

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO (PPGEDU)
MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO**

NAZINE DE MOURA BITTENCOURT RIBEIRO

**PROFESSORES DO SÉCULO XXI: A PANDEMIA E A EXAUSTÃO
PROFISSIONAL**

Jaguarão

2023

Nazine de Moura Bittencourt Ribeiro

**PROFESSORES DO SÉCULO XXI: A PANDEMIA E A EXAUSTÃO
PROFISSIONAL**

Relatório Crítico-Reflexivo apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Educação, Curso de Mestrado Profissional em Educação, da Universidade Federal do Pampa – campus Jaguarão, como requisito para obtenção do título de Mestra em Educação.

Orientador: Prof. Dr. Lúcio Jorge Hammes

Jaguarão

2023

Ficha catalográfica elaborada automaticamente com os dados fornecidos
pela autora através do Módulo de Biblioteca do
Sistema GURI (Gestão Unificada de Recursos Institucionais).

R484p Ribeiro, Nazine de Moura Bittencourt
Professores do século XXI: A pandemia e a exaustão
profissional / Nazine de Moura Bittencourt Ribeiro.
51 p.

Dissertação (Mestrado)-- Universidade Federal do
Pampa, MESTRADO EM EDUCAÇÃO, 2023.

"Orientação: Lúcio Jorge Hammes".

1. Professores. 2. Educação. 3. Pandemia. 4.
Síndrome de Burnout. I. Título.

NAZINE DE MOURA BITTENCOURT RIBEIRO

PROFESSORES DO SÉCULO XXI: A PANDEMIA E A EXAUSTÃO PROFISSIONAL

Dissertação apresentada ao Programa de Pós- Graduação em Educação da Universidade Federal do Pampa, como requisito parcial para obtenção do Título de Mestra em Educação.

Dissertação defendida e aprovada em: 14 de setembro de 2023.

Banca examinadora:

Prof. Dr. Lúcio Jorge Hammes
Orientador
(Unipampa)

Prof. Dr. João Carlos Pereira de Moraes
(Unipampa/ UTFPR)

Prof. Dr. Itamar Luís Hammes
(IFSUL)



Assinado eletronicamente por **LUCIO JORGE HAMMES, Professor Permanente do Programa Mestrado Profissional em Educação**, em 15/09/2023, às 15:42, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.



Assinado eletronicamente por **João Carlos Pereira de Moraes, Usuário Externo**, em 18/09/2023, às 22:09, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.



Assinado eletronicamente por **Itamar Luís Hammes, Usuário Externo**, em 12/10/2023, às 11:36, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.unipampa.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **1242130** e o código CRC **AAD8EA6D**.

Dedico este estudo aos colegas Joice Horbe Schutz, Liziane Aquino, Paulo Sérgio Prestes e Tanara Caetano pela colaboração e parceria. Sem a contribuição de vocês este estudo não teria acontecido.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, pelo dom da vida. Aos meus pais (in *memorian*) pelo legado e exemplos deixados.

Ao meu marido, pela presença constante em minha vida.

Às minhas filhas, pelo apoio em todas as minhas escolhas.

Ao meu neto pela disponibilidade e ajuda necessária.

Ao presidente da República Luiz Inácio Lula da Silva, por ter sancionado a Lei 11.640, de 11 de janeiro de 2008, instituindo a Fundação Universidade Federal do Pampa – UNIPAMPA- oportunizando-nos o acesso à Universidade Pública de qualidade, sobretudo ao mestrado profissional em Educação.

A Direção da escola em que trabalho pelo apoio.

Aos colegas de caminhada, pelos excelentes momentos vividos.

Aos mestres, pelos ensinamentos e conhecimentos compartilhados.

Ao meu orientador professor Lúcio Jorge Hammes, pela presença, dedicação e empatia.

À banca examinadora pelo aceite à leitura deste trabalho e por compartilharem seus conhecimentos.

Aos amigos pelo incentivo.

A todos vocês o meu sincero agradecimento! Muito obrigada!

“A esperança nasce do coração mesmo da pedagogia que tem o oprimido como sujeito. Pois ela implica uma denúncia das injustiças sociais e das opressões que se perpetuam ao longo da história. E, ao mesmo tempo anuncia a capacidade humana de desfatalizar esta situação perversa e construir um futuro eticamente mais justo, politicamente mais democrático, esteticamente mais irradiante e espiritualmente mais humanizador”.
(BOFF, 2004, p. 8)

RESUMO

Este Relatório Crítico-Refletivo é resultado de um estudo que teve como objetivo problematizar e conhecer a Síndrome de *Burnout*, suas causas e consequências, formas de prevenção e alternativas de combater esta síndrome. Para alcançar este objetivo, buscou-se conhecer a percepção dos docentes através de uma Intervenção Pedagógica realizada com professores dos anos iniciais da Rede pública estadual do município de Arroio Grande. A metodologia da intervenção se constituiu em encontros de estudo sobre o tema e a convivência, em que, além da abordagem teórica, buscou-se desenvolver a interação entre colegas, o reconhecimento de si mesmo e do outro, o que não fazemos no dia-a-dia escolar. Os encontros foram realizados em formato virtual, no início, devido à pandemia da COVID-19, divididos em dois momentos, com os seguintes temas: a) Síndrome de *Burnout*: conhecendo e entendendo; e b) resiliência e superação; A avaliação previu encontros síncronos, via Google Meet, tendo presente o questionário realizado no início da pesquisa (via WhatsApp), destacando mudanças de comportamentos e pensamentos após a realização dos encontros. Previu-se ainda, a construção de material de apoio aos professores sobre a Síndrome de *Burnout*, pois os mesmos encontravam-se no centro desse cenário escolar, e vivem momentos muito difíceis, sofrendo com a desvalorização de sua profissão, lutando para manter seus direitos e sua dignidade, a ética e a motivação, numa sociedade que não valoriza a Educação, não como prioridade, e sim como discurso eleitoreiro de quase todos os políticos.

Palavras-Chave: Professores. Educação. Pandemia. Síndrome de *Burnout*.

RESUMEN

Este estudio tiene como objetivo problematizar y conocer el Síndrome de *Burnout*, sus causas y consecuencias, formas de prevención y alternativas de combatir este síndrome. Para alcanzar este objetivo, busca conocer la percepción de los docentes a través de una intervención pedagógica realizada con profesores de años iniciales de la Red pública estadual del municipio de Arroio Grande. La metodología de la intervención se constituyó en encuentros de estudio sobre el tema y la convivencia, en que, además del abordaje teórico, se busca desarrollar la interacción entre colegas, el reconocimiento de sí mismo y del otro, lo que no hacemos en el día a día escolar. La propuesta es que los encuentros sean realizados en formato virtual, debido a la pandemia de la COVID-19, divididos en dos momentos, con los siguientes temas: Primero: Síndrome de *Burnout*: conociendo y entendiendo. Segundo: Resiliencia y superación. La evaluación prevé encuentros síncronos, a través de Google Meet, frente a la encuesta realizada al principio de la pesquisa (a través de WhatsApp), destacando los cambios de comportamiento y pensamientos después de la realización de la segunda reunión. Prevé, además, la construcción de material de apoyo a los profesores sobre el Síndrome de *Burnout*, pues los mismos se encuentran en el centro de ese escenario escolar, y viven momentos muy difíciles, sufriendo con la devaluación de su profesión, luchando para mantener sus derechos y su dignidad, la ética y la motivación, en una sociedad que no valora la Educación, no como prioridad, sino como discurso elector de casi todos los políticos.

Palabras clave: Profesores. Educación. Pandemia. Síndrome de *Burnout*.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Localização do município no Estado do Rio Grande do Sul	20
Figura 2 - Entrada da cidade	20
Figura 3 - Vista parcial da cidade Fonte: Arquivo da Autora.	20
Figura 4 - Entrada principal da Escola Prédio 1	22
Figura 5 - Curso de Aplicação	22
Figura 6 - Leitura da Carta Pedagógica	38
Figura 7 - Colegas dos anos iniciais do I.E.E Aimone Soares Carriconde	39
Figura 8 - Confraternização com a equipe que participou da intervenção	39
Figura 9 - Mapa conceitual realizado pelos participantes no último encontro I	42
Figura 10 - Mapa conceitual realizado pelos participantes no último encontro II	42

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APAE	Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais
CID	Classificação Internacional de Doenças
COVID	Corona Vírus Disease
CRAS	Centro de Referência de Assistência Social
DVD	Digital Vídeo Disc
LDB	Lei de Diretrizes e Bases
MOVA	Movimento de Alfabetização Popular
ODS	Objetivo de Desenvolvimento Sustentável
OMS	Organização Mundial da Saúde
PNAD	Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios
PPA	Plano Plurianual
TV	Televisão
UCPEL	Universidade Católica de Pelotas
UNICEF	Fundo das Nações Unidas para a Infância
UNIPAMPA	Universidade Federal do Pampa

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. COMO VENHO ME FAZENDO EDUCADORA.....	15
3. CONTEXTO DA PESQUISA.....	18
3.1 O MUNICÍPIO	18
3.2 A ESCOLA.....	21
4. PROFISSÃO DOCENTE.....	23
5. ADOECIMENTO DO PROFESSOR: A SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>	26
5.1 ALGUNS SINTOMAS FÍSICOS DA SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>	29
5.2 AS TRÊS DIMENSÕES DA SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>	30
5.3 CONSEQUÊNCIAS DO <i>BURNOUT</i>	31
6. A SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> EM PROFESSORES	34
7. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	36
7.1 OS SUJEITOS DA PESQUISA.....	36
7.2 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS	36
8. O DESENVOLVIMENTO DA INTERVENÇÃO	38
9. CONSIDERAÇÕES PARCIAIS	41
REFERÊNCIAS.....	44
ANEXO I.....	46
ANEXO II.....	47

1. INTRODUÇÃO

Estamos vivendo tempos difíceis, o tempo da competitividade, do “ter” e não do “ser”. As coisas estão acontecendo de maneira surpreendentemente rápida. Os tempos são de incertezas, de falta de perspectivas e de expectativas, de desesperança. Falta a amorosidade que nos falava Freire (1987) para uma convivência harmônica nas escolas. Nesse contexto serão abordadas com os professores as seguintes indagações: Como estão acontecendo às relações entre professores, alunos e a família, dentro do espaço educativo?

Será que somos relevantes? Percebemos a relevância de nossa profissão para a sociedade do século XXI?

