professores e a sociedade, mais precisamente as tensões entre os docentes e as famílias dos alunos.

Nesse aspecto, Larocca<sup>12</sup> apresenta vários estudos que salientam o descompasso nas relações família-escola e enfatizam o fato de que as exigências feitas pela sociedade, para além daquilo que eles poderiam saber-fazer, acentuam os processos de desvalorização profissional e social dos professores. As cobranças excessivas e as novas demandas sociais, que recaem sobre professores, se ligam à reorganização sociológica da família que, nos tempos atuais, tem transferido para a escola responsabilidades que antes lhes pertenciam, pressionando os docentes a assumirem diferentes e novos papéis.

Nessas circunstâncias, a escola e os professores se veem num processo em que as exigências e as responsabilidades educativas são cada vez maiores. Os professores, atordoados com a nova realidade que se descortina, vivem uma ambígua relação com as famílias de seus alunos e acumulam tensões geradoras de estresse, com consequências danosas para si mesmas e para o ensino, tais como a desesperança ou a descrença num trabalho educativo desenvolvido em parceria, enfado que pode ser observado no modo como, por exemplo, esta professora se posiciona quando levada a refletir sobre o problema.

A ausência da família é um dos motivos do meu estresse. Muitos alunos estão abandonados na escola. Muitas famílias vêm na escola somente no final do ano, quando querem saber o porquê do filho não ter passado de ano (Irene, nota de campo n. 03. 07/03/2008).

Assim, as professoras expressam e tensionam os conflitos no espaço-tempo da escola. Desconfiadas e temerosas dessa relação com a sociedade, seguem abatidas, pois, com frequência, observam o fato de que a família, embora ausente no cumprimento de seu papel diante de um eventual fracasso escolar de seus filhos, pode, de súbito, comparecer, responsabilizando-as pelo

---

*As cobranças excessivas e as novas demandas sociais, que recaem sobre professores, se ligam à reorganização sociológica da família que, nos tempos atuais, tem transferido para a escola responsabilidades que antes lhes pertenciam, pressionando os docentes a assumirem diferentes e novos papéis.*

---

insucesso e colocando em xeque seu trabalho. As professoras, como tantas outras, vivem a tensão de quem, ao mesmo tempo em que se protege, isolando-se das cobranças que excedem, também reclama por diálogo, maior reconhecimento e valorização social na profissão.

Para Esteve<sup>13</sup>, o mal-estar e o estresse decorrentes da tensa relação entre os professores e a sociedade poderiam, contudo, ser minimizados se os professores, em vez de se isolarem ou permanecerem passivos, assumissem uma atitude inquieta, crítica e problematizadora, com a iniciativa e criatividade dos atores do teatro de Pirandello<sup>14</sup>:

Só uma grande criatividade e um grande gênio, como os de Pirandello, cheio de iniciativa, podem salvar nosso ator e nossos professores dos problemas que implicam a mudança de cenário: – O senhor, sim. O que faria se, na metade de um monólogo de Segismundo, trocasse o cenário? – E a senhora? Deixe seu cômodo sorriso ao observar os movimentos do pobre ator por um cenário mascarado. O que a senhora faria com quarenta ou cinquenta crianças; como essas duas, com as quais já não sabe o que fazer em casa?<sup>15</sup>

Então, para manter a coerência e recuperar os papéis o ator pirandelliano encararia o público e o roteirista; tiraria o ponto do seu lugar e acabaria como os risos do auditório e o desafaria a assumir o seu lugar. No caso das docentes, estas deveriam redefinir junto com as famílias ou com a sociedade de modo geral o seu papel, tecer reflexões sobre as reais condições em que realizam o seu trabalho e sobre o quadro de desmotivação que as reveste.

Uma das vias de rompimento com o ciclo de frustração, desânimo, descrença, ceticismo, fechamento às mudanças e às possibilidades de inovação na profissão – problemas que tanto servem à alienação como geram um progressivo desinvestimento dos professores no magistério – passa, segundo Cavaco<sup>16</sup>, pela revalorização social, ou seja, por uma relação de confiança, sensibilidade, apoio e respeito entre a sociedade e os professores.



*muitas responsabilidades e mudanças recaem sobre os professores. Esses profissionais são hoje requisitados para lidarem com alunos portadores de necessidades especiais, com as constantes mudanças dos programas curriculares, com os avanços tecnológicos que se aplicam ao ensino, com o incremento da burocracia e com as diferentes cobranças sociais – processos que acarretam intensificação do trabalho.*

Além da relação com a sociedade ou, mais particularmente, com as famílias, alguns estudiosos apontam para a importância de se repensar o estatuto profissional dos docentes como uma saída para o enfrentamento da desvalorização profissional. Sobre isso, Cunha<sup>17</sup> assinala que o magistério nunca obteve estatuto profissional. Para a autora a origem dessa atividade, especialmente ligada à maternidade, e a ausência de uma entidade profissional e de um código de ética que oriente a conduta dos professores e reforce a luta e os interesses da classe fazem com que o magistério seja comparado a uma semiprofissão.

Paradoxalmente, os professores vivem o processo de intensificação do seu trabalho. Todos os dias as professoras da escola pesquisada desempenham várias tarefas que caracterizam o seu trabalho: se encontram com os familiares e com os próprios alunos, planejam as aulas, elaboram e corrigem atividades e avaliações, preenchem diários, recorrem ao plano de disciplinas, pesquisam na biblioteca, compartilham seu trabalho com as supervisoras, preenchem planilhas de módulos, assinam a frequência. E, ainda, participam dos conselhos de classe e de atividades lúdicas e pedagógicas, tais como as feiras de ciências, as semanas literárias, a semana da criança, festas escolares. Elas procuram se organizar de modo que o trabalho não se sobreponha, mas nem sempre isso é possível, pois múltiplas tarefas aparecem inesperadamente,

como aconselhar um aluno, prestar um atendimento específico, ouvir a colega que relata um problema pessoal difícil ou mesmo, aprender a lidar e aplicar as tecnologias da informação, e como incluir alunos com necessidades especiais.

