

CAMINHOS PARA O BEM-ESTAR DOCENTE: AS ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO UTILIZADAS PELOS PROFESSORES FRENTE ÀS ADVERSIDADES DO TRABALHO DOCENTE NA CONTEMPORANEIDADE

Flavinês Rebolo*

Recebido: 14 set. 2011 Aprovado: 23 set. 2011

*Doutora, professora do Programa de Pós-Graduação em Educação – Mestrado e Doutorado na Universidade Católica Dom Bosco (UCDB). Campo Grande, MS, Brasil. E-mail: flavines.rebolo@uol.com.br

Resumo: O artigo analisa as estratégias de enfrentamento mais utilizadas pelos professores frente às adversidades do trabalho docente na contemporaneidade. As análises foram realizadas a partir da releitura dos dados obtidos em duas pesquisas realizadas anteriormente sobre o mal-estar e o bem-estar docente. Por meio de análise temática de conteúdo, buscou-se identificar os modos como os professores reagem frente às frustrações e conflitos decorrentes do exercício do magistério. O enfrentamento é um processo que visa a adaptação às condições e situações adversas do trabalho e que pode ser realizado por meio de alterações das condições externas ou da modificação da conduta em relação a essas condições, de forma individual ou coletiva, ativa ou passivamente, e focada no problema ou na emoção. Constatou-se que as estratégias que buscam a modificação da conduta, realizadas de forma individual e passivamente, foram as mais utilizadas pelos professores.

Palavras-chave: Trabalho docente. Mal-estar docente. Estratégias de enfrentamento. Mecanismos de defesa. Bem-estar docente.

PATHS FOR THE TEACHING'S WELL-BEING: COPING STRATEGIES USED BY TEACHERS FACING THE ADVERSITIES OF TEACHING NOWADAYS

Abstract: The article examines the coping strategies most frequently used by teachers against the adversities of teaching nowadays. Analyses were performed from the results obtained and the re-reading of data from two surveys carried out earlier about the malaise and welfare of teachers teaching in public schools. Identifying the ways in which teachers react to the frustrations and conflicts arising from the practice of teaching was sought through the thematic analysis of the content from successive approximations of the data with the theoretical approach used. Coping is a process aimed at adapting to adverse situations and conditions of work and can be accomplished by changing external conditions or the modification of behavior in relation to these conditions. These changes can be made individually or collectively, actively or passively and problem-focused or emotion. It was found that strategies aimed at modifying the behavior, performed individually and passively, are most often used by teachers.

Key words: Teaching. Teaching malaise. Coping strategies. Defense mechanisms. Well-being of teachers.

INTRODUÇÃO

O artigo apresenta uma análise dos resultados obtidos em duas pesquisas realizadas anteriormente sobre o mal-estar e o bem-estar docente, e tem por objetivo aprofundar a discussão sobre as estratégias de enfrentamento mais utilizadas pelos professores frente às adversidades do trabalho docente na contemporaneidade.

As análises apresentadas neste texto foram realizadas a partir dos resultados obtidos e da releitura dos dados coletados nas duas pesquisas prévias. Nestas pesquisas, os dados foram coletados junto a professores de uma rede estadual de ensino, com a utilização de duas técnicas: 1- entrevistas semiestruturadas, por meio das quais se colheram as histórias de vida profissional de 16 professores e que foram analisadas, inicialmente, com vistas a identificar os fatores desencadeadores do mal-estar docente, e 2- por meio de grupos focais, dos quais participaram 25 professores, e que foram analisados visando, a princípio, identificar os fatores e as dinâmicas que geram e mantêm o bem-estar docente.

As releituras e as sucessivas aproximações dos dados com o aporte teórico sobre estratégias de enfrentamento e mecanismos de defesa foram realizadas com o modelo de análise temática de conteúdo, conforme descrito por Martin W. Bauer e George Gaskell (2010). Com esta análise, buscou-se identificar os modos como os professores, tanto os que se declararam felizes (na pesquisa sobre o bem-estar), como os que se declararam infelizes (na pesquisa sobre o mal-estar) com o trabalho, reagem frente às adversidades, frustrações e conflitos decorrentes do exercício do magistério nos dias atuais.

Faz-se, inicialmente, uma breve contextualização dos aspectos mais marcantes da sociedade contemporânea, como por exemplo, o efêmero, a rapidez, a indiferença e os excessos, para mapear, ainda que de forma rápida, as origens das adversidades enfrentadas pelos professores ao realizarem seu trabalho. A seguir, discute-se o trabalho, sua importância para o Homem e para a pessoa do professor, como atividade que contribui para a construção de sua identidade e seu bem-estar pessoal e social, mas que pode ser também, gerador de sofrimento. Visando minimizar o sofrimento no trabalho, os trabalhadores utilizam-se das estratégias de enfrentamento, apresentadas na terceira parte do texto e relacionadas prioritariamente ao trabalhador-professor.

O enfrentamento é um processo dinâmico e implica na tentativa de adaptação às condições e situações que geram insatisfações e conflitos. Seja buscando alterar as condições externas ou modificando a conduta em relação a essas condições, é possível encontrar uma

grande variedade de estratégias (individuais e coletivas, ativas e passivas, focadas no problema e focadas na emoção), o que permite que, quando a estratégia que está sendo utilizada não se mostra eficaz, seja substituída por outra. Essa substituição, no entanto, não depende apenas das características de cada indivíduo, mas depende, também, da dinâmica do grupo em que está inserido e das condições oferecidas pelo ambiente de trabalho. Constataram-se com as análises realizadas, que as estratégias de enfrentamento mais utilizadas pelos professores são aquelas que buscam a modificação da conduta, realizadas de forma individual e ativamente.