Como estamos construindo nossas ações cotidianas em nosso espaço escolar? Estamos refletindo, revendo ou repensando nossa prática, uma exigência para a convivência coletiva?

Temos clareza de quem é o aluno do século XXI?

Para onde caminham o professor e a Educação?

Competimos diariamente com diversos tipos de mídias, fortes e sedutoras, fora dos muros da escola. Um dos grandes desafios da atualidade é criar cidadãos para o mundo. Esse é um compromisso da família, da escola e da sociedade.

É imperativo revisitarmos nossa prática, revermos posturas para construirmos junto com a sociedade, alternativas possíveis para os sujeitos dentro da complexidade das relações humanas.

É necessário resgatar o papel do professor como sujeito de transformação social.

O professor assume muitas funções, possui papéis muitas vezes contraditórios, isto é, precisa dar conta da instrução acadêmica e também da disciplina da classe. Também têm que lidar com aspectos sociais e emocionais dos alunos, e ainda conflitos ocasionados pelas expectativas dos pais, dos gestores e da comunidade. O excesso de tarefas burocráticas tem feito com que professores se sintam desrespeitados, principalmente quando devem executar tarefas desnecessárias e não relacionadas à sua profissão. Ao desempenhar trabalhos burocráticos diminuem sua carga horária para o atendimento ao aluno e para desenvolver-se na profissão. A falta de autonomia e participação nas definições das políticas de ensino tem mostrado ser

um significativo antecedente do *Burnout*. Estas questões, somadas à inadequação salarial e à falta de oportunidades de promoções, têm preocupado pesquisadores.

Estamos vivendo momentos difíceis: ódio, intransigência, intolerância, preconceito e um profundo desprezo pelos Direitos Humanos, pela Educação, pela Arte e Cultura se tornaram coisas comuns. Precisamos criar pontes de solidariedade contra a banalização do horror: líderes indígenas são assassinados, moradores de rua são queimados vivos, mulheres são espancadas e assassinadas, negras e homossexuais são discriminados todos os dias no país. No Brasil: 2,8 milhões de crianças e adolescentes estão fora da escola segundo a UNICEF (2018).

Segundo o relatório (UNICEF, 2018), 13,8% dos brasileiros de 4 a 17 anos até frequentam a escola, mas são analfabetos ou estão em atraso escolar, estando em privação intermediária. E 6,5% estão fora da escola, em privação extrema. Isso significa que 2,8 milhões de crianças e adolescentes estão fora da escola no Brasil.

Outro ponto discutido com os professores foi sobre a garantia do Direito à Educação que varia por regiões, tema que muitos desconhecem. No Norte, a proporção de crianças e adolescentes privados de educação é o dobro da proporção encontrada no Sudeste.

A pesquisa também aponta que há 545 mil meninas e meninos negros de 8 a 17 anos analfabetos, 207 mil brancos. O analfabetismo e o atraso escolar afetam 53% mais meninos do que meninas (UNICEF, 2018).

A falta de informação também é um problema enfrentado pelas crianças e pelos adolescentes no país. Entre meninas e meninos brasileiros de 10 a 17 anos, 25,7% não tiveram acesso à internet nos últimos três meses antes da coleta da (PNAD, 2015), sendo considerados privados de informação. 24,5% não acessaram a internet, mas têm televisão em casa, estando em privação intermediária. E 1,3% não acessou a rede e não tem televisão em casa, estando em privação extrema. Entre eles, 500 mil meninas e meninos não têm acesso a nenhum meio de comunicação em casa: rádio, televisão ou internet.

De acordo com o relatório da PNAD (2015), é fundamental que o Brasil trate crianças e adolescentes como prioridade. O estudo sugere utilizar a análise das privações múltiplas na infância e na adolescência para monitorar a situação de meninas e meninos brasileiros. Sugere também que o país use os dados para elaborar planos de desenvolvimento capazes de garantir que políticas e programas sejam

apropriados para os diferentes públicos-alvo, de acordo com as necessidades de cada grupo de meninas e meninos, nas diferentes áreas e regiões do País.

Depois desse estudo, o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) sugeriu que crianças e adolescentes deveriam ser incluídos como prioridade absoluta no PPA 2020-2023, contribuindo para o alinhamento das metas do País com os ODS-Objetivos de Desenvolvimento Sustentável - são uma coleção de 17 metas globais, estabelecidas pela Assembleia Geral das Nações Unidas, entendida como uma boa oportunidade para avançar no alcance dos ODS relacionados à infância e à adolescência até o ano de 2030.

Outra questão relevante abordada por diversos autores é o isolamento social e a falta de senso de comunidade que, geralmente, estão presentes no trabalho docente, tornando os professores mais vulneráveis ao *Burnout*. Segundo os autores, o ensino é uma profissão solitária, uma vez que há uma tendência do professor a vincular suas atividades ao atendimento de alunos, ficando à parte de atividades de afiliação, grupos e engajamento social. Esse fato foi comprovado por Burke e Greenglass (1989), ao identificarem ser a falta de suporte social uma das causas significativas do *Burnout* em professores. A inadequação da formação recebida para lidar com as atividades de ensino, escola e cultura institucional também tem sido apontada pelos professores como uma importante causa da síndrome (FARBER, 1991; WISNIEWSKI; GARGIULO, 1997). A formação do professor, explicam os autores, enfatizam conteúdos e tecnologia, sendo deficiente a abordagem nas questões de relacionamento interpessoal, relacionamento com alunos, administradores, pais e outras situações. A falta de condições físicas e materiais para programar suas ações junto aos alunos também foram identificados como importante fonte de desgaste profissional.

Outro fator é a explosão da internet, pois como dizem Marinho e Miguel (2017) viveu uma época de desafios, sobretudo para os educadores que necessitam ser capazes de realizar e produzir relações dos conteúdos de seus campos do conhecimento, com suporte pedagógico das tecnologias.

Nesse cenário está à escola e o professor e, muitas vezes as questões disciplinares e comportamentais perpassam pela sala de aula, dificultando o processo ensino-aprendizagem.

Ante as populações educativas diversificadas que frequentam nossas escolas é necessário que tenhamos consciência de nossa incompletude e de que o regime de

colaboração contribui para a obtenção de resultados favoráveis. Para tanto, é fundamental que todos se sintam parte integrantes do projeto, apropriando-se do mesmo, através da leitura e compreensão de seu objetivo principal: o de contribuir para a educação dos sujeitos no espaço educativo, ajudando na formação de cidadãos para o mundo, independentes e autônomos, sujeitos de sua própria vida. É necessário ativar a comunicação entre os sujeitos, envolver os colegas e se preciso for fazer uma rede para que se sintam acolhidos, onde a empatia e a compreensão estejam presentes. A empatia deve ocupar o lugar deixado pela solidão nesses tempos de distanciamentos...

O mundo ficou pequeno com a Pandemia da COVID-19. Hoje a empatia pode e deve servir como ferramenta de trabalho. No atual cenário é preciso acolher, proteger e valorizar uns aos outros. Toda e qualquer tentativa de aproximação em direção ao outro já é um começo, pois é isso que nos torna humanos e dá sentido à nossa vida.

Podemos dizer que a Pandemia será um marco do século XXI, em que todos nós, sem exceções, precisamos nos reinventar diariamente. Não podemos perder o encantamento e deixar nenhum aluno para trás nesse processo, em que somos pilares de integração entre a escola e a família. Nesse momento em que a prioridade é a defesa da vida um professor empático pode mudar o cenário da escola, mas para mudar, é preciso enxergar e reconhecer as dificuldades do momento, sem esquecer que a escola é plural e cabem nela todas as gentes, como diria o mestre Paulo Freire.

Segundo Demo (2009) em Educação hoje: “novas” tecnologias, pressões e oportunidades as novas tecnologias vieram para ficar, não são uma opção, e sim uma realidade. A aprendizagem acontece na cabeça. O que vai determinar a capacidade de aprender é a nossa presença física ou virtual. Não são os 45/50 minutos de aula que garantem a aprendizagem.

Uma nova era em que as tecnologias são definitivas, mas os conteúdos precisam ser reconstruídos é o que temos.

Para Demo (2009), precisamos de professores e não de “auleiros”.

2. COMO VENHO ME FAZENDO EDUCADORA...

Minha relação com a educação é intrauterina, pois meus pais foram professores. Na verdade, minhas avós, tanto a paterna quanto a materna também foram professoras.

Cresci, portanto, no mundo da Educação, cercada de livros, cadernos e lápis por todos os lados. Fui, desde criança, tomando gosto pela profissão e me “enxergando” professora. Ao ingressar na 1ª série, onde a relação professora/ aluno se concretizou de fato, foi tomando forma à professora que havia em mim. Tanto, que ao chegar a casa, meu quarto era transformado em sala de aula e as bonecas eram as alunas. Havia ali, um pequeno “quadro-negro”, giz, uma mesinha e uma cadeira, na qual as “crianças” sentavam para estudar.

Lembro com saudades desse tempo, onde o lúdico prevalecia na infância. Hoje, já não ocorre isso, pois as crianças brincam com o celular.

O tempo passou e eu fui reforçando o interesse pela área da Educação. Em fevereiro de 1995 prestei Vestibular para o Curso de Pedagogia na Universidade Católica de Pelotas- UCPEL, extensão Arroio Grande, e para minha felicidade fui aprovada.

A Pedagogia teve uma grande influência na minha vida, sendo um trampolim para as especializações que viriam depois. Ainda hoje recordo da primeira aula de Didática do Curso, quando a professora Ana Luiza Araújo pediu para que respondêssemos: “QUEM SOU EU”?

Como esquecer esse desafio inicial? Sem pestanejar comecei a escrever (herança que herdei de meus pais) - os dois escreviam muito bem. O Curso foi gratificante para quem, como eu, gosto de ler e escrever. Além disso, havia a questão da oralidade, bastante explorada na apresentação dos trabalhos, nos seminários e posteriormente no estágio supervisionado de Magistério em escola de 2º grau na disciplina de Fundamentos Sociológicos da Educação.

Paralelo ao Curso de Pedagogia eu exercia a profissão de Conselheira Tutelar da Criança e do Adolescente. Fiz parte do primeiro Conselho Tutelar eleito pelo voto popular no município. Acontece que como tudo o que é novo, com o Conselho Tutelar não foi diferente e no início ocorreram algumas distorções quanto às verdadeiras atribuições dos conselheiros tutelares. Não foram raras às vezes em que fui chamada pela direção da escola onde funcionava o curso para atender alunos com “problemas

disciplinares” em sala de aula. Fato esse que me chamou atenção para os equívocos sobre o importante papel da família na formação escolar dos filhos e principalmente para o seu sucesso. A família estava (e, parece continuar) transferindo sua função para a escola, especialmente para os professores. Afinal, pais educam, professores ensinam!