*Os problemas vêm de fora para dentro da escola. Acho que deveríamos ter mais apoio, mais união, mais respaldo. Vejo que todos os problemas estão estourando dentro da escola: prostituição, drogas, pedofilia. Pior é que nem sempre estamos preparados para isso (Ruth, entrevista, 22/10/2008).*

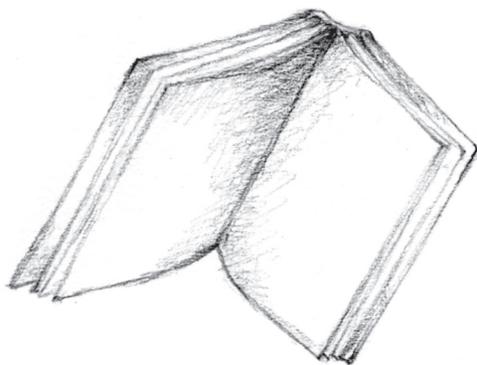
Para Hargreaves<sup>18</sup> muitas responsabilidades e mudanças recaem sobre os professores. Esses profissionais são hoje requisitados para lidarem com alunos portadores de necessidades especiais, com as constantes mudanças dos programas curriculares, com os avanços tecnológicos que se aplicam ao ensino, com o incremento da burocracia e com as diferentes cobranças sociais – processos que acarretam intensificação do trabalho. Não raro, muitas atribuições se estendem também para fora da escola – provas para corrigir, atividades pedagógicas a serem elaboradas. Com o rol de atividades ampliado, caracteriza-se uma sobrecarga no trabalho, um conjunto cada vez maior de funções e missões capazes de afetar a calma e comprometer o tempo necessário ao exercício reflexivo da profissão.

Por outro lado, a intensificação do trabalho é, muitas vezes, acriticamente aceita pelos próprios docentes que vivem a urgência de um saber cada vez mais atualizado e, nesse frenesi, assumem uma postura pouco refletida em que vivem uma busca pela informação que serve mais ao acúmulo de ansiedade do que ao propósito de uma formação continuada sólida e proveitosa.

O trabalho mental, uma bagagem nem sempre visível, invade a vida privada: as preocupações com o aluno que não aprendeu; com o que é faltoso; com o que se envolveu com drogas ou a gravidez precoce de uma aluna lhes roubam o sono. Tardif e Lessard<sup>19</sup> lembram que a carga de trabalho do docente é complexa, variada e portadora de tensões, com limites nem sempre definidos e que remetem para tarefas aparentemente invisíveis, que compõem uma carga mental de trabalho:

Tanto trabalho, demanda tempo e exige investimento pessoal, afetividade e reflexão, o que acentua o estresse e afeta a vida privada dos professores. Os baixos salários, a insegurança dos contratos temporários e o controle externo de seu trabalho são outros “fios” que tecem o estresse das professoras. A má remuneração que sempre caracterizou o magistério, especialmente nas séries iniciais e no ensino fundamental, afeta negativamente a identidade das professoras, inclusive no âmbito de suas vidas privadas.

O problema da má remuneração é um grande gerador de desgaste emocional na docência, porque os professores estão certos de que a função docente é negligenciada pelo Estado, especialmente quando se leva em consideração que há uma discrepância entre a importância do trabalho que realizam e o reconhecimento salarial merecido. Os baixos salários, uma marca das ocupações tipicamente femininas, afetam a autoestima, a qualidade de vida das docentes. Kramer, ciente desta realidade, defende a elaboração de políticas educacionais que beneficiem e garantam o acesso à cultura acumulada:



Se se pretende de fato qualificar professores, há que se ampliar seus conhecimentos. Há que se forjar a sua paixão pelo conhecimento. Pois quem além do ser humano conhece? Quem além dele cria linguagem e nela se cria? Os professores precisam de condições e tempo para estudar. De tempo pago para o trabalho de se qualificarem. E, se procede essa reflexão que faço, as políticas públicas voltadas à melhoria da qualidade da escola precisam assegurar o acesso dos professores a bibliotecas, núcleos de leitura e discussão, grupos de estudos, no interior e como parte de seu trabalho.<sup>20</sup>

Em sinergia com os baixos salários, a falta de tempo e de condições para se qualificarem devidamente, as professoras vivem o dilema da insegurança dos contratos temporários. Os contratos temporários geram uma permanente incerteza, em especial nas docentes que se vêem temerosas quanto ao amanhã: se renovam ou não contrato, se haverá ou não vagas, tendo ainda de se preparar e, quem sabe, obter a estabilidade na profissão, uma conquista que somente se vislumbra ao longe. Segundo Oliveira<sup>21</sup>, o número dos contratos temporários nas redes públicas de ensino, em alguns Estados, chega a corresponder ao número de trabalhadores efetivos, tornando cada vez mais agudo o quadro de instabilidade e precarização do emprego no magistério público. Na verdade, o professor contratado se assemelha a um forasteiro ou a alguém que, sem muitas garantias, permanece na escola inseguro, temeroso e submetido a constantes avaliações.

O controle externo em relação ao trabalho docente também afeta as professoras deste estudo. Para Fullan e Hargreaves<sup>22</sup>, os pacotes educacionais, as mudanças curriculares e as avaliações externas chegam até as escolas sem levar em conta as aspirações dos professores; acontecem à revelia de suas expectativas e desconsideram a realidade do ensino. Esse tipo de controle sobre o trabalho do professor é nocivo porque vem de fora e se crava dentro da escola, dando contorno ao cotidiano escolar e, sem que os docentes dele se apercebam, concretiza-se nos discursos que simplificam, responsabilizam e os culpabilizam pela situação de fracasso escolar. Os autores<sup>23</sup> acima compreendem que as reformas educacionais são como “reformas falhadas,” intervenções externas e, por vezes, alheias aos interesses vitais dos docentes que tendem a expropriá-los dos processos de tomada de decisões, comprometendo sua condição de sujeitos. São processos insensíveis à complexidade do contexto do ensino e desatentos para o fato de que os professores são muito mais que um amontoado de conhecimento, competências e técnicas.