O CONTEXTO CONTEMPORÂNEO E O TRABALHO DOCENTE

É em um contexto muito parecido como o descrito por Gilles Lipovetsky (1989), em seu livro *A Era do Vazio*, que encontramos o professor realizando o seu trabalho nos dias de hoje. Um contexto onde

[...] a indiferença cresce. Em lado algum o fenômeno é tão visível como no ensino, onde, em poucos anos, com a velocidade de um relâmpago, o prestígio e a autoridade dos docentes desapareceram quase por completo. Hoje, o discurso do Mestre encontra-se banalizado, dessacralizado, em pé de igualdade com o dos media, e o ensino é uma máquina neutralizada pela apatia escolar, feita de atenção dispersa e de cepticismo desenvolvido ante o saber. [...] Portanto, torna-se necessário inovar a todo custo: sempre mais liberalismo, participação, investigação pedagógica (p. 28).

Um lugar vazio caracterizado não pela ausência, pela falta; ao contrário, trata-se de um vazio que está surgindo da saturação, dos excessos: excesso de valores, de informações, de trabalho, de discursos, de lazer, de necessidades, de desejos, de consumo, etc. Um “vazio cintilante”, conforme a expressão de Jair Ferreira dos Santos (1980, p. 96), com excesso de cintilações das telas dos televisores, dos computadores, das vitrines, dos outdoors, que invadem o cotidiano, “simulam o real e seduzem o sujeito; convertem a vida em um show contínuo e as pessoas em espectadores permanentes”. Um vazio com excesso de individualismo que acaba por engendrar atitudes de deserção social, de apatia e indiferença frente aos grandes problemas sociais e humanos. Indivíduos apáticos, para os quais, aparentemente, falta energia, sentimentos e motivações, ainda que suas ações demonstrem uma intensiva mobilidade que busca acompanhar as mudanças.

Indivíduos indiferentes, mas marcados por uma indiferença que “só muito parcialmente corresponde àquilo a que os marxistas chamam de alienação”, conforme observa Lipovetsky (1989, p. 40):

[...] a alienação analisada por Marx, resultante da mecanização do trabalho, deu lugar a uma apatia induzida pelo campo vertiginoso dos possíveis e o *self-service* generalizado; começa então a indiferença pura, desembaraçada da miséria e da ‘perda de realismo’ dos inícios da industrialização.

Indivíduos indiferentes às instituições sociais por estarem embaraçados em uma nova miséria, tão bem descrita por Pierre Bourdieu (1997) em seu livro “A Miséria do Mundo”, caracterizada por modos e situações de vida determinados pelos limites impostos à pessoa pelo meio sócio-cultural e econômico, a despeito das infinitas possibilidades colocadas à sua disposição por esse mesmo meio. Uma miséria que, em relação aos professores, já se anunciava em 1878, quando, por ocasião da elaboração de seu relatório anual, o então diretor da Escola Normal de São Paulo, refere-se aos professores como os “mendigos do funcionalismo”, e já enfatizava, naquela época, a “falta de reconhecimento social e de compensação material para o trabalho docente” (CATANI, 1989, p. 19). Hoje, certamente, sua argumentação poderia se estender muito além da questão salarial e do reconhecimento social, pois as transformações na sociedade não deixam de fora a Educação; atingem-na, como instituição social que é, esvaziando-a de sentido e significado. Professores e alunos são os que sentem mais diretamente as conseqüências dessa perda de sentido: habitam escolas cheias de normas, de regras, de conteúdos, de contradições, que exigem novas formas de ser e de fazer; escolas mais lotadas, mais superpovoadas e, paradoxalmente, cada vez mais vazias.

Além dos vazios, dos excessos e das indiferenças, há ainda, na sociedade contemporânea, a rapidez e o efêmero. Tudo se transforma muito rapidamente, não deixando o tempo necessário para uma adaptação satisfatória. Ainda que a capacidade adaptativa do Homem seja bastante grande, ela opera dentro de certos limites que, ao não serem respeitados geram uma sobrecarga nos sistemas de adaptação. A superestimulação (provocada pelos excessos) e o efêmero (resultado da rapidez com que novos valores e necessidades são criados) obrigam as pessoas a lidarem “com fatos, relacionamentos e objetos desconhecidos e imprevisíveis. Seus modos habituais de fazer as coisas [...] já não são mais apropriados” (TOFFLER, 1998, p. 280), o que acarreta um desgaste, tanto físico como psicológico, e cujos danos, ainda que variáveis, posto serem singulares a cada pessoa, podem se estender “por todo

o espectro que vai da ansiedade e da hostilidade à autoridade colaborada, e da violência aparentemente sem sentido até a doença física, a depressão e a apatia”(p. 264).