Essa questão foi decisiva para que eu continuasse minha formação pedagógica realizando logo em seguida a especialização em Educação Infantil, onde tudo inicia na vida da criança e meu trabalho de conclusão de curso foi intitulado “A CRIANÇA E O UNIVERSO EM TRANSFORMAÇÃO”, quando pude observar os diversos universos vivenciados em nossas escolas.

No ano de 2005, fui convidada a exercer o cargo de Secretária Adjunta de Educação no Município de Arroio Grande, experimentando outras realidades. Concomitantemente fiz uma Especialização em Educação pela Universidade Federal de Pelotas, cujo trabalho de pesquisa foi sobre o “ANALFABETISMO EM ARROIO GRANDE: NÚMEROS QUE PREOCUPAM”, tendo como orientadora a Professora Dr^a Arlete Salsides- UNIPAMPA- Campus Jaguarão.

Dando prosseguimento a minha trajetória acadêmica cursei em seguida a Pós-Graduação em Gestão Escolar com Habilitação em Orientação Educacional, cujo trabalho de pesquisa foi: “EM TEMPOS DE INCERTEZAS, O QUE NOS FAZ PROFESSORES?”. Paralelamente ao curso fiz também a Especialização “Lato Sensu” em Psicopedagogia Clínica e Institucional, cuja pesquisa foi sobre “A IMPORTÂNCIA DA FAMÍLIA NOS PROCESSOS DE SOCIALIZAÇÃO ESCOLAR”.

Considero-me uma pessoa privilegiada, pois venho me fazendo professora ao longo desse percurso e tive a oportunidade que poucos tiveram: de estudar e trabalhar na área educacional, desde a Educação Infantil em uma EMEI- Escola Municipal de Educação Infantil, como professora de Pré-escola até coordenar um grupo de idosas no CRAS (Centro de Referência de Assistência Social), passando pelo Ensino Fundamental (series iniciais e séries finais) até o Ensino Médio e o MOVA /RS (Movimento de Alfabetização Popular).

Mais recentemente, desde 2014, trabalho em uma Escola Pública, lecionando em uma turma de 4º ano do Ensino Fundamental e oito turmas de Ensino Médio, com a disciplina de História. Continuo percebendo que as questões familiares estão de certa forma, dificultando a aprendizagem e o sucesso escolar.

Ao observar em toda essa trajetória que o cerne está na família busco no Mestrado profissional em Educação a orientação para algumas inquietações que ainda persistem. Principalmente por entender que nunca estamos prontos e que, vamos, aos poucos, nos fazendo e refazendo, construindo e desconstruindo conceitos.

3. CONTEXTO DA PESQUISA

3.1 O MUNICÍPIO

De acordo com o site Cidades do meu Brasil "A CIDADE foi iniciada no ano de 1803, por Manuel Jerônimo, provavelmente Manuel Jerônimo de Sousa, avô do Barão de Mauá. Em 1812, o terreno sobre o qual está edificada, foi doado à Nossa Senhora da Graça, por Manuel de Sousa Gusmão e sua esposa, D. Maria Pereira das Neves. O movimento de doação deu-se espontaneamente, sendo que o terreno era de criação de gado"¹.

"Diz a tradição que, algum tempo antes da fundação do povoado, entre os habitantes de destaque, deu-se certa divergência quanto ao lugar em que, definitivamente, deveria ser fundada a povoação. Opinavam alguns que fosse à margem direita do arroio "Grande", outros à margem esquerda, no lugar em que hoje se demora a cidade. A contenda foi vencida pelos partidários da margem esquerda que assim procederam: à distância de 7 quilômetros mais ou menos, mandaram construir um rancho, com paredes de pau-a-pique, o qual, sendo cuidadosamente colocado sobre quatro rodas, à noite, puxado por bois, foi conduzido ao local em que mais tarde deveria ser construída a igreja Matriz, e aí cravado. Os habitantes da margem direita, que já haviam começado as obras de uma igreja de material, templo que não foi terminado e do qual ainda existem as ruínas, foram surpreendidos, ao amanhecer, pelo alegre repicar dos sinos, anunciando que, na margem esquerda, um padre, de antemão prevenido dizia a primeira missa, no curato de Nossa Senhora da Graça de Arrolo Grande."

Por Lei Provincial nº 54, de 26 de maio de 1846, foi elevada à categoria de Freguesia e curato de Nossa senhora da Graça de Arroio Grande, constituindo a 39ª Freguesia do Estado. A Lei nº 596, de 2 de janeiro de 1867, dividiu o município de Jaguarão em cinco distritos, dos quais o quarto era constituído pela freguesia de Arroio Grande.

Por Lei Provincial nº 843 de 24 de março de 1873, foi elevada à categoria de Vila com a mesma invocação e nome. Por Lei nº590, de 5 de novembro de 1890, foi elevada à categoria de cidade com a denominação de FEDERAÇÃO, sendo depois,

¹ https://www.cidadesdomeubrasil.com.br/rs/arroio_grande

por Lei nº 522, de 6 de julho de 1891, restabelecida a antiga denominação de ARROIO GRANDE.

Na Divisão Administrativa de 1911, Arroio Grande compõe-se dos distritos da sede e de Santa Isabel dos Canudos. No Recenseamento Geral de 1920 aparece integrado pelos de Arroio Grande, Estação de Piratini e Bretanhas. Já em 1933, está constituído de Arroio Grande, Estação de Piratini, Costa do Arroio Grande, 4º e 5º Distritos.

Nas divisões territoriais de 1936 e 1937, os distritos de Arroio Grande, Costa do Arroio Grande Paraíso, Santa Isabel e Chasqueiro, fazem parte do Município, sendo que no quadro anexo ao Decreto estadual nº 7.199, de 31 de março de 1938, as sedes dos três últimos não têm categoria de vila.

Em face do Decreto estadual nº 7.643, de 28 de dezembro de 1938, confirmado pelo de nº 7.842, de 30 de junho de 1939, o distrito-sede adquiriu parte do território de Olimpo (ex-Paraíso) e de Santa Isabel, ficando o Município constituído dos distritos de Arroio Grande (subdividido em 3 zonas: Arroio Grande, Costa do Arroio Grande e Chasqueiro) e dos de Olimpo e Santa Isabel.

Por efeito do Decreto-Lei estadual nº 720, de 29 de dezembro de 1944, o distrito-sede obteve parte do território do distrito de Olimpo, permanece, entretanto, o Município integrado pelos mesmos distritos, sofrendo alteração toponímica apenas o de Santa Isabel, que passou a denominar-se açoriano.

Em 1950, Arroio Grande é formado do distrito-sede, Açoriano e Olimpo.

A Lei nº 125, de 14 de novembro de 1952, alterou a denominação do distrito de Açoriano para Santa Isabel do Sul.

A Lei estadual nº 3.735, de 31 de abril de 1959 anexou o distrito de Olimpo ao novo Município de Pedro Osório.

No Censo de 1960, o Município se compunha dos distritos de Arroio Grande e Santa Isabel do Sul.

Em virtude da Lei estadual nº 441, de 25 de julho de 1961, foram criados os distritos de Mauá e Pedreiras, passando o Município a figurar com Arroio Grande (sede), Mauá, Pedreiras e Santa Isabel do Sul.

O município de Arroio Grande possui uma área de 2.518,480 km² e uma população de 18.935 habitantes, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística no censo de 2016. Está situado entre a Lagoa Mirim e os municípios de

Jaguarão, Herval e Pedro Osório. Tem sua economia baseada no setor primário, especial através da produção de arroz, soja, pecuária, além de casas comerciais. .

Figura 1 - Localização do município no Estado do Rio Grande do Sul



Fonte: https://www.cidadesdomeubrasil.com.br/rs/arroio_grande#Mapa

Figura 2 - Entrada da cidade



Fonte: Arquivo da Autora.

Figura 3 - Vista parcial da cidade



Fonte: Arquivo da Autora.

Na área educacional, o ensino público do município é atendido por um Instituto Estadual de Educação, treze Escolas de Ensino Fundamental, três Escolas de Educação Infantil, uma Escola de Ensino Médio – modalidade Educação de Jovens e Adultos, e a Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais – APAE.

3.2 A ESCOLA

A instituição onde a pesquisa foi realizada é o Instituto Estadual de Educação, localizado à Rua Leonel Fagundes, nº 63, Bairro Centro.

Em 28 de fevereiro de 1980, pela Portaria 11.499/80, sancionada pelo senhor secretário de Estado de Educação e Cultura, Plácido Steffens, para melhor atender às necessidades do ensino em Arroio Grande, foram unificadas duas escolas: uma de 1º Grau - Ginásio Estadual e outra de 2º Grau - Escola Estadual Nossa Senhora da Conceição, que passaram a denominar-se Escola Estadual de 1º e 2º Graus Aimone Soares Carriconde. Nome este em homenagem ao grande educador, ex-prefeito e cidadão arroio-grandense.

Nascia através da unificação destas duas escolas um marco da educação em nosso município e usando a data do aniversário do Dr. Aimone, comemoramos o dia de nossa escola, tendo como primeira Diretora a professora Leda Siedler da Conceição. A Escola Aimone tem por objetivo geral "*Tornar a Escola um espaço de construção de conhecimento na busca das transformações*".

Pela Portaria nº00117 de 2000 a escola passou a designar-se Instituto Estadual de Educação Aimone Soares Carriconde, oferecendo além do Ensino Fundamental os cursos de Ensino Médio Diurno e Noturno, Técnico em Gestão Administrativa e Técnico em Informática.

A escola tem o compromisso de irradiar a cultura, o esporte, o lazer, incentivando todas as manifestações artísticas, esportivas e culturais, sendo desenvolvidas atividades extraclases, que visam ao desenvolvimento crítico social dos nossos educandos.

A escola atende um total de 654 alunos, distribuídos em 87 nas séries iniciais, 73 das séries finais do Ensino Fundamental, 481 alunos do Ensino Médio e 13 do Curso Técnico.