Todos esses indicadores se cruzam e afetam negativamente a imagem que as docentes têm de si e de seu trabalho. As tensões provocadas pela indisciplina de alunos na sala de aula, pela falta ou insuficiência de apoio pedagógico e dificuldades ligadas às relações e comunicação com a gestão da escola ajudam a reforçar os nós desta rede. Mas, para além deste esforço de tornar evidentes os indicadores do estresse entre as docentes e procurando ainda não incorrer no equívoco das prescrições ou indicações de soluções fáceis para sua minimização, entendemos que é tempo de ir à busca dos sinais de resistência e trazer à tona o bem-estar docente.

## DESVELANDO O BEM-ESTAR DAS PROFESSORAS

Adiante que um conjunto de fios que passam nessa urdidura, cujo enredo é o bem-estar docente, são os fios da resiliência que, mobilizados, se colocam em oposição ao desalento e ao desgaste emocional presente nas vivências e experiências de resistências que corroboram o fortalecimento docente.

Andréia Cristina Rezende Rodrigues de Paula, 2009.<sup>24</sup>

Evidenciar o bem-estar docente é uma tarefa árdua e difícil, porque confirmadamente existe um mal-estar instalado que corta as instituições escolares de ponta a ponta. O mal-estar e o estresse que cobrem os docentes não estão distantes do desassossego que a sociedade vive. Pelo contrário, os problemas sociais e educacionais se imbricam e se interpelam. Então, parece fora de propósito falar em bem-estar docente quando não se nota uma base que lhe sirva de sustentação.

Contudo, a pesquisa procurou, para além dos limites do que é manifesto, desvendar “os pontos em segredo,” desvelar os “nós”, especialmente aqueles demarcados por ideologias que tendem a reduzir o prazer, a felicidade, a alegria e as satisfações em valores que acentuam os princípios do consumismo, as relações de dominação, a ética do individualismo e a competição exacerbada e que desvirtuam o bem-estar em simulacro.

Simulacro é um termo derivado do verbo *simular*, que é o mesmo que fazer de conta, fingir, aparentar. “O simulacro é colocado no lugar da própria coisa, e sua aparente vantagem repousa no ato de possuir mais atrativos do que ela”<sup>25</sup>. Uma falsa percepção da realidade, uma falsa representação do mundo que acabaria por sustentar uma frágil compreensão de bem-estar e satisfação docente. Os simulacros, então, reforçariam a idéia de uma frágil alegria e colocariam em evidência sentimentos e atitudes de isolamento, solidão, egoísmo, desrespeito e uma profunda sensação de insegurança e abandono em relação ao futuro. Também Freud<sup>26</sup>, ao discorrer sobre o mal-estar da civilização, já mostrava que as pessoas comumente empregam falsos padrões de avaliação, isto é, buscam o poder, o sucesso e a riqueza para elas mesmas, subestimando tudo aquilo que verdadeiramente tem valor na vida.

Examinar o bem-estar docente é, pois, um exercício de superação e desnaturalização de simulacros. Desvelar e apresentar

o enredo dessa trama irregular, colorida e enviesada por muitas mãos, é o propósito ao qual agora nos dedicamos.

No espaço-tempo da escola, campo da pesquisa, ficou constatado que as docentes tecem as tramas da resiliência e vivenciam o bem-estar. Mas, ao contrário do estresse e do mal-estar docente, os pontos ou nós que constituem as fontes e as vivências de bem-estar e resiliência são sutis e pouco evidentes. Talvez isso aconteça porque o mal-estar, estando em evidência, seja mesmo a tônica das sociedades atuais, ou ainda porque aprendemos a acreditar que aquilo que é bom e prazeroso está fora da escola e longe dos profissionais da educação; contudo, foi possível constatar que é fonte de bem-estar a percepção de que realizam uma atividade importante para o futuro da sociedade. Apesar da desvalorização social, é prazeroso para elas saber que podem fazer diferença na educação de outras pessoas, cumprindo, assim, um papel social importante:

Acredito que a educação é a melhor forma de contribuir com a melhora do país. Eu acredito que educar é um ato de amor. Procuo sempre refletir sobre como o aluno irá se lembrar de mim. Procuo sempre fazer a reflexão sobre qual legado vou deixar para o meu aluno. Espero que no futuro os alunos possam dizer assim: aprendi isso de bom com a professora (Ana Paula, entrevista, 03/10/2008).

Quanto melhor a educação de um país, mais desenvolvido ele é. Ser professor deveria ser uma das profissões mais valorizadas, uma das mais importantes (Irene, entrevista, 16/11/2008).

Mesmo perante as tensões e conflitos as docentes mostram que é possível sentir-se bem, especialmente se exercem uma atividade de responsabilidades e valor. Para Mellowki e Gauthier<sup>27</sup>, o professor ocupa uma posição estratégica nas relações sociais. Exerce um papel intelectual importante sendo portador, intérprete e crítico de uma cultura e produtor de conhecimento; guardião responsável pela consolidação das regras de condutas e maneiras de ser, valorizada pelas sociedades. Detêm o mandato do Estado e da sociedade civil como difusor de saberes, ideologias, maneiras de ser e conviver no mundo.

Ainda que socialmente desvalorizadas, as professoras sabem que possuem o poder de influenciar as futuras gerações, pois exercem um papel sociocultural de quem lida, interpreta, transmite e faz mediações diretas com o conhecimento historicamente acumulado. Foi assim que passamos a pensar sobre o quão importante é ocupar este lugar de mediador entre o conhecimento e os alunos. Mediar o conhecimento é contribuir com a aprendizagem de outros sujeitos, com o desenvolvimento cultural, social e humano de uma geração. Trata-se de colaborar

com a construção de uma consciência filosófica em detrimento da alienação.

