



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA – UFPB / CAMPUS III
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, SOCIAIS E AGRÁRIAS – CCHSA
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO – DE
LICENCIATURA EM PEDAGOGIA**

Márcia Rodrigues Duarte dos Santos

**TRABALHO DOCENTE: UM ESTUDO SOBRE A 'SÍNDROME DE BURNOUT'
COM PROFESSORAS DO DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DA UFPB/
BANANEIRAS- PB**

BANANEIRAS – PB

2018

Márcia Rodrigues Duarte dos Santos

**TRABALHO DOCENTE: UM ESTUDO SOBRE A 'SÍNDROME DE BURNOUT'
COM PROFESSORAS DO DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DA UFPB/
BANANEIRAS – PB.**

Monografia apresentada à Coordenação do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal da Paraíba, como um dos requisitos para a obtenção do título de Licenciada em Pedagogia.

Orientadora: Profa. Dra. Vivian Galdino de Andrade

Bananeiras –PB
2018

Márcia Rodrigues Duarte dos Santos

**TRABALHO DOCENTE: UM ESTUDO SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT
COM PROFESSORAS DO DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DA UFPB/
BANANEIRAS – PB.**

Monografia julgada e aprovada em 11/07/2018

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof^ª. Dra. Vivian Galdino de Andrade
Orientadora

Prof^ª. Dra. Fabrícia de Sousa Montenegro
Examinadora

Prof^ª. Dra. Nilvânia dos Santos Silva
Examinadora

Bananeiras – PB
2018

“Ando devagar porque já tive pressa e levo esse sorriso, porque já chorei demais”... (Almir Sater)

AGRADECIMENTOS

Agradecer é algo tão delicado e ao mesmo tempo prazeroso em ressaltar, pois me vejo diante desta folha... Espaço onde deixo transparecer todo o meu sentimento de remeçar as pessoas as quais de maneira direta e indiretamente me ajudaram a chegar ao término do curso de Pedagogia;

Reconheço a presença de Deus em minha vida o qual é o autor da minha história e condutor de toda a minha trajetória. A ELE toda a minha gratidão, pois foi o meu refúgio nas horas de angústias como também de felicidade;

Aos meus filhos Carlos Eduardo e Pedro Henrique, os quais foram obrigados a assumir um papel bem além das suas verdadeiras idades me ajudando a trilhar um sonho... Meus estudos.

Aos meus pais e minha irmã, aos quais me incentivaram e me ajudaram mostrando o quanto era capaz de seguir novos caminhos acadêmicos;

As minhas companheiras de classe Fernanda Cruz, Celiane Trindade, Jeorgeana Barbosa, em especial Rayane Cristina a qual foi a minha inspiração, fomentadora de trabalhos belíssimos e parceira de todas as pesquisas ocorridas no decorrer do curso;

Gratular a minha orientadora Vivian Galdino de Andrade, pela paciência, dedicação e comprometimento na elaboração desse trabalho, como também as colaboradoras desta investigação, disponibilizando seu tempo para a construção do mesmo.

A professora Nilvânia dos Santos Silva a qual me deu a oportunidade de participar de seus trabalhos de pesquisa e extensão ocorridos no Campus III da UFPB, me ensinando a ser humilde em aprender e reaprender com “as pessoas” nas construções dos pensamentos dos sujeitos.

Em fim, concluo meus agradecimentos trazendo a mostra um pequeno trecho de uma conversa que aconteceu entre meu falecido esposo e eu, a qual escutei quando vi o meu trabalho de conclusão de curso do magistério sendo carbonizado por ele, onde dizia: -Estudar pra que? Seus estudos é uma cangalha de jumento nas costas! Você não nasceu para estudar e sim para me ajudar nas obrigações de casa cuidando de mim e de seus filhos. Veja o fogo e o vento queimando e levando os seus sonhos... Seca esse rosto para de chorar e vai cuidar das suas obrigações de casa.

Por fim, os meus sonhos o fogo não conseguiu apagar e o vento não levou... Deus me deu a oportunidade de reconstruir, conquistar e concluir mais um ciclo em minha vida. Hoje vejo o quanto capaz sou de aprender, compreender e criticar as opiniões as quais surgem no decorrer da vivência terrena e mostrar que não podemos nos deixar se limitar diante das opiniões alheias, pois somos seres capazes de conquistar tudo aquilo que almejamos.