Para bem atender seus alunos conta com 20 salas de aulas, sala de diretoria, sala dos professores, laboratório de informática, laboratório de ciências, sala de recursos multifuncionais para Atendimento Educacional Especializado (AEE), quadra de esportes descoberta, cozinha, biblioteca, banheiro adequado à alunos com deficiência ou mobilidade reduzida, sala de secretaria, auditório, pátio descoberto e área verde.

Conta ainda de uma série de equipamentos entre eles: TV, DVD, impressora, aparelho de som e projetor multimídia (Data show).

Em sua infraestrutura apresenta: alimentação escolar para os alunos; água, energia e esgoto da rede pública, lixo destinado à coleta periódica e acesso à Internet com Banda larga.

Figura 4 - Entrada principal da Escola
Prédio 1



Fonte: Arquivo pessoal da Autora.

Figura 5 - Curso de Aplicação
Prédio 2



Fonte: Arquivo pessoal da Autora.

4. PROFISSÃO DOCENTE

Antes de aprofundarmos sobre os conceitos de adoecimento e síndrome de *Burnout* é necessário delimitar melhor o paradigma profissão docente.

Ao longo dos processos de formação profissional à docência, em função das transformações ocorridas no mundo do trabalho, das mudanças culturais e da evolução tecnológica têm sido responsáveis pelas condições de vida e de trabalho dos professores.

A sociedade do conhecimento tem posto em xeque o papel da docência como profissão. Dia a dia os professores são confrontados com as exigências do mundo contemporâneo: a revolução tecnológica, a globalização, o avanço científico versus as tradições educacionais, o modelo curricular, os saberes hierarquicamente estabelecidos. Tudo isso somado à ausência de políticas governamentais de qualidade voltadas à formação inicial e continuada de professores agrava ainda mais as condições de trabalho docente (VEIGA, 2014).

Segundo Esteve (1999), professores de todas as partes do mundo obrigaram-se a adaptar às características que envolveram os processos de trabalho, mas não necessariamente nas condições das exigências do exercício profissional da docência.

De acordo com Cruz e Lemos (2005) os professores e educadores, em geral, ocupam um lugar especial no processo social e produtivo, realizando atividades de assistência interpessoal e de dedicação no aprendizado dos outros e, assim predispondo-se ao que chamamos de transtornos psicossociais no trabalho.

A docência deve ser entendida para além do ato de ministrar aulas e como destaca Veiga (2008), as funções formativas convencionais, como ter domínio teórico e técnicas sobre o conteúdo, com o passar do tempo e com o surgimento de novas condições de trabalho, além das demandas sociais contemporâneas, que emergem nas escolas, contribuíram de forma exponencial na atuação do professor.

A docência está implicada com os processos de formação humana, mediada pelos processos de construção do conhecimento, de transmissão, de questionamentos e de renovação da memória construída ao longo do tempo. Não se trata de onde, o que ou como se ensina, a priori, a essência está na relação entre docentes e discentes, ou seja, vai além de conteúdos e métodos. (VIEIRA, 2019).

Nessa relação podemos destacar o que diz Teixeira (2007, p. 432) “numa interação intencionalmente mediada pelos processos de transmissão e de reinvenção da cultura e do conhecimento”.

A LDB - Lei de Diretrizes e Bases nº 9.394/96, em seu Art. 13, destaca as incumbências dos docentes:

I - Participar da elaboração da proposta pedagógica do estabelecimento de ensino;

II - Elaborar e cumprir plano de trabalho, segundo a proposta pedagógica do estabelecimento de ensino;

III - zelar pela aprendizagem dos alunos;

IV - Estabelecer estratégias de recuperação para os alunos de menor rendimento;

V - Ministrando os dias letivos e horas-aula estabelecidos, além de participar integralmente dos períodos dedicados ao planejamento, à avaliação e ao desenvolvimento profissional;

VI - Colaborar com as atividades de articulação da escola com as famílias e a comunidade.

Estas atribuições servem de orientação e esclarecem sobre a prática docente, visando uma educação de qualidade, a partir do trabalho dos professores.

A docência é uma profissão complexa e, tal como as demais profissões, é aprendida. Os processos de aprender a ensinar, de aprender a ser professor e de se desenvolver profissionalmente são lentos. Iniciam-se antes do espaço formativo dos cursos de licenciatura e prolongam-se por toda a vida, alimentados e transformados por diferentes experiências profissionais e de vida (MIZUKAMI, 2013, p. 23).

Com esta afirmação pode-se afirmar que a profissão docente tem como locus de seu desenvolvimento a escola, tendo em vista que o docente está em constante aprendizado e dessa maneira na sua maioria, este constante aprendizado, esse processo de busca, aperfeiçoamento e convivência com as mais diversas cobranças gera o mal-estar docente.

A docência é, portanto, uma atividade profissional complexa, pois requer saberes diversificados. Isso significa reconhecer que os saberes que dão sustentação à docência exigem uma formação profissional uma perspectiva teórica e prática (VEIGA, 2014).

Para ALTET (2001), o docente é um profissional do ensino e da aprendizagem, formado para conquistar as competências necessárias ao ato de ensinar e não apenas para dominar conteúdos de ensino.

Segundo Cavalcante e Farias (2020) a profissão docente é pouco atrativa no Brasil e, muitas vezes, os professores são expostos a situações de desvalorização, como péssimas condições de trabalho, carga horária excessiva, baixa remuneração e salários abaixo do piso salarial. Além disso, a ideia de que “ser professor é uma complementação de renda” contribui ainda mais para a desvalorização da carreira e o não reconhecimento da identidade profissional docente.

A motivação é um elemento fundamental na Educação Básica, e os sujeitos envolvidos nesse processo precisam estar imbuídos de um espírito alegre para a realização das práticas rotineiras.

Considerando o ambiente escolar distante do ideal para o desenvolvimento de uma relação sadia entre os sujeitos envolvidos no processo ensino-aprendizagem, é imperativo que nos reinventemos.

5. ADOECIMENTO DO PROFESSOR: A SÍNDROME DE *BURNOUT*

Adoecer emocional e/ou mentalmente em consequência de vivências no trabalho tem sido algo muito frequente no século 21. Estudos têm apontado principalmente para os profissionais da Educação como sendo os mais suscetíveis a desenvolver a Síndrome de *Burnout*.

O *Burnout* seria uma forma de resposta emocional para todo o estresse, o qual em muitos casos já se tornou crônico, decorrido da relação do indivíduo com o trabalho.

Segundo Muller (2004) a expressão inglesa *Burnout* foi utilizada pela primeira vez por Hebert Freudenberger, médico psicanalista americano que descreveu essa síndrome como um sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de energia e recursos.

A tradução da palavra *Burnout* para a língua portuguesa corresponde a “queimado até o final”, significa sofrer por exaustão física ou emocional causada por longa exposição habitual a estressante. Entrar em *Burnout* significa chegar ao limite da resistência física ou emocional (CARVALHO, 2003).

É caracterizada como um distúrbio de caráter depressivo acompanhado de extremo cansaço físico e mental. Em maio de 2019, a OMS (Organização Mundial da Saúde) definiu o *Burnout* como uma síndrome resultante de estresse crônico no trabalho.

Essa determinação entra em vigor na Classificação Internacional de Doenças (CID) em 2022 e abre caminho para mais estudos e discussões sobre o tema. E quem nunca se sentiu estressado devido ao trabalho?

Às vezes, cumprir o simples exercício do ofício pode ficar mais difícil do que imaginamos– ou gostaríamos. O ritmo frenético do mundo globalizado, as crises econômicas cíclicas diversas contas, cobranças excessivas. Tudo isso contribui para que a sensação de que o emprego se tornou um tormento, causando cada vez mais estresse entre os trabalhadores. Então, o que, na visão do grande público, é apenas um aborrecimento, para outras pessoas acaba se tornando um grave transtorno psíquico.

Você sabe o que é a Síndrome de *Burnout* e como ela afeta os professores?

Ela é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastantes, que demandam muita responsabilidade.

A principal causa é justamente o excesso de trabalho e, por isso, esta síndrome é muito comum em professores, que em decorrência da imensa cobrança pela elaboração dos materiais/planejamentos, carga excessiva de tarefas e horas de trabalho, falta de reconhecimento na carreira, envolvimento emocional, um plano de ascensão profissional, autonomia e excesso de burocracias, acabam desenvolvendo *Burnout*.

Como reconhecer esta síndrome?

1. Esgotamento físico e emocional;
2. Despersonalização (alteração do comportamento habitual);
3. Falta de interesse no trabalho.

Para a prevenção do *Burnout*, pode ser feito: exercícios físicos, cuidados com a alimentação e relaxamento/lazer (tente ouvir uma música que você goste ler um livro, tomar um banho morno ou até mesmo parar e prestar atenção em sua respiração).

Esse quadro tem origem na constante pressão emocional relacionada ao envolvimento laboral intenso e por longo período de tempo. Por isso, afeta trabalhadores que estão no limite do estresse relacionado ao ofício, causando consequências psicológicas e físicas. O próprio termo *Burnout* indica esgotamento: traduzido do inglês, significa “queimar-se” (ou combustão completa).

De acordo com Benevides-Pereira (2003) a síndrome de *Burnout* ainda é desconhecida da maioria dos profissionais e em função desse desconhecimento, as pessoas com *Burnout*, muitas vezes são diagnosticadas como se estivesse com estresse ou depressão, o que traz prejuízos à saúde do profissional, pois a causa principal não é atacada.

Apesar de ser encontrado em qualquer atividade, o *Burnout* se mostra mais evidente em indivíduos cuja profissão exige envolvimento interpessoal intenso, com algum impacto direto na vida de outras pessoas, entre elas estão os professores.

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) *apud* Carlotto (2002) pontuam que:

Nas várias definições do Burnout, embora com algumas questões divergentes, todas encontram no mínimo cinco elementos comuns:

- (1) existe a predominância de sintomas relacionados à exaustão mental e emocional, fadiga e depressão;
- 2) a ênfase nos sintomas comportamentais e mentais e não nos sintomas físicos;
- 3) os sintomas do Burnout são relacionados ao trabalho;
- 4) os sintomas manifestam-se em pessoas “normais” que não sofriam de distúrbios psicopatológicos antes do surgimento da síndrome;
- 5) a diminuição da efetividade e desempenho no trabalho ocorre por causa de atitudes e comportamentos negativos (CARLOTTO, 2002, p. 3-4).