José Manuel Esteve (1991), ao analisar a situação dos professores dentro desse contexto, efêmero, de excessos e de vazios, retrata-a da seguinte forma:

[...] a situação dos professores perante a mudança social é comparável à de um grupo de atores, vestidos com traje de determinada época, a quem sem prévio aviso se muda o cenário, em metade do palco, desenrolando um novo pano de fundo, no cenário anterior. Uma nova encenação pós-moderna, colorida e fluorescente, oculta a anterior, clássica e severa. A primeira reação dos atores seria a surpresa. Depois, tensão e desconforto, com um forte sentimento de agressividade, desejando acabar o trabalho para procurar os responsáveis, a fim de, pelo menos, obter uma explicação. Que fazer? Continuar a recitar os versos, arrastando largas roupagens em metade de um cenário pós-moderno, cheio de luzes intermitentes? Parar o espetáculo e abandonar o trabalho? Pedir ao público que deixe de rir para que se ouçam os versos? (p. 97).

Frente às grandes transformações a que estão submetidos escolas e professores, são muitas as adversidades a serem enfrentadas e, antes de uma análise mais detalhada das várias estratégias de enfrentamento que os professores podem utilizar e aquelas que de fato utilizam, serão feitas algumas considerações sobre o significado do trabalho para a pessoa do professor.

O PROFESSOR E O TRABALHO: EM BUSCA DE EQUILÍBRIO

O trabalho é um conjunto de ações que exige o dispêndio de energia física e psíquica, com vistas a produzir bens e serviços e que, para além de satisfazer as necessidades individuais e o bem-estar pessoal, contribui ainda para a manutenção e desenvolvimento da sociedade como um todo. Nesse sentido, pode ser considerado, além de um mecanismo de equilíbrio que garante e facilita a integração harmoniosa das dimensões bio-psico-social que compõem o Homem em sua totalidade, também como um conjunto de ações que “garante uma firme articulação [do indivíduo] com a realidade e com o grupo humano a que pertence” (PICHÓN-RIVIÈRE, 1998, p. 14), possibilitando o autodesenvolvimento e a autorrealização.

Considerando que o trabalho tem como finalidade a obtenção do equilíbrio bio-psico-social e da inserção satisfatória na sociedade e, considerando também a premissa de que esse equilíbrio e essa inserção são obtidos por meio de um processo de ajustamentos e adaptações entre os diferentes tipos de exigências emanados tanto do ambiente externo como do mundo interno, busca-se, a seguir, desvelar os múltiplos motivos que desencadeiam esse conjunto de ações.

O processo de ajustamentos e adaptações, apreendido a partir de uma análise que contemple as ações do sujeito como atos desencadeados por necessidades específicas e que culminam com a realização de uma finalidade, traduz os modos singulares de enfrentamento das situações da vida. Contribuem, ainda, para desvendar os vínculos estabelecidos, mantidos ou rompidos com outras pessoas, com as instituições, com o trabalho, etc., e são esses vínculos que, ao serem estabelecidos, fortalecidos ou enfraquecidos, mantidos ou rompidos, determinarão a permanência e os modos de permanecer na profissão, incluindo-se, aí, as estratégias de enfrentamento.

Antes de prosseguir, cabem dois esclarecimentos. Inicialmente, destacamos que, embora os conceitos de ajustamento e adaptação¹ possam ser entendidos de forma distinta, neste estudo, estes termos serão utilizados como sinônimos e entendidos como um processo que é resultado de um repertório idiossincrásico que traduzem os modos de perceber e enfrentar as situações de trabalho, e que estão em jogo quando os professores realizam mudanças nos seus modos de ser e estar na profissão. Destacamos também que a consideração desse repertório idiossincrásico, responsável pelas ações que constituem o processo de adaptação e que visa fundamentalmente satisfazer as necessidades, desejos e interesses do indivíduo e manter seu equilíbrio, pode indicar, à primeira vista, uma excessiva centração, por parte do pesquisador, no indivíduo e em suas idiossincrasias, e uma negligência quanto às determinações sociais e históricas de toda ação humana. Não é este o caso. Ao contrário, admite-se que as necessidades, desejos e interesses que impelem a interação entre o sujeito e o meio são “como esquemas ou esboços de relações entre o organismo e o mundo indispensáveis ao funcionamento e crescimento do primeiro” (JESUS, 1995, p. 84). Nesse sentido, pode-se dizer que, tanto as necessidades básicas mais elementares como as mais complexas, são satisfeitas através de padrões sociais que se encontram pré-estabelecidos e tidos como válidos dentro do grupo em que o indivíduo está inserido. Assim sendo, esse repertório, que é construído na interação com o meio e sob sua influência, comporta duas noções que são fundamentais para que não se perca a multideterminação das ações e o caráter de adaptabilidade que essas ações adquirem no âmbito da existência humana, quais sejam: a interiorização e a prospecção.

¹ No Dicionário Técnico de Psicologia, Álvaro Cabral e Eva Nick afirmam que “o conceito de adaptação confere maior importância às modificações que se efetuam para fazer face às circunstâncias e implica flexibilidade na sua efetivação”, enquanto o conceito de ajustamento confere maior ênfase à “capacidade de discernimento e realização dessas modificações”.