Essa tarefa de enormes responsabilidades é percebida pelas docentes deste estudo como sendo a razão de ser de seu trabalho; como fonte de satisfação, pois exercê-la é uma oportunidade para mediar, acompanhar, observar, interferir e influenciar no processo de constituição de seus alunos. Quando contribuem, auxiliam, colaboram e promovem a aprendizagem e o desenvolvimento de seus alunos ou exercem influências positivas sobre eles, sentem que as forças e as esperanças são revigoradas, pois têm a chance de elevar a formação dos alunos e refazerem a si mesmas.

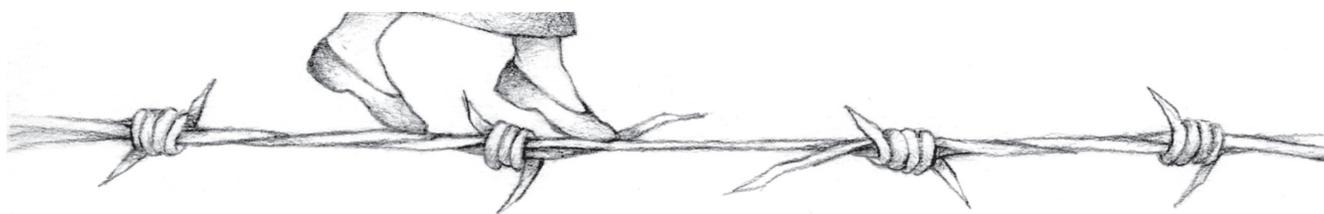
Mas promover a aprendizagem dos alunos não tem sido uma experiência bem-sucedida em nosso país. O prazer de mediar o conhecimento e o patrimônio cultural acumulado pela humanidade é a todo tempo ameaçado pela não aprendizagem, pelos analfabetos funcionais ou pelo fracasso escolar. Essa

realidade, que marca a educação brasileira, nos obriga a encontrar formas e saídas para auxiliar as professoras nesta tarefa árdua de ensinar-aprender. A situação nos leva a pensar sobre a necessidade de se elevar a formação dos professores, de contribuir para que estes ampliem a visão sobre o conhecimento e sobre os processos de ensino para que exerçam com vigor, criatividade e consciência crítica o trabalho árduo de mediar e compartilhar a cultura acumulada pela sociedade.

Uma sólida formação profissional deve ajudar os docentes a lidarem com o fracasso escolar, com as dificuldades de aprendi-

zagem. Deve ajudá-los a examinar criticamente as situações de ensino, a desenvolverem a autonomia de pensamento, a apropriarem-se teórico-praticamente da própria realidade, a agirem sobre suas práticas, a construir valores e atitudes a partir das necessidades e desafios que o ensino, como prática social, lhes coloca. Pois, se queremos professores capazes de refletir e agir criticamente, sujeitos de mediações e aprendizagens significativas, então é importante formá-los para um saber-fazer crítico, reflexivo, político da atividade docente. Revigorá-los e instigá-los com base no pensamento dialético, na capacidade de analisar, questionar e incentivá-los a investigar a própria prática e transformar saberes-fazeres em favor da aprendizagem dos alunos, num processo de permanente construção de sua própria identidade. Isso se torna necessário para que encontrem saídas e trabalhem na elaboração das tramas de seu próprio bem-estar.

Para tanto é importante que a formação profissional aconteça sem menosprezar aquilo que professores ou futuros professores já pensam e sabem sobre o ensino. Uma formação profissional que se preocupe em ressignificar os saberes docentes e ampliar



os conhecimentos destes sobre a educação. Tardif<sup>28</sup> inclusive alerta para os perigos que representam os cursos de formação de professores, historicamente idealizados com preocupações aplicacionistas do conhecimento, modelos que desprezam os saberes que professores já elaboraram.

Esse modelo de formação docente, ao que tudo indica, mostra-se esgotado e precisa ser substancialmente revisto, de forma que os desafios colocados sejam enfrentados numa relação de diálogo entre teoria e prática educacional. Relação dialógica comprometida em ultrapassar as dicotomias entre as *teorias professadas* pelas universidades e as *teorias praticadas* pelo professores e superar a falsa idéia dos docentes como meros aplicadores de conhecimentos. Para Ghedin<sup>29</sup> é necessário ir além dos modelos tradicionais da racionalidade técnica, que reduzem o docente a alguém que soluciona problemas instrumentais, e ultrapassar a epistemologia da prática, que negligencia o papel da interpretação teórica na compreensão da realidade prática formativa dos docentes em favor da epistemologia da práxis, que amplia e reforça a dialética entre teoria e prática no fazer docente.

Reinventar a formação profissional a partir da epistemologia da práxis poderá auxiliar os professores em seu papel de intérpretes de cultura e conhecimento, de mediadores dos processos de ensinar-aprender, sujeitos produtores de conhecimentos sobre o ensino, intelectuais críticos, transformadores da própria prática.

Outro ponto importante desta discussão está em considerar que as instituições escolares são cenários privilegiados de experiências. Como já mencionado em outra ocasião deste texto, a escola é um espaço-tempo importante para a aprendizagem e a formação docente. Entretanto, é preciso que as instituições escolares sejam organizadas para cumprirem melhor este papel e assegurarem as vivências de aprendizagem, reflexão e reatuação, pelos professores, de seus saberes. Segundo Alarcão<sup>30</sup>, para que a escola se constitua como um contexto eficiente de formação é preciso que todos os que ali atuam reflitam sobre a vida que nela se vive, sobre a prática educativa desenvolvida no seu interior; que avaliem seu projeto educativo, sua ação curricular, de modo que a escola possa contribuir com a alegria, o prazer e o desenvolvimento pessoal e profissional, não apenas dos que nela estudam, mas também dos que nela ensinam.