De acordo com a Associação Nacional de Medicina do Trabalho (2019) os três elementos principais que caracterizam o *Burnout* e o diferenciam de outras condições são:

- **Exaustão:** a sensação de que a pessoa está indo além de seus limites e desprovida de recursos, físicos ou emocionais, para lidar com as situações. Mesmo férias ou licenças por motivos de saúde não resolvem o aparente cansaço.
- **Ceticismo:** a reação constantemente negativa diante das dificuldades, a falta de interesse no trabalho, ou, ainda, a falta de preocupação com os resultados. O ceticismo é uma forma de insensibilidade, que pode ser agressiva mesmo em relação a amigos e familiares.
- **Ineficácia:** a sensação de incompetência, que ocorre quando a pessoa se sente sempre desqualificada, pouco reconhecida e improdutiva.

Ainda de acordo com a Associação Nacional de Medicina do Trabalho (2019) a síndrome pode ser decorrente de uma carga horária excessiva, falta de reconhecimento dos chefes ou de um cansaço profundo, por exemplo, que não se resolve apenas com descanso ou férias. Outros fatores que podem desencadear o *Burnout* no trabalho são:

- Excesso de responsabilidades
- Pouca autonomia para tomar decisões
- Falta de justiça no ambiente de trabalho
- Conflitos de valor no trabalho

Para Carl Otto (2002) atualmente, a definição mais aceita do *Burnout* é a fundamentada na perspectiva social-psicológica de Maslach (1981) e colaboradores, sendo esta constituída de três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho.

A exaustão emocional de acordo com Maslach (1981) *apud* Carlotto (2002) se refere às sensações de sobre-esforço e fastio emocional que se produz como

consequência das contínuas interações que os trabalhadores devem manter com os clientes e entre eles.

A despersonalização supõe o desenvolvimento de atitudes cínicas frente às pessoas a quem os trabalhadores prestam serviços.

A baixa realização pessoal no trabalho levaria à perda de confiança na realização pessoal e à presença de um autoconceito negativo.

É importante ressaltar que a síndrome de Burnout não traz consequências nocivas apenas para o indivíduo que a padece. Com a perda na qualidade do trabalho executado, as constantes faltas, as atitudes negativas para com os que o cercam, assim como outras características peculiares, estas acabam por atingir também os que dependem dos serviços deste profissional, os colegas de trabalho e a instituição.

5.1 ALGUNS SINTOMAS FÍSICOS DA SÍNDROME DE *BURNOUT*

A principal característica observada é o estado de tensão emocional e estresse crônico decorrentes das condições de trabalho físico, emocional ou psicologicamente desgastante.

Um dos principais motivos que levam o profissional que está com esse intenso grau de esgotamento mental e emocional a adoecer também fisicamente é que todo esse sofrimento psíquico é projetado para o físico.

Benevides-Pereira (2003) explica a pessoa tende a adoecer mais porque o sistema imunológico está comprometido.

A Associação Nacional de Medicina do Trabalho (2019) lista os principais sintomas da síndrome de *Burnout*:

- Cansaço excessivo, físico e mental;
- Dor de cabeça frequente;
- Alterações no apetite;
- Insônia;
- Dificuldades de concentração;
- Sentimentos de fracasso e insegurança;
- Negatividade constante;
- Sentimentos de derrota e desesperança;
- Sentimentos de incompetência;

- Alterações repentinas de humor;
- Isolamento;
- Fadiga;
- Pressão alta;
- Dores musculares;
- Problemas gastrointestinais;
- Alteração nos batimentos cardíacos.

Apesar da causa da síndrome de *Burnout* estar relacionada ao trabalho, as manifestações do distúrbio têm início no cérebro. Quando o cansaço mental ocorre, há a queda de produção de algumas substâncias importantes relacionadas ao estresse, e por consequência surgem sintomas como: desânimo, desatenção, esquecimentos, alteração no sono, alta irritabilidade e exaustão. Nas reações de estresse, assim como na ansiedade, o cérebro como um todo reage, mas temos algumas regiões que estão diretamente envolvidas. A maneira como o corpo se sente fisicamente pode influenciar e até mesmo confundir quem está com a mente exausta.

O *Burnout* não escolhe suas vítimas pelo gênero ou idade, embora *mulheres* sejam as mais propensas a procurarem ajuda mais cedo. As fontes de esgotamento total dos profissionais são as mesmas para ambos os sexos, mas os reais motivos podem ser diferentes: para eles, a incerteza em relação ao futuro é a principal razão para o estresse, enquanto a sobrecarga de trabalho é o ponto mais complicado de lidar entre as mulheres.

Outros aspectos como relacionamento interpessoal e falta de controle sobre as tarefas, também aparecem como importantes causas.

5.2 AS TRÊS DIMENSÕES DA SÍNDROME DE *BURNOUT*

Maslach (1976) *apud* Santos e Honório (2014) desenvolveu uma abordagem psicossocial em que o termo *Burnout* é definido como a síndrome da desistência e da exaustão emocional; ou seja, uma reação à tensão emocional crônica gerada pelo contato direto e excessivo com outros seres humanos. Considerada como uma resposta ao desgaste laboral crônico, a síndrome de *Burnout* afeta o bem-estar físico e emocional do sujeito, de forma a exauri-lo, a ponto de apresentar sintomas físicos de esgotamento.

A exaustão profissional

A Exaustão Profissional se refere a percepção de sobrecarga de trabalho, quando se apresenta o esgotamento físico (fadiga, mal-estar) e psíquico (ansiedade, falta de entusiasmo ou interesse) como resposta aos estressores emocionais do labor. Como mecanismo de resposta a isso, podem ocorrer alterações na personalidade e comportamento do indivíduo caracterizando a Despersonalização.

A Despersonalização

A despersonalização ou cinismo nada mais é do que a tentativa de se afastar dos fatores estressores emocionais e tem como características o desenvolvimento da insensibilidade emocional: quando o trabalhador passa a apresentar comportamento impessoal, distante e indiferente direcionado aos clientes ou colegas de trabalho. Em consequência disso, o indivíduo tende a se tornar cada vez mais descontente com o trabalho que realiza, caracterizando a baixa realização pessoal e a insatisfação no trabalho.

Baixa realização pessoal e a insatisfação no trabalho

A baixa realização pessoal e a insatisfação no trabalho são definidas pelo sentimento de insatisfação, frustração e incompetência quanto ao seu desenvolvimento e execução de suas funções.

A baixa realização pessoal e a insatisfação no trabalho correspondem à dimensão de autoavaliação negativa e relaciona-se à baixa produtividade laboral e a sentimentos de ineficácia e de incompetência, que promovem insatisfação profissional.

5.3 CONSEQUÊNCIAS DO *BURNOUT*

De acordo com Dancini (2015), *Burnout* pode resultar em consequências como:

No corpo

- Fadiga constante e progressiva,
- Dores musculares,

- Distúrbios do sono,
- Cefaleias,
- Perturbações gastrintestinais,
- Imunodeficiência,
- Resfriados enripes constantes,
- Afecções na pele,
- Transtornos cardiovasculares,
- Disfunções sexuais (diminuição do desejo sexual),
- Dispareunia/anorgasmia em mulheres,
- Ejaculação (precoce ou impotência em homens) e alterações menstruais nas mulheres.

No psiquismo

- Falta de concentração,
- Alterações de memória,
- Lentidão de pensamento,
- Sentimento de solidão,
- Impaciência,
- Sentimento de impotência,
- Baixa autoestima desanima,
- Agressividade, perda de iniciativa, consumo de substâncias (álcool, café, fumo tranquilizantes, substâncias ilícitas,
 - Comportamento de alto risco e até suicídio.

Trabalho

- Diminuição na qualidade do trabalho por mau atendimento,
- Procedimentos equivocados,
- Negligência,
- Imprudência,
- Predisposição a acidentes,
- Falta de atenção
- Diminuição da concentração,
- Abandono psicológico e físico do trabalho.

Sociedade

- Comportamentos agressivos,
- Distância afetiva,
- Isolamento de familiares (cônjuges e filhos)

Profissão

- Rotulagem de profissão com alto nível de desgaste,
- Afastamento de bons profissionais,
- Escassez de mão-de-obra

6. A SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFESSORES

Um dos principais, senão o principal agravante na saúde do professor é o estresse crônico, o que gera a síndrome de *Burnout*, que por falta de conhecimento é confundida ou considerada como depressão ou estresse.

Por serem ignorados, os professores tornam-se amargurados, irritados, deprimidos, com autoestima baixa, fazendo com que estes se isolem dificultando sua atuação e sua relação com quem convive no dia a dia.

De acordo com Carlotto (2002),

Burnout em professores é um fenômeno complexo multidimensional resultante da interação entre aspectos individuais e o ambiente de trabalho. Este ambiente não diz respeito somente à sala de aula ou ao contexto institucional, mas sim a todos os fatores envolvidos nesta relação, incluindo os fatores macrossociais, como políticas educacionais e fatores sociohistóricos (CARLOTTO, 2002, p. 5).

Hoje, mais do nunca, os professores vivem um grande desafio: enfrentar as tarefas exigidas pela escola, pelo momento vivido e principalmente por toda a exigência que está sendo feita ao mesmo em relação a sua atuação, com tantas tarefas a serem desempenhadas ao mesmo tempo, além dos fatores destacados na citação.

De acordo com JBeili (2008)

O ato de ensinar é constituído de peculiaridades geradoras de estresse e de alterações de comportamento daqueles que o executam, expondo permanentes os professores a uma degeneração progressiva de sua saúde mental e que os professores estão entre as três principais categorias atingidas pela síndrome de *Burnout*, faltava para nós a conscientização, divulgação e a apropriação política desta situação (JBEILI, 2008, p. 4).

Silva e Carlotto (2003, p. 146) ressaltam que “*Burnout* na educação é um fenômeno complexo e multidimensional resultante da interação entre aspectos individuais e o ambiente de trabalho”.

Quando entra em *Burnout*, o professor perde o sentido da sua relação com o trabalho, sendo que nada lhe importa mais e qualquer esforço parece ser inútil.

Para Moreno-Jimenez (2002) *apud* Carneiro (2010, p. 36) “o *Burnout* do docente se caracteriza por exaustão dos recursos emocionais, onde são comuns

atitudes negativas e de distanciamento para com os alunos e a valorização negativa de seu papel profissional”.