Segundo Renato Ortiz (1994, p. 15), “a interiorização, pelos atores, dos valores, normas e princípios sociais assegura a adequação entre as ações do sujeito e a realidade objetiva da sociedade como um todo”. Essa adequação tem dois aspectos que devem ser considerados por serem os responsáveis pelo resultado equilibrador das ações e pela obtenção do bem-estar. O primeiro diz respeito ao fato de essas ações exigirem pouco esforço para serem empreendidas, na medida em que, ao serem interiorizadas, constituem um “sistema de disposições duráveis”² (BOURDIEU, 1994), que gera e estrutura as ações sem a necessidade de esforços conscientes, ou de força e vontade para executá-las. Não requerem, assim, um dispêndio de energia física ou psicológica que esteja acima da capacidade do indivíduo; o que as tornam, em certa medida, não geradoras de desequilíbrio e, portanto, não geradoras de conflitos do indivíduo para consigo mesmo. O segundo sentido diz respeito ao fato de as ações do sujeito estarem alocadas dentro de padrões pré-estabelecidos e, portanto, aceitas pelo grupo social, não sendo, por isso, geradoras de conflitos entre indivíduo e grupo. Desta forma, esse repertório não apenas assegura a adequação entre as ações do indivíduo e a realidade objetiva, mas assegura, também, que essa adequação se realize com um mínimo de esforços e de conflitos.

O caráter prospectivo desse repertório, por sua vez, decorre do fato de as ações realizadas no presente visarem à satisfação de uma ou mais necessidades, o que importa dizer que há uma expectativa, um resultado futuro que está sendo considerado, mesmo que inconscientemente, pelo indivíduo. A este respeito, Pierre Bourdieu (1994, p. 61) é esclarecedor ao afirmar que:

[...] as práticas que o *habitus* produz (enquanto princípio gerador de estratégias que permitem fazer face a situações imprevisíveis e sem cessar renovadas) são determinadas pela antecipação implícita de suas conseqüências, isto é, pelas condições passadas da produção de seu princípio de produção de modo que elas tendem a reproduzir as estruturas objetivas das quais elas são, em última análise, o produto.

Essa antecipação de resultados parece facilitar a adequação das ações, pois, nem sempre, o resultado precisa ser considerado conscientemente, posto ser a antecipação de um resultado que é considerado natural, tido como e inerente à ação, a partir da própria vivência

² Esta expressão é utilizada por Pierre Bourdieu (1994) em sua definição de *habitus*: “sistema de disposições duráveis, estruturas estruturadas predispostas a funcionar como estruturas estruturantes, isto é, como princípio gerador e estruturador das práticas e das representações que podem ser objetivamente ‘reguladas’ e ‘regulares’ sem ser o produto da obediência a regras, objetivamente adaptadas a seu fim sem supor a intenção consciente dos fins e o domínio expresso das operações necessárias para atingi-los e coletivamente orquestradas, sem ser o produto da ação organizadora de um regente” (p. 61).

do indivíduo ou pela observação das experiências do grupo no qual está inserido. Mas o caráter prospectivo não diz respeito apenas à antecipação de resultados. Ele pode indicar, em certos casos, também, a existência de um projeto de futuro que, segundo Jean-Paul Sartre (1987), concretiza-se por meio de ações dirigidas ao campo dos possíveis, que é duplamente determinado: por um lado, encontram-se as carências individuais e a necessidade de satisfazer as aspirações, os desejos, etc., e, por outro lado, as carências coletivas e sociais e, em ambos os campos, são consideradas, pelo indivíduo, as possibilidades de atuação, intervenção e contribuição para a superação das condições existentes.

Todavia, se é certo que a dimensão social (a sociedade na qual o indivíduo está inserido), atua juntamente com as dimensões biológica e psicológica, oferecendo possibilidades de atuação e de adaptação para os indivíduos, é certo também que essas dimensões impõem limites. Mas, nem sempre as possibilidades e os limites são plenamente explícitos, o que dificulta que sejam totalmente considerados. Emilio F. Moran, em seu livro *Adaptabilidade Humana*, destaca que “toda ação pode ser considerada uma ‘resposta’ reguladora que serve para manter uma relação estável com o meio ambiente ou que permite um ajuste a mudanças ocorridas no meio” (MORAN, 1994, p. 27). No entanto, como os ambientes estão em constante transformação, “os resultados raramente são os melhores [...]” e apenas “[...] representam soluções para prioridades conflitantes” (p. 57). Assim, em uma sociedade em constante e muito rápida transformação, as ações geradas a partir desse repertório podem ser, em determinadas situações, insuficientes ou inadequadas para propiciar a economia necessária de esforços que permita o equilíbrio e a adaptação satisfatória com um mínimo de esforço. Além disto, essas transformações acabam por tornar os resultados obtidos a partir dessas ações incoerentes ou incompatíveis com a expectativa dos indivíduos. Pierre Bourdieu (1998, p. 84) afirma que:

[...] o ajustamento às condições objetivas é, com efeito, perfeita e imediatamente bem-sucedido e a ilusão da finalidade ou, o que vem a dar no mesmo, do mecanicismo auto-regulado, é total no caso e somente no caso em que as condições de produção e as condições de efetuação coincidam perfeitamente.

Assim, quando as condições presentes, por não serem iguais ou semelhantes às anteriormente conhecidas, não possibilitam a utilização das ações interiorizadas, há um desequilíbrio provocado pela necessidade de produção de um grande esforço e de vontade para a criação de novas e diferentes ações que se adequem à situação presente. Do mesmo modo, quando o projeto de futuro de cada indivíduo, as suas aspirações e desejos estão em

descompasso com as condições objetivas da realidade, quando não se concretizam, geram conflitos e frustrações e, conseqüentemente, desequilíbrio.