Certamente, esse é um desafio colocado a todos profissionais da educação, os que atuam na escola, sejam aqueles mais diretamente ligados à organização do trabalho na escola, como os supervisores, orientadores, gestores escolares, que precisam aprender a gerir a instituição escolar potencializando as oportunidades para aprendizagem, inteligibilidade e construção de conhecimento, sejam os próprios professores, que terão de aproveitar o tempo

para a aprendizagem, o exercício da reflexão e da crítica situada sobre os contextos e o trabalho que realizam.

Nesse percurso, desvelou-se outra face do bem-estar e da constituição da resiliência das professoras: as relações que se estabelecem com os pares no interior da escola. Relações marcadas pela força da sinceridade, da amizade, do companheirismo e da solidariedade que desestabilizam o mal-estar e minimizam o desgaste emocional provocado pelo estresse. As relações norteadas pela colaboração e pela solidariedade estão presentes na escola e servem de barricadas para a resistência às ameaças de fragmentação e isolamento que afetam as docentes. Mesmo com o corre-corre diário, muitas professoras burlam o mal-estar, constroem ou renovam laços de camaradagem. Em diferentes ocasiões não deixam de lado a amizade e rompem as barreiras da indiferença.

Como entendem Fullan e Hargreaves<sup>31</sup>, o ensino tem sido designado como uma profissão solitária, situação fortemente enraizada ao longo dos tempos e reforçada pela arquitetura das escolas, que separa e fisicamente isola todos, ou, ainda, pela cultura do individualismo. Todavia, a colaboração de uns em favor de outros e a união no trabalho coletivo são fatores de bem-estar que ajudam a quebrar as barreiras do isolamento e do privativismo. Para que os fios da colaboração e da solidariedade não sejam estilhaçados e se percam na trama, coloca-se em pauta a importância do trabalho coletivo. Ainda que professores não se

---

*Reinventar a formação profissional a partir da epistemologia da práxis poderá auxiliar os professores em seu papel de intérpretes de cultura e conhecimento, de mediadores dos processos de ensinar-aprender, sujeitos produtores de conhecimentos sobre o ensino, intelectuais críticos, transformadores da própria prática.*

---

---

*O trabalho coletivo pode ser um movimento precioso, no qual, pela ação conjunta, política, solidária e integradora, sejam superadas as ansiedades, as inseguranças na profissão, o isolamento e a solidão na escola, o medo do fracasso, sentimentos que podem provocar paralisia e alienação.*

---

envolvam coletivamente ou ainda que preferam se virar sozinhos, não aderindo ao grupo, os autores sugerem que é necessário romper as barreiras do individualismo e, assim, possibilitar-lhes experimentar e descobrir melhores formas de trabalhar em conjunto e superar a falsa colaboração. A cooperação e a colaboração, características do trabalho coletivo, tornam-se canais de comunicação, vias para as relações de diálogo e reinvenção dos saberes docentes, além de contribuir para que as professoras se sintam amparadas afetivamente dentro da escola. Isso porque o apoio do grupo, especialmente se há cooperação e sensação de que a própria individualidade é preservada, traz segurança, conforto e confiança.

O trabalho coletivo na escola também pode ser uma valiosa oportunidade para que as docentes reflitam sobre o mal-estar, superem o tom querelante, as queixas irrefletidas e inócuas, que geram apatia no grupo e contribuem para que as dificuldades sejam vistas como sendo intransponíveis ou simplesmente problemas imediatos, individuais, enfrentados na sala de aula e na escola. O trabalho coletivo pode ser um movimento precioso, no qual, pela ação conjunta, política, solidária e integradora, sejam superadas as ansiedades, as inseguranças na profissão, o isolamento e a solidão na escola, o medo do fracasso, sentimentos que podem provocar paralisia e alienação.

O bem-estar, que renova o equilíbrio das docentes, é também vivenciado nas relações de respeito e confiança no interior da escola. Receber o reconhecimento de quem está no dia a dia da escola, seja o aluno, os pares ou a comunidade escolar, pelo trabalho desenvolvido revigora os ânimos e reafirma a crença no poder de uma intervenção sistematizada e planejada em favor do desenvolvimento de outros sujeitos. Ser lembrado, ser valorizado especialmente pelas pessoas de dentro da escola, que sabem e participam das dificuldades que envolvem o ensino, é bastante recompensador. O ex-aluno que volta à escola e rememora o

papel importante da professora que marcou sua história de vida; os familiares que respeitam e apreciam a aventura de quem ensina, bem como o reconhecimento dos pares, inspiram as professoras a atribuírem sentido positivo às suas práticas e a permanecerem com vitalidade nessa profissão.

Não se pode deixar de mencionar ainda que o reconhecimento e o respeito recebidos pelos docentes precisam ser compreendidos como uma construção social, como um compromisso em favor do desenvolvimento e da humanização da sociedade, e não como um jogo de poder, um vale-tudo em favor do próprio ego. O prazer advindo do reconhecimento e do respeito em relação ao trabalho realizado precisa ser vivido com responsabilidade ética e não como um desejo de reconhecimento em si mesmo ou para si mesmo.

Entrelaçada à colaboração e à cooperação que compõem a trama do bem-estar na docência, está, aliás, a possibilidade de aprender com o outro, especialmente com os pares de profissão. Aprender, ouvir, escutar, compartilhar com o colega de profissão lubrifica as forças e protege a alma. Aprender com o outro é sempre uma oportunidade de reinventar a própria experiência:

Quando comecei, me sentia, assim, um pouco perdida. Mas agora, quando tenho alguma dúvida ou dificuldade corro nas minhas colegas mais experientes. Só tenho a aprender com elas. Uma delas tem doze anos de profissão, ela sabe mais ou menos o caminho. Tenho aprendido muito com elas, assim eu não fico para trás (Joana, nota n. 05, de 13/03/2008).