De acordo com Moreno-Jimenez (2002) *apud* Carneiro (2010, p. 36-37) a síndrome de *Burnout* se manifesta no docente da seguinte forma, dentro da perspectiva psicossocial:

Exaustão emocional: esgotamento de recursos emocionais próprios. Sente que não pode dar mais de si. Demonstra desgaste de suas energias emocionais e advertem que não podem trabalhar com a mesma dedicação e energia que no início de sua carreira, após longo contato relacional com acadêmicos. O docente nesta situação se sente totalmente exaurido emocionalmente, devido aos desgastes diários aos quais é submetido com seus alunos. O professor se sente cansado, o sono não consegue restaurá-lo, ele já desperta cansado. Quando chega ao fim da semana, se sente esgotado, sente que está no seu limite, alguns chegam a procurar ajuda profissional (MORENO-JIMENEZ, 2002 *apud* CARNEIRO, 2010, p. 36).

Despersonalização: é o modo de enfrentamento à exaustão emocional que experimenta o docente. Manifesta-se através de atitudes negativas como o tratamento depreciativo, atitudes frias e distantes e aversão com os problemas dos estudantes. O trabalho passa a ser visto por seu valor de troca, o aluno é visto como um objeto, friamente. Sente que não consegue passar tudo o que queria para os alunos (MORENO-JIMENEZ, 2002 *apud* CARNEIRO, 2010, p. 37).

Falta de realização pessoal no trabalho: valorização negativa do próprio papel profissional. Sentem-se insatisfeitos com o seu trabalho, revelam sentimentos de ineficácia no desenvolvimento de seu trabalho. O professor passa a avaliar a si próprio de forma negativa, particularmente, em relação aos alunos. Seu trabalho perde o sentido. O docente sente-se desanimado a ir para o trabalho. Não consegue sentir uma valorização por parte dos alunos e da escola. Acha que deveria ter mais tempo livre para dedicar-se a outras atividades (MORENO-JIMENEZ, 2002 *apud* CARNEIRO, 2010, p. 37).

Carneiro (2010, p. 38) diz ainda que “os professores mais propensos à síndrome são aqueles mais entusiastas, que não vê a profissão pelo lado real de sua carreira profissional, e sempre espera mais do que já tem”.

Diante das atuais formas de ser do trabalho educativo o professor se desencanta, sente uma exaustão emocional por falta de realização profissional, por ter que lutar para ser respeitado, valorizado e isto tudo mexe com sua saúde, o que muitas vezes faz com que desenvolva determinadas doenças como, por exemplo, a síndrome de *Burnout*.

7. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo terá uma abordagem metodológica de natureza qualitativa, que segundo Vieira e Zouain (2005) a pesquisa qualitativa atribui importância fundamental aos depoimentos dos atores sociais envolvidos, aos discursos e aos significados transmitidos por eles.

À pesquisa se propõem duas grandes etapas: A diagnóstica, na qual se busca identificar e definir os objetivos, e a intervenção pedagógica que se constitui a ação proposta objetivamente.

Para a construção do diagnóstico foi aplicado um questionário aos professores dos anos iniciais do Ensino Fundamental, por entender que este possibilita, tanto ao pesquisador quanto aos pesquisados uma gama mais ampla de informações e percepções acerca das questões colocadas.

A segunda etapa prevê a realização de encontros com os sujeitos da pesquisa para tratar do tema sob as três dimensões da síndrome de *Burnout* de acordo com Maslach (1981): exaustão profissional; despersonalização e baixa realização pessoal e a insatisfação no trabalho.

7.1 OS SUJEITOS DA PESQUISA

O *ambiente* da investigação se deu no prédio onde funciona o Curso de Aplicação, anexo ao prédio principal da Escola, que está localizada na zona urbana no município de Arroio Grande/RS. Os sujeitos participantes do estudo são professores dos anos iniciais do I.E.E Aimone Soares Carriconde, a maior escola do município, com 654 alunos, distribuídos em 87 nos anos iniciais, 73 nos anos finais do Ensino Fundamental, 481 alunos no Ensino Médio (diurno e noturno) e o restante nos Cursos Técnicos.

7.2 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS

Os instrumentos para a coleta dos dados foram o questionário e as considerações decorrentes dos encontros realizados com os participantes.

É importante ressaltar que durante o processo de intervenção os colegas participaram com alegria e entusiasmo, demonstrando disponibilidade ao diálogo e a reflexão crítica sobre suas práticas.

Sabemos que temos um grande desafio em nossas mãos. Afinal, vivemos momentos de angústias e incertezas, convivemos diariamente com dificuldades, precisamos nos reinventar durante a pandemia, aprendemos a lidar com as tecnologias, construímos novas formas de ensinar para que nossos alunos aliançassem a aprendizagem. Tudo isso num cenário que também para nós era incerto. Também tínhamos receios e incertezas em relação à pandemia.

É os professores foram gigantes!

8. O DESENVOLVIMENTO DA INTERVENÇÃO

A intervenção foi realizada através de encontros síncronos e assíncronos devido à pandemia da COVID-19. O projeto previu 4 encontros com os 4 docentes da Educação Básica que participaram da pesquisa. Os encontros foram realizados pelo Google encontro agosto e setembro e filmados/fotografados para pudessem ser analisados, a partir do referencial estudado.

No primeiro encontro em agosto foi feita a apresentação da proposta e a leitura da Carta Pedagógica elaborada pela pesquisadora destinada aos professores em um evento em São Lourenço do Sul – 2º Seminário Acadêmico a distância do PAED “Possibilidades em Tempos de Mudança”.

Figura 6 - Leitura da Carta Pedagógica



Fonte: Arquivo pessoal da Autora.

O segundo encontro também em agosto contou com a participação do professor orientador, Lucio Hammes que abordou a primeira dimensão segundo Maslach (1981): a exaustão profissional.

O terceiro encontro, realizado em setembro com a participação da senhora Vera Lesses do Departamento de Saúde do Trabalhador da Direção Central do CPERS Sindicato, que abordou a segunda e a terceira dimensão segundo Maslach (1981): despersonalização e baixa realização pessoal e a insatisfação no trabalho.

Figura 7 - Colegas dos anos iniciais do I.E.E Aimone Soares Carricone



Fonte: Arquivo pessoal da Autora.

O quarto encontro também em setembro para o fechamento e as considerações finais com as produções dos sujeitos e análise dos dados.

Figura 8 - Confraternização com a equipe que participou da intervenção



Fonte: Arquivo pessoal da Autora.

Segundo os colegas que participaram da intervenção, esses momentos são muito importantes e necessários, pois é quando conseguimos falar sobre nós, nossa prática pedagógica, nossas angústias e desafios.

Através do diálogo vamos construindo e reconstruindo caminhos, bem como fazendo e refazendo nossas ações pedagógicas.

Consideramos que estamos vivendo numa era histórica e social em que a escola não oferece prazer e encantamento, muitas vezes com práticas pedagógicas ultrapassadas e o currículo engessados, que diante das novas exigências tecnológicas se tornam totalmente desnecessários.

Sem contar que a Escola é o espaço da alegria e da felicidade. É imperativo que pensemos também na saúde mental, na empatia e no amor, trabalhando com as emoções das nossas crianças e adolescentes.

9. CONSIDERAÇÕES PARCIAIS

Não existem conclusões definitivas, sobretudo em se tratando de educação. Tudo muda a todo instante, embora nem todos percebam essa dinâmica.

Professores têm múltiplas tarefas: precisam se processar e processar também as mudanças que ocorrem naqueles que cuidam.

Sim, os professores estão cansados e, quando o cansaço é demasiado, corre-se o risco de se desencantar... E, dentre tantas coisas que podemos perder, talvez a mais significativa e necessária para o exercício da nossa profissão seja o encantamento...

Afinal, como encantar sem estar encantado?

“Como vou marcar o corpo e a mente do outro se não sei qual a minha marca”?

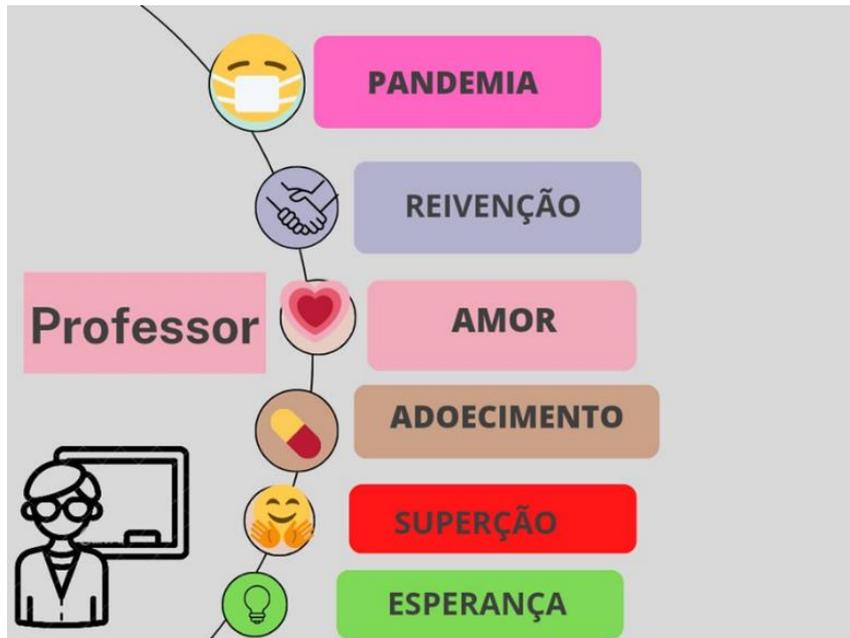
Por termos essa consciência é que resistimos, buscando uns nos outros, alternativas para estimular nossas crianças e jovens para os novos tempos.

No primeiro encontro com os pesquisados foi realizado uma dinâmica inicial tipo “Quebra-gelo”, na qual os colegas deveriam definir em uma palavra, como estavam se sentindo naquele momento. Palavras como cansaço, esgotamento e desmotivação surgiram de imediato. Então a pesquisadora entregou a cada um uma cópia da Carta Pedagógica (anexo II) que foi lida individual e coletivamente. Algumas reflexões e percepções foram feitas após a leitura da carta e, novamente a pesquisadora sugeriu que em uma palavra fosse definida a Carta recém lida. A palavra, por unanimidade foi esperança.

No segundo encontro, nos reunimos para tratar da exaustão profissional, no que se refere à percepção de sobrecarga de trabalho, quando se apresenta o esgotamento físico e psíquico (ansiedade, falta de entusiasmo ou interesse) como resposta aos estressores emocionais dos sujeitos, no caso, os professores.