O PROFESSOR E AS ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

O trabalho docente, entendido como o conjunto de ações e relações que o professor realiza durante sua vida profissional depende, para ser efetivado, da combinação das características pessoais do professor, das formas de organização e funcionamento da escola, do grupo e do contexto social em que ambos (professor e escola) estão inseridos. O estabelecimento desse conjunto de ações e relações exige esforço e a mobilização de energias e, quando não há a percepção de que essa mobilização será compensadora, não haverá empenho em realizá-la, isto é, o professor não reconhece como válida a relação entre o dispêndio de energia necessário e o resultado que será obtido. Essa percepção de não compensação, ou avaliação negativa, é o que determinará o mal-estar, o sofrimento no trabalho, e desencadeará os processos de enfrentamento.

Para Christophe Dejours (1991, p. 62)

[...] a obtenção do bem-estar no trabalho está associada ao funcionamento do aparelho psíquico que, visando uma economia psicossomática, se encarrega de “representar e de fazer triunfar as aspirações do sujeito, num arranjo da realidade suscetível de produzir, simultaneamente, satisfações concretas e simbólicas”.

Esse “arranjo da realidade” a que Dejours se refere, é também citado por Mihaly Csikszentmihalyi (1992) quando enfatiza que há duas formas de a pessoa melhorar a sua qualidade de vida. Uma delas é fazer com que as condições externas se adaptem ao que deseja e a outra é modificar a conduta em relação às condições externas (p. 75). Embora possam ocorrer isoladamente, isto é, o indivíduo pode fazer uso de uma ou de outra em determinada situação, essas duas formas de enfrentamento são complementares e se inter-relacionam, segundo o autor. Quando o foco da estratégia de enfrentamento é a mudança das condições externas, haverá, evidentemente, mudanças na conduta do indivíduo e, quando o foco é na mudança de conduta certamente provocará alterações das condições externas.

Nem sempre, no entanto, é possível modificar as condições externas como também não é fácil modificar os modos de perceber o mundo e agir frente às situações da vida. Mas, segundo Csikszentmihalyi, estas mudanças são imprescindíveis, pois sem elas, ou pelo menos sem que haja uma tentativa de modificação e adaptação, “a vida pode ser suportável, pode ser

até prazerosa. Mas o será de modo precário, dependendo da sorte e da cooperação do ambiente externo” (p. 77). Assim, é preciso que haja um movimento, por parte do indivíduo, de modificação e, qualquer forma de modificação, seja das condições externas, seja da própria conduta, exigirá esforço e aprendizagem.

Além de Christophe Dejours e Mihaly Csikszentmihalyi, vários pesquisadores, entre eles Limongi França e Rodrigues, Leon Festinger, Folkman, estudando as ações utilizadas pelos trabalhadores frente às insatisfações do trabalho, identificaram diferentes formas de enfrentamento (ativa e passiva, individual e coletiva, focada no problema e na emoção), relacionadas às tentativas de modificação externa ou interna. Esses autores também afirmam que recorrer a mais de uma dessas formas é comum e depende do grau de dissonância cognitiva, da intensidade da emoção produzida pela situação e das condições oferecidas pelo ambiente de trabalho.

O enfrentamento das situações avaliadas como insatisfatórias ocorre, segundo Limongi França e Rodrigues, basicamente de duas maneiras: ativa ou passivamente. No enfrentamento ativo o indivíduo percebe situações e condições insatisfatórias e “expressa seu desejo de mudança na estrutura a que está submetido” (1996, p. 111). Participa de movimentos que visam conseguir as mudanças desejadas, como por exemplo, greves, representações sindicais, comissões e grupos de estudos, entre outros. Este tipo de enfrentamento não foi citado por nenhum dos professores participantes das pesquisas.

No enfrentamento passivo, que segundo Limongi França e Rodrigues (p. 111), infelizmente, é o mais comum e conduz à alienação,

[...] o indivíduo passa a depreciar seu trabalho e senti-lo como um peso e não como fonte de satisfação. O objetivo torna-se apenas a remuneração e a manutenção de suas condições físicas e de higiene. O trabalho é sentido como desinteressante e não envolvente, de forma que as satisfações só são encontradas fora do local de trabalho.

O enfrentamento passivo é concretizado por meio de dois tipos de afastamento do trabalho: o físico e o psicológico. O afastamento físico (faltas, licenças curtas, licenças sem vencimentos e remoções) permite ao professor reequilibrar-se através do distanciamento das dificuldades geradoras dos conflitos que está vivenciando no ambiente de trabalho. Há, ainda, a possibilidade de, no período em que está afastado, se dedicar a outras atividades (não só outro tipo de trabalho, mas também, de lazer, artesanato e cultura), que propiciam uma aproximação com seus ideais e projetos, conforme relataram três professores da pesquisa sobre o mal-estar que solicitaram a licença sem vencimentos para fazer mestrado, curso de

especialização e, o terceiro, para se dedicar à venda e divulgação de livros didáticos e à confecção, artesanal, de material pedagógico.