A todos a minha eterna gratidão!

RESUMO

O presente estudo parte de uma abordagem de cunho qualitativo, procedendo de uma pesquisa bibliográfica e de campo, de caráter exploratório e descritivo. Tem como objetivo discutir uma doença ocasionada pelo trabalho, denominada de Síndrome de Burnout (SB), no âmbito do trabalho docente de duas professoras do curso de Pedagogia da UFPB – Campus III. O trabalho foi fundamentado em diversos autores da área, principalmente Mary Sandra Carlotto (para discutir a SB e seus efeitos) e em Michel Foucault (para refletir sobre o cuidado de si). Foi por meio de entrevistas semiestruturadas que colhemos os dados necessários para o desenvolvimento deste trabalho, que se dirige a alertar a necessidade do cuidado de si por parte de docentes de todas as instâncias da educação básica e superior. A partir do mapeamento das jornadas de trabalho das professoras pesquisadas constatamos traços característicos que constituem os sintomas desta síndrome, mesmo sem um diagnóstico específico realizado pela área médica responsável. Verificamos ainda que muitos dos casos acometidos por essa patologia não são identificados, e/ou devidamente tratados, pelas semelhanças que carregam com eventos de estresse e Síndrome do Pânico.

Palavras –chaves: Síndrome de Burnout; Docentes; Cuidados de Si

ABSTRACT

The present study starts from a qualitative approach, proceeding from a bibliographical and field research, of an exploratory and descriptive character. It aims to discuss a work - related illness, called Burnout Syndrome (SB), within the scope of the teaching work of two professors of the Pedagogy course at UFPB - Campus III. The work was based on several authors in the area, especially Mary Sandra Carlotto (to discuss SB and its effects) and Michel Foucault (to reflect on self care). It was through semi-structured interviews that we gathered the necessary data for the development of this work, which is aimed at alerting the need for self-care by teachers from all levels of basic and higher education. From the mapping of the workdays of the researched teachers, we find characteristic traits that constitute the symptoms of this syndrome, even without a specific diagnosis made by the responsible medical area. We also verified that many of the cases affected by this pathology are not identified, and / or adequately treated, by the similarities they carry with stress events and Panic Syndrome.

Keywords: Burnout Syndrome; Teachers; Care of yourself

LISTA DE SIGLAS

CAPES – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoas de Nível Superior

CAVN – Colégio Agrícola Vidal de Negreiro

CCHSA – Centro de Ciências Humanas Sociais e Agrárias

CEFET – Centro Federal de Educação e Tecnologia

CID – Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde

CQVSST – Coordenação de Qualidade de Vida, Saúde e Segurança no Trabalho

DE – Departamento de Educação

DCSA – Departamento de Ciências Sociais Aplicadas

MEC – Ministério da Educação

NAE – Núcleo de Assistência ao Estudante

PROGEP – Pro- Reitoria de Gestão de Pessoas

SB – Síndrome de Burnout

TCC – Trabalho de Conclusão de Curso

TOC – Transtorno Obsessivo Compulsivo

UFPB – Universidade Federal da Paraíba

LISTA DE QUADROS

Quadro 1- Fatores contribuintes para a queda de rendimento no trabalho.....	19
Quadro 2- Etapas de desenvolvimento da Síndrome de Burnout.....	22

SUMÁRIO

RESUMO

ABSTRACT

LISTA DE SIGLAS

LISTA DE QUADROS

CAPÍTULO I	10
FASES DO TRABALHO, ESTÁGIOS DA VIDA: OS PRIMEIROS PASSOS ...	10
1.1. A definição do objeto de pesquisa e os objetivos a ele traçados...	14
1.2. O cenário e os sujeitos de pesquisa	16
CAPÍTULO II	18
SÍNDROME DE BURNOUT: A DOENÇA E SEUS REFLEXOS NO TRABALHO DOCENTE	18
CAPÍTULO III.....	24
O TRABALHO DOCENTE E O CUIDAR DE SI: SONHOS, REALIZAÇÕES E DESENCANTOS	24
3.1. "Erin Gruwell" e "Stacey Bess": mulheres docentes e seus relatos de/sobre trabalho	24
3.2. O cuidado de si: é possível se reencantar pela profissão novamente?.....	34
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	41
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43
ANEXOS	45
APÊNDICES	48

CAPÍTULO I

FASES DO TRABALHO, ESTÁGIOS DA VIDA: OS PRIMEIROS PASSOS ...