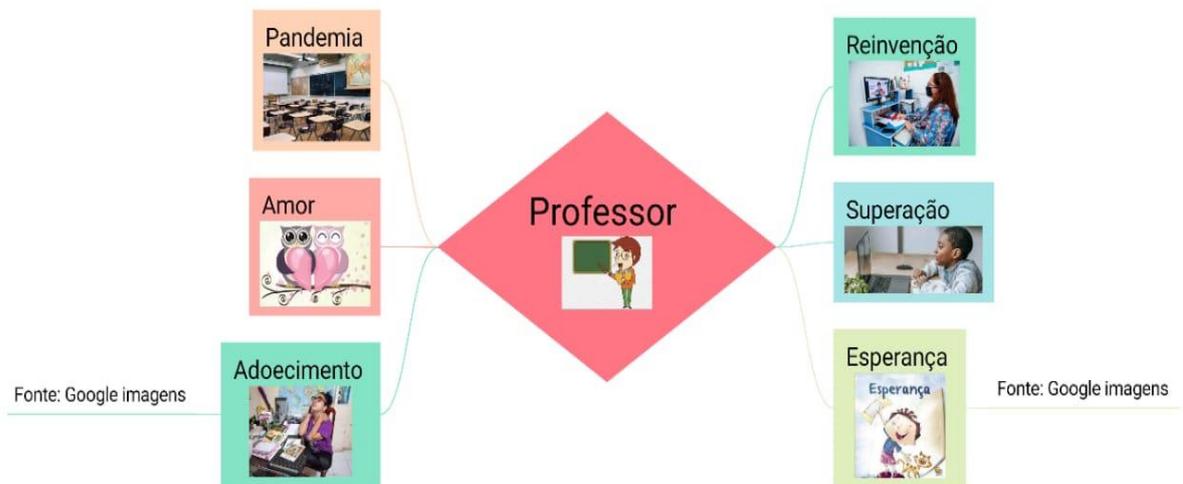
No terceiro e último encontro tratamos da baixa realização pessoal e a insatisfação no trabalho. Realizamos um mapa conceitual para melhor entender nosso trabalho.

Figura 9 - Mapa conceitual realizado pelos participantes no último encontro I



Fonte: Arquivo pessoal da Autora.

Figura 10 - Mapa conceitual realizado pelos participantes no último encontro II



Fonte: Arquivo pessoal da Autora.

A baixa realização pessoal e a insatisfação no trabalho são definidas pelo sentimento de insatisfação, frustração e incompetência quanto ao seu desenvolvimento e execução de suas funções.

Lamentavelmente é o que a maioria dos colegas tem sentido, sobretudo nos últimos anos. Insatisfação e frustração em relação a maneira como veem sendo tratados pelo poder público.

Importante salientar o quanto nossa categoria necessita de momentos para discutir a sua vida profissional. Isso ficou bastante evidente nas falas dos colegas durante os encontros realizados.

O “novo” cenário educacional nos faz repensar nosso papel e nossa função social, pois estamos diante de um impasse: ou a sociedade repensa sua forma de viver e conviver ou vamos todos afundar nessa onda de violência, individualismo, e falta de objetivos que atingem níveis preocupantes.

Nosso papel nesse momento turbulento é o de oferecer nossa contribuição, colocando significado nas coisas que fazemos em que o fator humano seja levado em consideração.

É indiscutível, no entanto, que o professor é um sujeito afetivo, que ama o que faz, é criativo e cuidadoso, mas que também necessita de cuidado e atenção.

Para cuidar dos outros é necessário que primeiro cuidemos de nós mesmos!

É, portanto, fundamental que saibamos perceber os sintomas da exaustão e não permitir que se instalem.

Em nossos encontros pontuamos alguns sinais de quando a exaustão está se instalando.

Fique atento aos seguintes sintomas:

1. Desânimo;
2. Cansaço excessivo;
3. Insônia ou sono constante;
4. Dificuldade de concentração;
5. Perda de memória;
6. Alterações constantes de humor;
7. Irritabilidade;
8. Angústia;
9. Tristeza;
10. Raciocínio lento;
11. Preocupação excessiva;
12. Dificuldade para manter a disciplina;
13. Perda de apetite ou fome frequente;
14. Diminuição da libido;
15. Dor de cabeça;
16. Dores musculares;
17. Desordens digestivas;
18. Imunidade baixa.

REFERÊNCIAS

- ALTET, M. As competências do professor profissional: entre conhecimentos, esquemas de ação e adaptação, saber analisar. In: PERRENOUD, F.; PAQUAY, L.; ALTET, M.; CHARLIER, E. **Formando professores profissionais: quais estratégias? Quais competências?** Porto Alegre: Artmed, 2001. p. 23-35.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. O estado da arte do Burnout no Brasil. **Revista Eletrônica InterAçãoPsy**, Maringá, v. 1, n. 1, p. 4-11, 2003.
- BRASIL. Associação Nacional de Medicina do Trabalho. **Entenda as principais diferenças entre Burnout, estresse e depressão**. 2019. Disponível em: <https://www.anamt.org.br/>. Acesso em 16 jul 2021.
- BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases nº 9394/96**, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da Educação Nacional. Brasília: MEC, 1996.
- CARLOTTO, M. S. A Síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/>. Acesso em 16 jul 2021.
- CARNEIRO, R. M. **Síndrome de Burnout**: um desafio para o trabalho do docente universitário. 2010. Disponível em: <http://www.unievangelica.edu.br/>. Acesso em: 19 jul. 2021.
- CARVALHO, F. A. de. **O mal-estar docente**: das chamas devastadoras (Burnout) às Flamas da Esperança-ação (resiliência). Dissertação (Mestrado em Educação) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2003
- CAVALCANTE, M. M. S.; FARIAS, I. M. S. de. Permanecer na docência: o que revelam professores iniciantes egressos do Pibid? **Revista Educação em Questão**, Natal, v. 58, n. 58, p. 1-24, 2020.
- CIDADES DO MEU BRASIL. Disponível em: https://www.cidadesdomeubrasil.com.br/rs/arroio_grande.
- CRUZ, R. M.; LEMOS, J. C. **Atividade Docente, condições de trabalho e processos de saúde**. 2005. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br>. Acesso em: 18 jul. 2021.
- DANCINI, W. Não deixe sua chama apagar. **Revista Vida e Saúde**. n. 8, 2015. p. 8-13.
- DEMO, P. **Educação hoje**: "novas" tecnologias, pressões e oportunidades. São Paulo: Atlas, 2009.
- ESTEVE, J. M. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. Bauru: EDUSC. 1999.

FREIRE, P. **Educação e Trabalho**: O legado de Paulo Freire- Centenário Paulo Freire 1921-2021- Paulo Freire: Biografia e legado.

FREIRE, P. **Pedagogia do Oprimido**. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

JBEILI, C. Burnout em Professores: Identificação, Tratamento e Prevenção.

Cartilhas/burnout. 2008. Disponível em:

<https://pt.scribd.com/document/3017297/Cartilha-Burnout-Chafic-Jbeili>. Acesso em: 19 jul. 2021.

MARINHO, C. R. M. de S.; MIGUEL, A. A era digital invade as escolas: um breve percurso histórico da informática na educação. **Revista Redin**. v. 6, n. 1, outubro, 2017. Disponível em: <https://seer.faccat.br>. Acesso em: 23 jul. 2021.

MIZUKAMI, M. da N. Escola e desenvolvimento profissional da docência. In: GATTI, B. A. **Por uma política nacional de formação de professores**. São Paulo: Editora UNESP, 2013.

MÜLLER, D. V. K. **A Síndrome de Burnout no Trabalho de Assistência à Saúde**: Estudo Junto aos Profissionais da Equipe de Enfermagem do Hospital Santa Casa de Misericórdia de Porto Alegre. Universidade federal do Rio Grande do Sul. Dissertação de Mestrado. 2004 RS. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/>. Acesso em: 19 jul. 2021.

SANTOS, A. C. de O.; HONÓRIO, L. C. As Dimensões da Síndrome de Burnout no Trabalho dos Pastores da Igreja Presbiteriana do Brasil em Minas Gerais. **XXXVIII Encontro da ANPAD**. 2014. Disponível em: <http://www.anpad.org.br/>. Acesso em: 16 jul. 2021.

SILVA, G. N.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout: um estudo com professores da rede pública. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 7, n. 2, p.145-153, 2003.

TEIXEIRA, I. A. C. Da condição docente: primeiras aproximações teóricas.

Educação & Sociedade. Campinas, v. 28, n. 99, p. 426-443, maio/ago. 2007.

VEIGA, I. P.A. A prática pedagógica do professor de didática. 11.ed. Campinas, SP: Papyrus, 2014.

VEIGA, I. P.A. Docência como atividade profissional. In: VEIGA, Ilma P.; D'Ávila, Cristina. (Orgs.) **Profissão docente**: novos sentidos, novas perspectivas. Campinas, SP: Papyrus, 2008.

VIEIRA. A. J. L. **Os desafios da profissão docente vivenciados por professores/as com diferentes tempos de carreira**. 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/>. Acesso em: 16 jul. 2021.

VIEIRA, M. M. F.; ZOUAIN, D. M. **Pesquisa qualitativa em administração**: teoria e prática. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2005.

ANEXO I

QUESTIONÁRIO

Querido (a) colega:

Solicito tua contribuição para enriquecer o meu projeto de Mestrado cujo tema é:
“PROFESSORES DO SÉCULO XXI: A PANDEMIA E A EXAUSTÃO PROFISSIONAL”

DADOS REFERENTES AOS ENTREVISTADOS:

Nome do (a) professor (a):

Escola onde atua:

Turma (s) que atende:

Formação do (a) professor (a):

Tempo de experiência no Magistério:

Jornada de trabalho docente:

Como costuma planejar suas aulas?

Quais os princípios norteadores/orientadores do seu trabalho?

Qual sua linha teórica, autores que utiliza referências bibliográficas:

Quais os recursos didático-pedagógicos que você utiliza em suas aulas?

Quais suas estratégias de avaliação?

Você já sentiu a sensação de não poder dar conta de suas tarefas durante o dia?

Já chegou a deixar de se importar com seu desempenho profissional?

Costuma se sentir apático (a), esgotado (a) física e mentalmente em razão de suas atividades profissionais?

Qual o seu nível de satisfação em relação à sua profissão?