Compartilhar conhecimentos com outras professoras é muito bom. Só que, dentro da escola, é tudo muito fragmentado, há muita desunião. Cada um fazendo por si só. Tem muita gente que cria, mas tem muita gente que copia, pega tudo pronto. Então, uns ficam mais sobrecarregados, mais comprometidos, outros, só querendo facilidades. Isso não é compartilhar, falta compartilhar, discutirmos juntas, trocas idéias, planejar. Isso é legal! (Irene, Entrevista, em 16/10/2008).

Aprender com os pares da profissão não pode ser confundido com o ato de consumir experiências vividas por outrem, até porque, como lembra Larrosa<sup>32</sup>, a experiência não é algo que se consome, mas que se vive. Na realidade, aprender com o outro é sempre uma oportunidade de construir o próprio saber. Então, quando se fala de trabalho coletivo, de colaboração e da importância de aprender com os pares da profissão trata-se de as professoras estarem juntas ou reunidas, não para consumir planos ou projetos de ensino ou para incentivar uma prática apoiada em informações descontextualizadas ou vivências alheias à própria realidade, mas para criar meios de viver dentro da escola, criar oportunidades de partilhar saberes e reinventar caminhos, elaborar conhecimentos, pensar criticamente o mundo, modificar a realidade, modificar-se e reinventar-se.

Também não se pode deixar de dizer que o bem-estar tem uma dimensão pessoal importante, que é a dimensão de voltar-se para si, conhecer-se e, com isso, situar-se melhor no mundo em que vive. Esse processo requer avaliação de si mesmo e do trabalho que se realiza, o que implica tomar distanciamento crítico da realidade circundante e dos acontecimentos do ensino e da educação a fim de aproximar-se epistemologicamente dos

fatos, ultrapassar ideologias, superar a autocomplacência, rever as próprias fragilidades e assumir-se como sujeito histórico e cultural, curioso, coerente, epistêmico, resiliente e mais consciente para a importância social e política do seu trabalho. Tarefa a ser assumida necessariamente pelos professores. Isso porque, na realidade, os professores são sujeitos decisivos neste processo de superação, enfrentamento e prevenção dos problemas que provocam estresse, pois o bem-estar docente não é algo dado, mas construído e vivido no interior do próprio trabalho.

Diferente de um trabalho rigorosamente fragmentado, orientado pela repetitividade dos gestos, pela monotonia, padronização e individualização de tarefas, o que provoca sofrimento e gera patologias mentais – pois se o indivíduo passa a ignorar o sentido, o destino e a importância do trabalho que faz, o adoecimento é inevitável – o trabalho docente comporta sempre uma margem de autonomia e criatividade. Como bem considera Sacristán<sup>33</sup>, o professor não é simplesmente alguém que aplica técnicas e cumpre tarefas estabelecidas de fora. Precisa selecionar, ponderar, filtrar, decidir, valorizar e acomodar os conhecimentos e as situações que pretende utilizar. Tal potencial criador e todas as especificidades que o saber-fazer docente abriga revigoram, apresentando-se como um contragolpe no mal-estar que assola a docência.

Diante da complexidade das práticas e do trabalho docente, compreende-se que o bem-estar e a permanência das professoras na profissão se ligam às possibilidades de elas atribuírem sentido ao trabalho que realizam. Ainda que as professoras entrevistadas tenham mencionado que o bem-estar reside em gostar do que fazem, o mais relevante é o sentido que dão à paixão pelo que fazem. Insistimos nisso porque o discurso de que “gostam de ser professoras” e que, por isso, “sentem prazer na profissão” tem determinantes ideológicos que podem não ser percebidos pelas professoras.

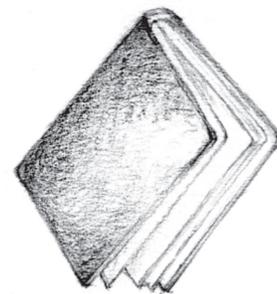
Gostar de ser professora, como bem lembra Fontana, está intimamente arraigado à idéia de vocação, amor, doação, missão a ser “naturalmente”<sup>34</sup> assumida pelas mulheres, evidenciando

---

*Diante da complexidade das práticas e do trabalho docente, compreende-se que o bem-estar e a permanência das professoras na profissão se ligam às possibilidades de elas atribuírem sentido ao trabalho que realizam.*

---

uma supervalorização dos aspectos pessoais em detrimento da formação acadêmica e gerando obstáculos à passagem do plano maternal ao profissional, do plano afetivo ao político pedagógico. A face boazinha da professora, aquela que é professora porque gosta de criança ou nasceu vocacionada para exercer esse papel, é desmistificada pela perspectiva histórico-cultural, que nos ensina que não nascemos professoras, e muito menos amantes do magistério, antes vivenciamos um processo tenso, inacabado, inconcluso, permeado por relações de gênero, em que aprendemos a ser homens ou mulheres nas relações que estabelecemos entre nós, mediados pelos significados e práticas culturais.



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pois o bem-estar docente não é algo dado, mas construído, vivido dentro e fora de cada da escola.

Andréia Cristina Rezende Rodrigues de Paula, 2009.<sup>35</sup>

Sem a pretensão de produzir transformações no contexto escolar ou nas práticas docentes, dirigimos nossa atenção para as experiências bem-sucedidas e extraímos as sínteses que exemplificam como professores percebem e resistem ao sofrimento; como representam o mal-estar e as satisfações profissionais; como vivenciam, lidam e enfrentam o estresse. Com o intuito de desvelar o sentido das satisfações, alegrias e prazeres que muitos professores encontram no exercício da docência, nos aproximamos de cinco professoras que, apesar das dificuldades que enfrentam cotidianamente, resistem, buscam caminhos ou alternativas que revigoram as forças e as fazem permanecer na profissão. Para analisar esse fenômeno comum entre docentes que vivem em meio ao estresse característico do cotidiano escolar, consideramos os sujeitos e os cenários desta investigação como sistemas vivos, complexos, inacabados e imprevisíveis. Não se trata, portanto, de anunciar regularidades, relações de causa e efeito ou de buscar generalizações para situações similares. Trata-se da elaboração de um espaço de inteligibilidade para esse fenômeno chamado de bem-estar docente.