No outro tipo de enfrentamento passivo, que é o afastamento psicológico do trabalho, não há o distanciamento físico, ou seja, o professor comparece à escola, ministra as aulas, cumpre as obrigações burocráticas, mas executa essas atividades dentro de um limite que representa o mínimo necessário para manter-se no emprego. Há o distanciamento da atividade docente através de condutas de indiferença a tudo que ocorre no ambiente escolar, de um tipo de inércia, no sentido de buscar inovações e melhorias no ensino e um não envolvimento com o trabalho e com os problemas cotidianos da escola. Esse tipo de enfrentamento, que apareceu na fala dos professores como “acomodação”, foi utilizado por dois participantes do estudo sobre o mal-estar docente e, segundo eles, causou um mal-estar ainda maior, que culminou com o abandono do magistério.

Esses dois tipos de enfrentamento podem ser eficazes para minimizar o mal-estar, mas não são suficientes para produzir a satisfação com o trabalho docente, pois conseguem apenas neutralizar as condições insatisfatórias, sem produzir mudanças que permitam vivenciar o trabalho de modo satisfatório. Nessa situação, outros tipos de enfrentamento podem ser ativados no sentido de não apenas diminuir o mal-estar, mas, também, de proporcionar adaptações que levem ao bem-estar.

A busca de consonância cognitiva, processo descrito por Leon Festinger (1962, p. 75), se constitui em um desses outros mecanismos. Segundo Festinger a “existência de dissonância em um sistema cognitivo é psicologicamente incômoda” e motiva o indivíduo a procurar modos de reduzir a dissonância e conseguir a consonância.

A mudança de comportamento, as alterações realizadas no ambiente e o acréscimo de novos dados cognitivos são os modos mais eficazes para reduzir a dissonância. Não são, no entanto, empreendidos sem esforço; exigem uma reestruturação dos processos de percepção e cognição para que possam ser alteradas as concepções que se tem sobre o sentido do trabalho e as condições ideais para realizá-lo. Isto alterará, também, o modo de perceber o ambiente. A partir dessas alterações, poderão ocorrer, então, mudanças nas práticas que contribuirão para que o professor se identifique e se envolva com o trabalho.

Ainda dentro de uma perspectiva cognitivista, Folkman (1984), apresentam um conjunto de estratégias que demandam esforços, cognitivos e emocionais, e que são utilizados pelos indivíduos com o objetivo de lidar com demandas específicas, internas ou externas, que surgem em situações que sobrecarregam ou excedem os recursos pessoais.

O modelo de Folkman permite analisar a relação da pessoa com o trabalho, identificando os modos pelos quais as situações são percebidas, interpretadas e enfrentadas. O processo de enfrentamento, chamado pelos autores de *coping*, pressupõe a noção de avaliação e a mobilização de esforços para reduzir, minimizar ou apenas tolerar as demandas internas ou externas que surgem da interação com o ambiente, e pode ser realizado em dois sentidos, um que busca regular o estado emocional e outro que busca alterar a situação. Os autores chamam esses enfrentamentos de “*coping* focalizado na emoção” e “*coping* focalizado no problema”.

As estratégias de enfrentamento com foco na emoção, que têm por finalidade reequilibrar o estado emocional, reduzindo a sensação desagradável ou incômoda, podem ser empreendidas a partir de ações que reestruturem os sentimentos em relação à situação problema, fazendo com que a tensão diminua. Não houve, por parte dos professores participantes das pesquisas, nenhuma menção a este tipo de estratégia.

As estratégias de enfrentamento com foco no problema têm por finalidade atuar na situação causadora de mal-estar com o objetivo de modificá-la. As ações, a partir das quais esse tipo de enfrentamento se concretiza, podem ser internas, isto é, voltadas para a reestruturação cognitiva que visa redefinir os valores e as crenças a respeito da situação problemática; ou podem ser externas, que visam modificar a situação.

Esses dois tipos de enfrentamento podem ser utilizados em diferentes situações, mas há, segundo observam Folkman, uma recorrência de um ou outro tipo para determinadas situações. De acordo com esses autores, o *coping* focalizado no problema é mais utilizado quando há a percepção de que é possível modificar a situação e o *coping* focalizado na emoção tende a ser mais utilizado nas situações percebidas como inalteráveis, onde não haverá, por mais esforço que se faça, a possibilidade de alterações externas.

Na pesquisa sobre o bem-estar docente, os dados mostram que houve esforço para minimizar o mal-estar, conforme relataram alguns professores, por meio da busca de “entender as pessoas e o mundo de hoje, estudando um pouco sobre isso”, ou seja, redefinindo cognitivamente a situação problemática. Para esses professores, mesmo existindo aspectos com os quais estavam muito insatisfeitos (o desinteresse de alguns alunos, a “acomodação” e o mau humor de alguns professores, o salário) existem outros aspectos (apoio da direção, participação em grupos de estudos e treinamentos, alguns alunos interessados) vistos como satisfatórios, que equilibram as vivências positivas e negativas e permitem a percepção de que há a possibilidade de alteração das situações problemáticas.

Para esses professores, o acréscimo de dados cognitivos que reduzem a dissonância entre “o como são” e “o como deveriam ser” as coisas, além de diminuir o incômodo psicológico possibilitou outra estratégia: a inovação. Embora o trabalho docente não possa ser caracterizado como um trabalho repetitivo e rotineiro, ao longo do tempo, se não houver a busca de atualização por parte do professor ele poderá se tornar desestimulante. Repetir, ano após ano, a mesma aula, o mesmo conteúdo, é um dos fatores que pode levar ao mal-estar e, o modo que alguns dos professores deste estudo encontram para evitar isso, foi buscando inovar constantemente (mudando o planejamento todo ano, participando de congressos, etc.).