ANEXO II

CARTA PEDAGÓGICA

2º SEMINÁRIO ACADÊMICO A DISTÂNCIA DO PAED

"Possibilidades em tempos de mudança"



PROFESSORES DO SÉCULO XXI: A PANDEMIA E A EXAUSTÃO PROFISSIONAL

Nazine de Moura Bittencourt Ribeiro
nazine_ag@hotmail.com.

Dedicatória

Dedico esta carta aos colegas professores, que, como eu, mesmo em tempos difíceis mantém acesa a chama da esperança “ensinar exige a convicção de que a mudança é possível” (FREIRE, (1996, p.76).

Queridos colegas educadores,

Permitam-me que eu me apresente: meu nome é Nazine de Moura Bittencourt Ribeiro. Sou professora de séries iniciais e de Ensino Médio de uma Escola Pública no interior do Rio Grande do Sul. Minha formação acadêmica é Licenciatura Plena em Pedagogia; Pós-Graduação em Educação Infantil; Especialização em Educação; Pós-Graduação em Orientação Educacional e Psicopedagogia Clínica e Institucional. Atualmente faço o Curso de Mestrado profissional em Educação em uma Universidade Pública, e o meu projeto de pesquisa é a relação existente entre a sobrecarga de trabalho na saúde dos professores.

Minha relação com a Educação vem desde a minha infância. Filha de um advogado e de uma professora eu cresci em meio aos livros e fui tomando gosto pela leitura de modo geral. Ao ingressar, através de vestibular, na pedagogia em fevereiro de 1995, tive os primeiros contatos com as obras de Paulo Freire, pelas quais me apaixonei irremediavelmente. Li várias obras, dentre elas: Pedagogia da Autonomia e Pedagogia da Esperança, que considero meu livro de cabeceira.

Que ousadia a minha escrever em dias tão nebulosos, mas ao mesmo tempo tão carentes de diálogo, e, também a meu ver não existe tempo melhor do que este que estamos vivendo para isso, já que estamos há um ano vivendo uma pandemia mundial trazida pela COVID-19, em que o Brasil, é hoje o epicentro mundial. No momento em que te escrevo, já contabilizamos mais de 477 mil mortos. Nesse cenário de pandemia vários colegas perderam a vida ou desistiram de viver, estão deprimidos e temem pela sua saúde e a de sua família. Nenhum outro profissional está tão fragilizado quanto o professor gaúcho neste momento. Afinal, além de todas as preocupações em relação à saúde também estão há praticamente sete anos sem reajuste salarial. Situação constrangedora e angustiante na qual precisamos fazer “empréstimos” do nosso próprio salário, pagando juros ao Banco e nos endividando cada vez mais. Como encontrar motivação e entusiasmo diante dessa realidade? A pandemia trouxe com ela algumas mudanças. Sobretudo, na vida dos professores,

que tiveram que se reinventar para trabalhar, fazendo de suas casas, a sala de aula. Viramos a nossa família de cabeça para baixo, tirando-lhes espaços para poder atender melhor os nossos alunos. Precisamos nos adaptar às tecnologias da noite para o dia. Passamos a utilizar novas metodologias de trabalho, como o computador e o celular, que substituíram o quadro e o giz. O atual contexto exige novas conexões para o enfrentamento dos desafios. Além disso, é importante que se diga que a pandemia acentuou as diferenças já existentes no país, pois nem todos os alunos dispõem de um celular, de um computador, ou até mesmo de uma boa internet para conectar-se às aulas. Há casos em que a mãe trabalha fora e utiliza o celular, só voltando à noite para casa. O modelo remoto é excludente. E, nós professores trabalhamos como nunca, nesse cenário adverso, vivemos conectados dia e noite nos grupos de WhatsApp das turmas, recebendo trabalhos, ou justificativa pela não realização das atividades enviadas. Aliás, falando em justificativas, estas são as mais variadas, vão desde a falta de tempo para realização das tarefas, até as questões familiares, como por exemplo: “hoje estou na casa do meu pai, ou da minha avó”, percebendo-se que um novo tipo de aluno também surgiu com a pandemia. Não que essas questões não existissem antes, é que agora elas aparecem com mais frequência, fazendo parte da realidade atual, está escancarada a dificuldades de todos os sujeitos da escola.

Nunca fomos tão exigidos como agora: são inúmeras informações para processarmos diariamente: Plataforma digital, sistema híbrido, aulas síncronas e assíncronas, aulas remotas devolutivas e não devolutivas, o Google Classroom, Google Meet, avatar e outras tantas para motivar os alunos. Nossa vida se resume em preparar aulas, postar aulas, retomar dificuldades, corrigir as tarefas enviadas, postar novamente, gravar áudios, fazer videoaulas, postar na plataforma digital e enviar para os grupos de WhatsApp das turmas, preparar relatórios para a escola enviar para a coordenadoria de educação. Estamos de fato exaustos, perdemos nossa privacidade, somos expostos nas redes sociais constantemente.

Por isso sinto que é tempo de renovar a esperança, fortalecer a luta pela defesa da valorização da educação. Sobretudo da educação pública. Na atual conjuntura, as (re) leituras dos ensinamentos de Freire me devolvem a esperança.

Mas, escrevo também para falar de coisas boas, como os relatos do isolamento, vivenciados pelos alunos e colegas professores, sobre a empatia, a amorosidade e a resiliência, indispensáveis para as nossas práticas tão necessárias neste momento.

Minha esperança é necessária, mas não é suficiente. Ela, só, não ganha à luta, mas sem ela a luta fraqueja e titubeia. Precisamos da esperança crítica como o peixe necessita da água despoluída. Pensar que a esperança sozinha transforma o mundo e atuar movido por tal ingenuidade é um modo excelente de tombar na desesperança, no pessimismo, no fatalismo. Mas, prescindir da esperança na luta para melhorar o mundo, como se a luta se pudesse reduzir a atos calculados apenas, a pura cientificidade, é frívola ilusão. Prescindir da esperança que se funda também na verdade como na qualidade ética da luta é negar a ela um dos seus suportes fundamentais (FREIRE, 1992, p.10).

Apesar de ter a convicção de que o homem vem criando tecnologias desde a descoberta do fogo para sua sobrevivência e subsistência, e de ter conhecimento de que as mesmas contribuem como ferramentas em nosso trabalho, os anos de 2020/2021 nos pegaram entristecidos e resistentes ao “novo”, essa é uma constatação que faço através de conversas com os colegas, de encontros e desencontros, de falas e de observação nos contextos em que atuo e participo, nos

quais os educadores revelam seu descontentamento e desmotivação para participar de eventos oferecidos pelo governo do estado ou mesmo para dar suas aulas semanais.

Não podemos negar que as tecnologias possuem um poder de alcance muito amplo, bastando um simples “clic” para termos o mundo diante de nossos olhos, mas tampouco podemos ignorar que essas mesmas tecnologias não atingem todos os alunos, por várias razões: há muitos que não possuem uma boa internet, outros nem telefone celular têm, alguns residem em lugares isolados, como na zona rural, por exemplo, sem acesso a internet e, ainda, existe um número de alunos e de professores também, que não estavam preparados para esse momento de grandes transformações, com mudanças de focos, de posturas, de atitudes e de metodologia de trabalho em que precisamos redimensionar o que havíamos planejado, procurando contextualizar com a realidade que estamos vivenciando agora.

Apesar de vivermos momentos de incertezas, de desafios e de insegurança em relação ao futuro, é necessário sair da zona de conforto e se reinventar dentro desse cenário atípico que atingiu todo o planeta. Desde o início do ano passado grande parte dos estudantes do mundo inteiro estão fora das salas de aula.

Hoje a saúde é a maior urgência, e deve ser a prioridade em todos os aspectos. Precisamos cuidar de nós, da nossa família, dos nossos alunos e do ambiente em que vivemos num cenário catastrófico mundial e somente no Brasil, mais de 470 mil pessoas (até o momento que encerro esta carta) já perderam a vida para esse vírus invisível, que também deixa vários tipos de sequelas.

Além de convivermos diariamente com a ansiedade pela incerteza do amanhã, nós professores também somos acometidos por várias doenças como: alergias (rinite e sinusite) dores musculares, lesão por esforços repetitivos (LER), hipertensão, diabetes e depressão, entre tantas outras. Há também a chamada “síndrome da desistência”, causada pela perda de interesse no trabalho e nas relações que nele ocorrem. Essa é a mais preocupante de todas, pois é muito triste o educador desistir daquilo que se preparou para exercer e se envolveu durante toda a sua vida, é praticamente um caminho sem volta, pois o indivíduo não deseja mais aquele envolvimento afetivo com as coisas e as pessoas que antes o motivavam, perdendo inclusive, o sentido de pertencimento à educação.

A desvalorização profissional e financeira da profissão tem colaborado para o desânimo, a falta de interesse e de vontade de enfrentar os enormes desafios que ocorrem no dia-a-dia de um professor: Desde salas de aula superlotadas de alunos, violência na escola, ausência da família, até os salários defasados (sete anos sem reajuste salarial) que não suprem as necessidades básicas dos trabalhadores em educação, são alguns exemplos. Para ganhar um pouco mais os professores precisam enfrentar três turnos de trabalho, ficando extremamente sobrecarregados chegando à exaustão física, mental e emocional. Precisamos resgatar o nosso papel intelectual e social, recuperar a autonomia e a gestão democrática da escola, pois hoje somos meros tarefeiros, cumpridores de tarefas descontextualizadas. Não somos o professor-mínimo. Nós pensamos, refletimos e podemos mais, muito mais.

Tudo isso dentro de um cenário de pandemia mundial e fragilidade da categoria, que também teme pela sua saúde e a de sua família. Como encontrar motivação e entusiasmo diante desse ambiente constrangedor? A resposta é só uma: a força virá da luta e do enfrentamento a esses governos perversos. A motivação e o entusiasmo residem na esperança de nos fala Paulo Freire em seus livros, e, sobretudo, das suas práxis pedagógicas. O desafio é a resistência! Por isso essa carta no ano do centenário de Freire tem caráter esperançoso. Ao visitar sua obra, me

inspiro e me encorajo para continuar lutando pela escola pública, alvo permanente alvo de ataques desses governos perversos, a quem não interessa a Educação pública.

Saudações esperançosas!
Nazine Bittencourt Ribeiro
Arroio Grande, 10 de junho 2021.

Palavras-chave: professores; pandemia; exaustão.

Referências

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Esperança**: um reencontro com a Pedagogia do Oprimido. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1992.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia**: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.