Enquanto criança, sonhamos em crescer e assumir um papel fundamental na sociedade, dando o melhor de si. Porém, não temos a dimensão do trajeto que temos que percorrer para a concretização desse sonho, e nem imaginamos que podemos nos deparar com uma realidade diferente da que planejamos... Sonhos infantis que a vida adulta nos faz despertar...

Ao discorrer uma introdução geralmente inicia-se pela motivação, por aquilo que chamou nossa atenção e pelo qual nos dedicaremos a investigar e a nos debruçar. Costumeiramente relata-se algum episódio do cotidiano, espaço de múltiplas dimensões, carregado e tecido por diversas histórias. Muitos pesquisadores se destinam a produzir narrativas de pesquisas sobre o outro, sobre sujeitos que se conhece e sobre algo que deseja contribuir. Lamentavelmente este não é o meu caso... Esse texto é fruto de uma pesquisa que me coloca também como sujeito, e foi escrito em dias tão cansados, fatigados e sem cor. Encontro-me, hoje, em meio a um sistema de trabalho desumano, onde pessoas são transformadas em máquinas de produção, personagens de uma história real que deixam de lado o lazer e o cuidar de si em prol das atividades laborais. Fruto de uma escolha? Nem sempre...

Tudo o que gostaria de apresentar-lhes, neste texto, seriam os mais belos relatos de profissionais realizadas e gratificadas com aquilo que fazem. No entanto, trago experiências de dor refletidas no corpo por meio de patologias físicas ou emocionais. Relatos de si, do relacionamento com o trabalho e com aquilo que também deveriam fazer por prazer.

Antes concebido como sinônimo de progresso e desenvolvimento, o trabalho era associado como uma necessidade para a sobrevivência do ser humano. Por ele a natureza poderia ser modificada e explorada em benefício da humanidade. Sobre ele se regiam os tempos, as tecnologias e as relações. Com o passar dos anos e com o avanço sem medida do sistema capitalista, o conceito de trabalho passou a ganhar novas significações. A inversão de valores e sentidos postulou sobre o trabalho a mola que movia o mundo. Não era mais em benefício do "homem" que se falava, mas sim, em lucros, mecanismos de acúmulo de uma riqueza, exploração da mão de obra, aumento da jornada de trabalho, fatores que reconfiguravam o perfil dos trabalhadores.

Neste texto tomo o trabalho como meu objeto de pesquisa, e utilizo **as fases de/em trabalho** que vivenciei para introduzir a discussão que ora me proponho a realizar neste trabalho de conclusão de curso.

Desde muito cedo tive que assumir responsabilidades. Casaram-me aos treze anos de idade! Quando falo “casaram –me” refiro-me a família muito tradicionalista, como a minha, que ao descobrir que havia perdido a virgindade com o meu primeiro namorado decidiram por mim o meu casamento. A simbologia que se associava a "desonra de uma moça" não poderia permanecer na casa de meus pais. Diante disto, troquei as bonecas por uma casa real, que já exigia de mim afazeres domésticos e a posição de senhora do lar.

Meu esposo me ensinou muitas coisas. Trabalhávamos juntos na feira livre do município de Solânea, e tínhamos uma pequena criação de caprinos, suínos e bovinos. **Minhas primeiras experiências de trabalho** com retorno financeiro surgiam quando cuidávamos dos bichos e províamos a alimentação e a procriação deles. Onze anos se passaram após meu casamento e uma fatalidade do destino veio a me surpreender. Um acidente moto-ciclístico deixou como vítima fatal o pai dos meus dois filhos, meu esposo. Desde então, tornei-me a única pessoa responsável pela parte moral e financeira da minha casa.

A sala de aula foi o meu **primeiro trabalho de carteira assinada**, conquistado logo após este incidente. Dava aulas em uma escola particular do município onde residia, pois como havia cursado o magistério tinha habilidades para com assumir uma turma de alfabetização. Neste espaço tive o prazer de lecionar durante 8 anos, porém a remuneração era muito baixa e o valor que recebíamos não subsidiava a contento o sustento dos meus filhos.