A inovação, citada por esses professores, propiciada pela atualização profissional, oferece subsídios não só para as questões de conteúdos e conhecimentos, mas também é um importante fator para a construção da autoestima e da autoconfiança do professor, levando a uma atuação mais competente e harmoniosa. Mais competente no que diz respeito à adequação da ação docente à realidade, e mais harmoniosa tanto no que diz respeito à harmonia na relação com a atividade laboral como nas relações interpessoais.

Na pesquisa sobre o mal-estar docente, alguns professores solicitaram afastamento ou licenças sem vencimento para estudar (cursos de especialização, mestrado), mas fizeram isso como meio de se preparem para outros trabalhos (diretor de escola, escola de línguas estrangeiras, clínica veterinária, etc...) ou para trabalharem em outro nível de ensino (ensino superior). Os fatores de insatisfação apontados por esses professores eram em número bem maior do que os apontados pelos professores que se declararam felizes no trabalho e, nesse sentido, pode-se pensar que fossem vistos como impossíveis de serem resolvidos.

Negociar ou criar com os alunos as metas e regras que irão direcionar o trabalho é outra estratégia que pode gerar satisfação, e que foi utilizada com sucesso pelos professores do estudo sobre bem-estar docente. Já os professores do estudo sobre o mal-estar, frente aos conflitos nas relações interpessoais, procuravam, na maioria das vezes, um outro culpado como forma de isentarem-se de qualquer responsabilidade sobre a situação, o que se constitui em uma estratégia de enfrentamento (um mecanismo de fuga) mas que não colabora para a solução eficaz do problema nem tampouco para o crescimento pessoal e a sensação de bem-estar.

Outra forma de enfrentar os conflitos com os alunos foi oferecer atividades que proporcionassem o envolvimento deles com a escola como um todo, como descreveu uma professora que, para enfrentar o desinteresse dos alunos, criou um boletim, “uma espécie de jornalzinho [...] feito em conjunto com os outros professores e com os alunos [...] houve um

maior envolvimento deles... e aos poucos eles passaram a se interessar mais por tudo que acontecia”. Esta foi a única estratégia coletiva de enfrentamento citada nos relatos dos professores das duas pesquisas.

Saul Neves de Jesus (1998), em seu livro Bem-estar dos professores, afirma que o trabalho em equipe é uma estratégia fundamental para prevenir e superar o mal-estar docente e também para o desenvolvimento e realização profissional dos professores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As exigências feitas à Educação pelas transformações na sociedade contemporânea colocam, para os professores, grandes desafios. Desde as incertezas sobre o que está ensinando, à concorrência com a mídia e outras formas de transmissão de conhecimentos, até o sentimento de inutilidade em relação ao trabalho que realiza e as relações interpessoais desarmônicas e conflituosas são aspectos que geram frustrações e mal-estar aos docentes. Nesse contexto de mudanças, as práticas docentes, interiorizadas durante todo o processo formativo, muitas vezes são insuficientes ou incompatíveis com a nova realidade. Os modos habituais de realizar o trabalho não são mais apropriados e isso acarreta um grande desgaste, tanto físico como psicológico, ao professor. O trabalho, que deveria se constituir em um meio de obter equilíbrio e adaptação satisfatória ao ambiente e à sociedade acaba gerando desequilíbrios, frustrações, conflitos e adoecimento, que são estados incômodos e impelem o indivíduo a revertê-los. Buscando modificar esses estados, se reequilibrar e obter o bem-estar, o professor lançará mão de estratégias que tem por finalidade enfrentar as adversidades do trabalho e minimizar o mal-estar.

As estratégias de enfrentamento, que visam à adaptação às condições adversas e a resolução de situações conflituosas que surgem no ambiente escolar, são realizadas por meio de ações que buscam a alteração das condições externas ou a modificação da conduta em relação a essas condições e podem ser realizadas individual ou coletivamente, ativa ou passivamente e focada no problema ou na emoção. A utilização de um ou outro tipo de estratégia de enfrentamento será determinada não só pelo repertório idiossincrático de cada professor, mas, também, pelas condições externas, sociais e do ambiente de trabalho, que determinarão o modo, ou os modos, que cada professor empregará para enfrentar as dificuldades.

O modo como os professores deste estudo, tanto os que se declararam felizes (na pesquisa sobre o bem-estar), como os que se declararam infelizes (na pesquisa sobre o mal-estar) com o trabalho, reagiram frente às adversidades decorrentes do exercício do magistério foi por meio de ações realizadas individualmente e de forma passiva. As estratégias de enfrentamento ativas e coletivas, como participação em greves, representações sindicais, comissões e equipes de trabalho que seriam, segundo alguns autores, as mais eficientes para modificar estruturalmente as condições adversas e as situações problemáticas, não foram citadas por nenhum dos professores.