O bem-estar docente evidencia-se numa tensa, conflituosa e dialética relação com o estresse dos professores. A evidência da complexidade dessa trama leva-nos, portanto, a descartar o viés da simplificação que separa mal-estar *versus* bem-estar, estresse *versus* resiliência, certo *versus* errado, objetividade *versus* subjetividade, dicotomias produzidas e naturalizadas pela racionalidade moderna, como se fosse possível compreender os fenômenos humanos fragmentando-os em lados estanques que não se misturam.

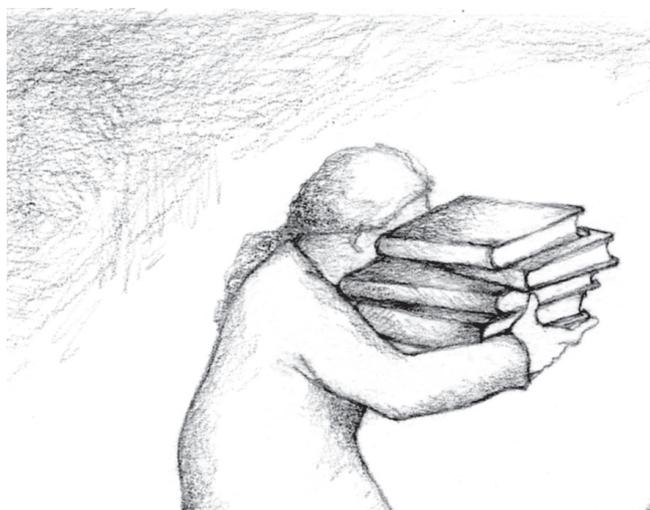
Por essa perspectiva as fontes de estresse e bem-estar não se separam, mas se intercambiam, obrigando-nos a pensar na totalidade e nas contradições das práticas educativas, nos horizontes pessoais, sociais, culturais, políticos e históricos do fazer docente. O bem-estar docente, conforme pudemos compreender, diz respeito à resistência dos professores. Resistência docente, que segundo Kramer<sup>36</sup> pode e deve ser revestida de *resistência política*, o que permite continuar na luta por uma vida justa, digna e igualitária, e de *resistência profissional*, que conduz os professores para a compreensão da escola como espaço-tempo social e cultural de direito e acesso ao saber e, finalmente, de *resistência cidadã*, que se expressa na capacidade de não sucumbir à corrupção e à impunidade e na força da indignação, inibindo o fatalismo e a desesperança.

O bem-estar e o estresse docentes são temas que apontam para a urgência da valorização profissional, para a importância do acesso a uma sólida e rigorosa formação cultural e profissional; para o compromisso político em garantir melhores condições de trabalho, salários justos; para a ampliação do pensamento autônomo em que os docentes assumam suas responsabilidades políticas e sociais na tarefa de ensinar, como pessoas e profissionais com maior capacidade de construir e tornar inteligíveis seus saberes, com autonomia para intervir nas decisões tomadas na escola e com maiores possibilidades de ampliar os recursos culturais e intelectuais dos alunos; para o trabalho coletivo, crítico e reflexivo que situe e contextualize a realidade escolar, desnaturalizando os simulacros que ali são, por vezes, cultivados. Isso mostra ser necessário falar, compreender, evidenciar e vivenciar o bem-estar na docência.

Enfim, tecidos por muitos fios o bem-estar e o estresse das professoras se interpenetram, pois dizem respeito aos enleios e sofrimentos da profissão que, não obstante, se unem à esperança ontológica, à persistência em continuar professora, à coragem, à determinação, à ousadia em sonhar, à responsabilidade ética com o outro, à alegria em resistir e permanecer, à astúcia em golpear o mais forte nos jogos de poder. Todos esses fios compõem uma urdidura pela qual passa a trama de nossa constituição como professores.



*as fontes de estresse e bem-estar não se separam, mas se intercambiam, obrigando-nos a pensar na totalidade e nas contradições das práticas educativas, nos horizontes pessoais, sociais, culturais, políticos e históricos do fazer docente.*



## NOTAS

- <sup>1</sup> Baseado na dissertação de mestrado defendida por Andréia Cristina Rezende Rodrigues de Paula, em agosto de 2009, junto ao Programa de Mestrado em Educação da Universidade Federal de Uberlândia/UFU.
- <sup>2</sup> ESTEVE, J. M. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores.** São Paulo: EDUSC, 1999.
- <sup>3</sup> **Id. ibid.**
- <sup>4</sup> DUARTE, J. F. **Itinerário de uma crise: a modernidade.** Curitiba: UFPR, 2002.
- <sup>5</sup> SANTOS, B. S. **A Crítica da razão indolente: contra o desperdício da experiência.** São Paulo: Cortez, 2007.
- <sup>6</sup> DE PAULA, A. C. R. **Por entre tramas e fios: o estresse e o bem-estar de professoras em uma escola pública de Uberlândia-MG.** 2009. 132f. Dissertação (Mestrado em Educação). Faculdade de Educação, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia. 2009.
- <sup>7</sup> A escolha das professoras, sujeitos da pesquisa, não aconteceu aleatoriamente. Propôs-se, conforme os objetivos da pesquisa, a acompanhar o dia a dia de docentes que gostam de ser professores e que, apesar das adversidades que recaem sobre a educação e o ensino, não renunciaram à prerrogativa de desempenhar a profissão.
- <sup>8</sup> BOGDAN, R.; BILKEN, S. **Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos.** Porto (Portugal): Ed. Porto, 1994. p.150.
- <sup>9</sup> GONZÁLEZ REY, F. **Pesquisa qualitativa e subjetividade: os processos de construção da informação.** São Paulo: Thomson, 2005. p. 42.
- <sup>10</sup> DE PAULA, A. C. R. (2009), **op. cit.**, p. 89.
- <sup>11</sup> Nome fictício, assim como os demais nomes relacionados aos sujeitos desta pesquisa.
- <sup>12</sup> LARocca, P. **Psicologia na formação docente.** Campinas(SP): Ed. Alínea, 1999.
- <sup>13</sup> ESTEVE, J. M. (1999), **op. cit.**
- <sup>14</sup> Luigi Pirandello (1867–1936), escritor e dramaturgo italiano, é reconhecido pela originalidade de suas peças teatrais que trazem o público para dentro da cena. O público também se torna personagem, exerce um papel, mesmo que inusitado.
- <sup>15</sup> ESTEVE, J. M. (1999), **op. cit.**, p. 18.