Optei por buscar novos horizontes e melhoria de vida... Sempre tive que trabalhar e cumprir com o meu papel de mãe, acompanhando o crescimento e a educação dos meus filhos. Fiz um concurso público na cidade de Casserengue, interior do estado da Paraíba, e para o cargo de Gari fui aprovada em primeiro lugar. Esta foi a conquista do meu primeiro **emprego público**. No momento que recebi a notícia alegrei-me, achava que pela formação docente que possuía logo sairia das ruas e seria remanejada para uma sala de aula. Ledo Engano!

Durante 10 meses varri as ruas do município todos os dias, numa jornada de trabalho que se estabelecia das 5:00 as 12:00 da manhã. No início recebi muitas críticas,

fui mal tratada e, por muitas vezes, nem notada. Eram as pessoas mais humildes que me ofereciam um copo com água e algo para me alimentar. Neste período aprendi a dar valor às pequenas e simples coisas da vida! Essa fase da minha vida logo seria finalizada quando, alguns meses depois, fui assediada pelo gestor da cidade, o que me obrigou a pedir exoneração de meu cargo público. O preconceito atrelado a profissão me fez vivenciar momentos que me faziam persistir, afinal "*Era por meus filhos que enfrentava essa fase de minha vida*".

Essas experiências me fizeram refletir sobre o trabalho e a valoração das atividades laborais no cenário social. Do trabalho autônomo ao emprego público, nuances das relações de trabalho que me levavam a mesma questão: "*Tanto trabalho para poucos recursos!*" Quantos significados e sentidos perpassam o conceito de trabalho e as suas relações? Por quê estaria o trabalho tido "intelectual" acima do "trabalho manual"? Ou mais ainda, por que o profissionalizar-se em alguma função levaria ao estabelecimento de rótulos sobre os sujeitos que somos e que poderíamos nos tornar?

Com estas questões em mente vivenciei outras experiências de trabalho, agora pautadas numa busca constante por maiores capacitações. Hoje trabalho os dois turnos em uma Clínica Odontológica, assumindo o cargo de recepcionista. Sou aluna de um Curso de Técnico em Prótese Dentária, com vistas a galgar novas posições neste campo de trabalho. Concomitantemente a esta profissionalização, curso a Licenciatura em Pedagogia no turno noturno, ao qual este trabalho que aqui escrevo passa a ser premissa condicionante para a sua conclusão. Nesta minha relação atual com o trabalho vivencio, semanalmente, três turnos consecutivos.

O fato de ser mulher e de ser mãe me leva ainda a assumir outras tarefas, consideradas no âmbito do trabalho como não remuneradas. São afazeres domésticos diários, além de continuar trabalhando aos sábados na feira livre do município onde moro, vendendo carnes, junto com meus filhos, há 20 anos.

Essa vida dedicada ao trabalho e o acúmulo de tantas atribuições acometeram meu corpo e minha mente de uma patologia depressiva. Fui diagnosticada, aos 33 anos, com "Depressão e Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC)". É muito doloroso me colocar como sujeito de minha pesquisa, me expor aos meus leitores como mais um

caso a ser estudado. Porém, trago nessas entrelinhas o contexto de uma sociedade capitalista¹ e os reflexos e cobranças que ela impõe aos seus sujeitos.

Ávida por trabalho e pela submissão de seus "operários", o sistema capitalista aposta no conceito de "liberdade" para realizar suas transações. Uma liberdade que, diferentemente do que imaginamos, segrega e escraviza os seus trabalhadores, dentro de uma regulamentação legal que a ela dá respaldo. Neste contexto de uma falsa liberdade, as pessoas trabalham mais para ganhar mais. Expedientes e salários são instituídos pela política de mercado, que endossada pela ideia do Estado o poder mínimo, institui um regime ao bel prazer do freguês empresarial.

Educada por esta lógica passei a acreditar que quando mais me esforçasse melhor vida poderia proporcionar aos meus filhos. Por se primogênita, meus pais que eram analfabetos cobravam muito de mim, já que em suas infâncias eles tiveram que deixar de estudar para trabalhar. Muito destemida, sempre soube o que queria ser quando crescesse - Professora. Ai... Era um verdadeiro sonho, poder ensinar as pessoas, auxiliá-las nas leituras e direcioná-los a decodificação das experiências do mundo. Era tudo o que mais queria realizar o meu sonho e dos meus pais.