As estratégias mais utilizadas pelos professores que se declararam infelizes no trabalho foram os afastamentos, físicos e psicológicos do trabalho, que são ações de escape que se caracterizam pelo distanciamento da atividade docente através de faltas e licenças ou de condutas de indiferença a tudo que ocorre no ambiente escolar. Demonstram um tipo de inércia, no sentido de buscar inovações e melhorias no ensino, e um não envolvimento com o trabalho e com os problemas cotidianos da escola. A descrença na possibilidade de mudança, a percepção de que, por mais esforço que se faça as situações problemáticas não serão alteradas, pode ser um dos fatores que determinam a utilização destes tipos de estratégias. A perspectiva de se não se obter resultados positivos desencadeia ações que paralisam diante das dificuldades. As ações não são dirigidas à solução dos problemas, mas sim a distanciar-se ou isolar-se deles. A forma de lidar com essas insatisfações e frustrações é própria de cada indivíduo, porém, o baixo envolvimento pessoal e o distanciamento do trabalho parecem ser estratégias muito comuns, utilizadas como defesa pelos professores. Esse distanciamento e o não envolvimento são formas de adaptação, de busca de equilíbrio que, mais cedo ou mais tarde, gerarão novas frustrações provocadas pela falta de autorreconhecimento e de autorrealização com o trabalho. Assim, essas ações, embora minimizem o mal-estar momentaneamente, em longo prazo, se não há modificação das situações problemáticas, trazem mais insatisfação e mal-estar.

As estratégias utilizadas pelos professores que se declararam felizes no trabalho se caracterizaram por uma busca de modificação, interna ou externa e denotam envolvimento e comprometimento com o trabalho, a despeito dos dissabores provocados pelos aspectos avaliados como negativos. O modo como esses professores enfrentam a dissonância entre o que esperam da realidade do trabalho, ou entre o que acreditam que seja o certo de ser feito e o que é possível de se fazer, é buscando reduzi-la com o acréscimo de novos dados cognitivos que permitem uma reestruturação da percepção e das ações, tornando-as mais coerentes com

as condições externas. Essa reestruturação, que altera as concepções que se tem sobre o sentido do trabalho e as condições ideais para realizá-lo, altera, também, o modo de perceber a si mesmo e o ambiente, o que desencadeia ações mais coerentes e menos conflitantes com a realidade do trabalho, possibilitando, assim, a obtenção do bem-estar.

O bem-estar docente é um estado em que prevalecem as vivências positivas, mas como a vida e o trabalho no contexto contemporâneo nem sempre permitem tranquilidade, segurança e os recursos necessários à satisfação plena, pode-se afirmar que o bem-estar é um estado que precisa ser construído e que, uma das formas de se construir o bem-estar e minimizar o mal-estar no trabalho são as estratégias de enfrentamento. Pode-se afirmar, também, que a construção do bem-estar está vinculada, tanto à existência de características pessoais como das condições externas e, nesse sentido, espera-se que as reflexões aqui apresentadas possam oferecer subsídios para que se pense a escola, o trabalho docente e o papel do professor sob uma perspectiva mais coerente com as necessidades dos professores e da sociedade contemporânea.

REFERÊNCIAS

- BAUER, Martin W. ; GASKELL, George. **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som**. Petrópolis: Vozes, 2010.
- BOURDIEU, Pierre. (Coord.). **A miséria do mundo**. Petrópolis: Vozes, 1997.
- BOURDIEU, Pierre. Futuro de classe e causalidade do provável. In: NOGUEIRA, Maria Alice; CATANI, Afrânio. (Org.). **Escritos de educação**. Petrópolis: Vozes, 1998. p. 81-126.
- BOURDIEU, Pierre. **Razões práticas**. Campinas: Papyrus, 1994.
- CATANI, Denice Bárbara. **Educadores à Meia-Luz – um estudo sobre a Revista de Ensino da Associação Beneficente do Professorado Público de São Paulo**. 1989. Tese (Doutorado) - Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1989.
- CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. **A psicologia da felicidade**. São Paulo: Saraiva, 1992.
- DEJOURS, Christophe . **A loucura do trabalho**. São Paulo: Cortez / Oboré, 1991.
- ESTEVE, José Manuel. Mudanças sociais e função docente. In: NÓVOA, António (Org.). **Profissão professor**. Porto: Porto Editora, 1991. p. 93-124.
- FESTINGER, Leon. **A theory of cognitive dissonance**. California: Stanford University Press, 1962.

FOLKMAN, Susan. Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis. **Journal of personality and social psychology**, Washington, v. 46, n. 4, p. 839-852, abril, 1984.

JESUS, Saul Neves de. **A motivação para a profissão docente**. 1995. Tese (Doutorado) – Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra, 1995.

JESUS, Saul Neves de. **Bem-estar dos professores: estratégias para realização e desenvolvimento profissional**. Porto: Porto, 1998.

LIMONGI FRANÇA, Ana Cristina; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Stress e trabalho**. São Paulo: Atlas, 1996.

LIPOVETSKY, Gilles. **A Era do vazio**. Lisboa: Relógio D'Água, 1989.

MORAN, Emílio F. **Adaptabilidade humana**. São Paulo: Edusp, 1994.

ORTIZ, Renato. (Org.). **Pierre Bourdieu**. São Paulo: Ática, 1994.

PICHON-RIVIÈRE, Enrique. **Teoria do vínculo**. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

SANTOS, Jair Ferreira dos. **O que é pós-moderno**. São Paulo: Brasiliense, 1980.

SARTRE, Jean Paul. Questão de Método. In: PESSANHA, J. A. M. **Sartre**. São Paulo: Nova Cultural, 1987. p. 109-191.

TOFFLER, Alvin. **O choque do futuro**. Rio de Janeiro: Record, 1998.