- <sup>16</sup> CAVACO, M. H. Ofício de professor: o tempo e as mudanças. In: NÓVOA, A. (Org.). **Profissão professor**. Porto (Portugal): Porto Ed., 1995.
- <sup>17</sup> CUNHA, M. I. Profissionalização docente: contradições e perspectivas. In: VEIGA; CUNHA (Orgs.). **Desmistificando a profissionalização do magistério**. São Paulo: Papirus, 1999.
- <sup>18</sup> HARGREAVES, A. **Professorado, cultura y postmodernidade**: cambian los tiempos, cambia el professorado. Madrid (Espanha): Morata, 2003.
- <sup>19</sup> TARDIF, M.; LESSARD, C. O **Trabalho docente**: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas. Petrópolis(RJ): Vozes, 2005.
- <sup>20</sup> KRAMER, S. **Por entre pedras**: armas e sonho na escola. São Paulo: Ática, 2006. p. 192.
- <sup>21</sup> OLIVEIRA, D. A. A reestruturação do trabalho docente: precarização e flexibilização. **Educação e Sociedade**, v. 25, n. 89, p. 1127- 1144, set./dez., 2004.
- <sup>22</sup> FULLAN, M.; HARGREAVES, A. **Por que é que vale a pena lutar?** O trabalho em equipe na escola. Porto (Portugal): Porto Ed., 2001.
- <sup>23</sup> **Id. ibid.**
- <sup>24</sup> DE PAULA, A. C. R. (2009), **op.cit.**, p.98.
- <sup>25</sup> DUARTE, J. F. **Itinerário de uma crise**: a modernidade. Curitiba: UFPR, 2002. p. 68.
- <sup>26</sup> FREUD, S. O mal-estar da civilização. In: \_\_\_\_\_. **Obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- <sup>27</sup> MELLOWKI, M; GAUTHIER, C. O professor e seu mandato de mediador, herdeiro, intérprete e crítico. **Educação e Sociedade**, Campinas, v. 25, n.87, p. 537-571, maio/ago., 2004.
- <sup>28</sup> TARDIF, M. **Saberes docentes e formação profissional**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2002.
- <sup>29</sup> GHEDIN, E. Professor reflexivo: da alienação da técnica à autonomia da crítica. In: PIMENTA; GHEDIN (Orgs.). **Professor reflexivo no Brasil**: gênese e crítica de um conceito. São Paulo: Cortez, 2002.
- <sup>30</sup> ALARCÃO, I. Escola Reflexiva. In: ALARCÃO, I. (Org.). **A escola reflexiva e a nova racionalidade**. Porto Alegre: Artmed Ed., 2001.
- <sup>31</sup> FULLAN, M. ; HARGREAVES, A. (2001), **op. cit.**
- <sup>32</sup> LARROSA, J. **Notas sobre a experiência e o saber de experiência**. Campinas (SP): Universidade Estadual de Campinas, 2002.
- <sup>33</sup> SACRISTÁN, J. G. **Poderes instáveis em educação**. São Paulo: Artmed Ed., 1997.
- <sup>34</sup> FONTANA, R. C. **Como nos tornamos professoras?** Aspectos da constituição do sujeito como profissionais da educação. Campinas: Autêntica, 2003. p. 35.
- <sup>35</sup> DE PAULA, A. C. R. (2009), **op.cit.**, p. 106.
- <sup>36</sup> KRAMER, S. (2006), **op.cit.**

## ABSTRACT

*Andréia Cristina Rezende Rodrigues de Paula; Marisa Lomónaco de Paula Naves. **Teacher stress and well-being**.*

*This article deals with research on teacher stress and well-being, discussing well-being indicators that motivate teachers to remain in their profession, finding satisfaction and pleasure in their work. Subjects and scenarios were considered as live, complex, and unfinished systems in this ethnographic research, thus justifying a qualitative approach. Field observations, descriptions, and notes collected in 2008 were used as data, as well as interviews with women teachers who, despite adversities faced on a daily basis, were not disheartened and continued to perform their work.*

**Keywords:** *Stress; Teacher; Teacher well-being; School day-to-day.*

## RESUMEN

*Andréia Cristina Rezende Rodrigues de Paula; Marisa Lomónaco de Paula Naves. **El estrés y el bienestar de los docentes**.*

*Se trata de una investigación sobre el estrés y el bienestar docentes que busca poner en evidencia los indicadores del bienestar que motivan a los docentes a persistir en la profesión y a encontrar satisfacción y placer en la realización de su trabajo. Se consideró a los sujetos y los escenarios de la investigación etnográfica como seres vivos, complejos e inacabados lo que justifica un abordaje cualitativo. Se utilizaron, para la recolección de datos, observaciones, descripciones y anotaciones realizadas en campo, en 2008, y entrevistas realizadas con profesoras, que a pesar de las adversidades que diariamente enfrentan en su quehacer escolar no sucumbieron al desaliento y permanecieron en la profesión.*

**Palabras clave:** *Estrés; Docente; Bienestar docente; Cotidiano escolar.*