A preparação para este trabalho se deu desde muito cedo, afinal somos educados para o trabalho. Estudei o ensino fundamental de primeira fase em uma escola particular, pois minha mãe era auxiliar de limpeza e ganhou uma bolsa de estudos para que eu pudesse estudar naquela determinada instituição. Depois, por decretar falência, a minha mãe foi posta para fora do emprego e me matriculou em uma escola do município. Foi chocante, tudo era diferente, desde a estrutura até a forma de ensino. Porém isso não era empecilho para mim, pois meu objetivo era estudar e me formar. E isso aconteceu!

Com o passar dos anos, fiz o curso profissionalizante do magistério e fui habilitada a estar em sala de aula ministrando para a Educação Infantil. Nossa que alegria, poder realizar o sonho de meus pais e o meu. Mas as coisas não eram tão lindas

¹ Segundo o dicionário virtual, "O capitalismo é um sistema econômico e social, onde o principal objetivo visa o lucro e a acumulação de riquezas, por meio dos meios de produção. Este é o sistema mais adotado no mundo atualmente. No sistema capitalista, os meios de produção e de distribuição são de propriedade privada e o maior esforço deste processo está nas mãos dos trabalhadores, chamados também de proletariados". Disponível em: <<https://www.significados.com.br/capitalismo/>>. Acesso em 29/06/2018.

assim. A precarização² do trabalho docente também era histórica e desmotivante, principalmente no âmbito da educação infantil.

Tal desvalorização do trabalho docente infantil remonta as questões de gênero, onde a presença enfaticamente feminina nas salas de aula de público infantil representaria uma extensão de suas próprias casas ou lares. Esta precarização também estaria associada as condições de salário e "as horas de planejamento e estudo, formação, número de alunos, carga horária, estrutura física, materiais didáticos e pedagógicos, regime de trabalho, rotatividade, saúde dos profissionais e outros aspectos concernentes ao trabalho docente". (BERTONCELI e MARTINS, 2016, p.2).

Assumindo tal posição, lembro-me do quanto me decepcionei ao saber quão desvalorizado era o trabalho do professor. Deparei-me com baixo salário e salas de aulas lotadas. O que era um sonho com o passar do tempo viraria grande incômodo, pois não era aquilo que eu havia almejado durante toda a minha vida escolar. Sempre tive prazer em lecionar, porém a remuneração foi o fator que mais pesou para que eu saísse da sala de aula e tomasse outro rumo, migrando para a área da saúde, lugar de trabalho que até hoje atuo.

1.1. A definição do objeto de pesquisa e os objetivos a ele traçados...

Diante deste relato de vida, direcionado pela bússola do trabalho, remeto-me agora a esclarecer ao leitor por que tomei a Síndrome de Burnout como meu foco de estudo. No terceiro turno de minha trajetória de vida, dedicada a formação de pedagoga, deparei-me com a disciplina de "Educação e Trabalho"³, ofertada no último ano do curso de Pedagogia. Nela tive contato com várias discussões sobre trabalho e as conseqüências de suas imposições a vida dos sujeitos. Foi neste período que conheci a Síndrome de Burnout, uma doença do trabalho.

O nome resulta da junção de duas palavras: **BURN** = queimar e **OUT** = fora, isto é "queimar por fora". Esse termo é usado para pessoas que estão em estado de

² "A precarização é um processo social de conteúdo histórico-político concreto, de natureza complexa, desigual e combinada, que atinge o mundo do trabalho, principalmente setores mais organizados da classe do proletariado. É difícil falarmos de precarização de trabalhadores proletários que sempre viveram à margem da seguridade social e da legislação previdenciário-trabalhista" (ALVES, 2007 apud BERTONCELI e MARTINS, 2016, p.2).

³ Ministrada, a época, pela professora Vivian Galdino de Andrade.

cuidado assíduo, ou seja, exaustos, esgotados de suas atividades, comprometendo assim seu trabalho de maneira positiva em tudo o que se fora desempenhar.

O termo foi utilizado como força de gíria em 1940 por militares e engenheiros mecânicos para designar uma pane em turbinas de jatos ou outros motores. Posteriormente, a gíria Burnout foi utilizada por profissionais da área de saúde para designar o estado extremamente debilitado e comprometido dos usuários de droga (JBEILI, 2008, p. 9)

Já no ano de 1974, o professor e psicanalista alemão Herbert J. Freudenberger descobriu em si mesmo essa patologia. Além dele, o mesmo constatou também a doença em seus colegas de trabalho, os quais alegavam em sua pesquisa a demanda de trabalho como também a carga horária excessiva como causa do transtorno.

Essa doença psíquica é ainda pouco conhecida por muitos, e costumeiramente confundida com o que se convencionou chamar de "mal do século XX", o estresse. Sua principal característica é o desgaste físico e emocional, remetente ao trabalho e as suas condições de execução. Registrado no âmbito dos saberes médicos como "Grupo V, CID-10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde), a síndrome manifesta seus sintomas:

O Burnout é a resposta a um estado prolongado de estresse que ocorre pela cronificação deste, quando os métodos de enfrentamento falharam ou foram insuficientes. Enquanto o estresse pode apresentar aspectos positivos ou negativos, o Burnout tem sempre um caráter negativo (distresse). Por outro lado, o Burnout está relacionado ao mundo do trabalho, com o tipo de atividades laborais do indivíduo (BENEVIDES e PEREIRA, et al, 2003, p. 45)

Diante desta síndrome, entendida resumidamente como uma doença psicológica advinda da tensão emocional crônica no trabalho, e me identificando como alguém, que mesmo sem diagnóstico formal, vivencia sintomas da Síndrome, resolvi tomá-la como meu objeto de pesquisa. Para tanto, aponto neste trabalho como meu **objetivo geral**: discutir a síndrome de Burnout no âmbito do trabalho docente de algumas professoras do curso de Pedagogia da UFPB – campus III. Com vistas a observar a vida de algumas professoras do curso, profissionais que enfrentam vasta jornada de trabalho e que por isso se ausentam por problemas de saúde da sala de aula, tracei como **objetivos específicos** três ações que considere importantes: 1. Refletir sobre a doença e seus efeitos; 2. Mapear a jornada de trabalho das professoras pesquisadas e nela identificar

traços que levariam a Síndrome; e 3. Discutir a importância do 'cuidado de si' frente as relações de trabalho.

Fruto de uma abordagem qualitativa, esta pesquisa bibliográfica e de cunho exploratório e descritivo, se fundamenta no seguinte percurso metodológico: pesquisa de campo, com a realização de duas entrevistas semi-estruturadas⁴, analisadas a luz de alguns estudos da área da saúde e da educação.

1.2. O cenário e os sujeitos de pesquisa

O Centro de Ciências Humanas, Sociais e Agrárias - CCHSA está localizado na cidade de Bananeiras, cidade situada no interior do Estado da Paraíba. Campus III da UFPB, atualmente o Centro oferta os cursos de Bacharelado em Administração, Licenciatura em Pedagogia, Licenciatura em Ciências Agrárias, Bacharelado em Agroecologia como cursos técnicos em Agropecuária, Agroindústria, Aquicultura e Nutrição. Não se esquecendo de enfatizar as Especializações, como também o Mestrado na área de Agroecologia.

O Departamento de Educação, criado em 06 de agosto de 2012, derivou-se a partir do Departamento de Ciências Sociais Aplicadas - DCSA. Constituído por professores da Licenciatura em Ciências Agrária, bem como do Colégio Vidal de Negreiros - CAVN, está atualmente constituído por 21 professores/as.

Deste corpo docente, duas professoras passaram a ser nossos sujeitos de pesquisa. A escolha deste sujeitos pesquisados se deu por meio da observação. Pelo fato de minha doença ter sido diagnosticada no período em que ainda me encontrava na Universidade, comecei a observar o comportamento de algumas professoras que ministravam algumas disciplinas no curso de Pedagogia.

Essas docentes já entravam na sala de aula com ares de cansaço cansado. Era notório seus esgotamentos físicos, muitas vezes relatados por meio de dores em alguma parte de seu corpo. Mesmo diante deste quadro, elas sempre se apresentam "prontas para o trabalho", ministrando aulas fantásticas e esclarecedoras. Mães, assumindo cargos administrativos além da docência, estas professoras não residiam na cidade, o

⁴ Cujo roteiro se encontra no Apêndice A deste trabalho

que me levava a me indagar: como elas conseguem dar conta de tantas obrigações? Será que seus corpos já começam a dar sinais que limitam suas jornadas de trabalho diárias?

Suas participações se deram pela livre disponibilização para contribuir com a pesquisa. Para preservar suas identidades resolvemos nomeá-las com nomes de personagens de filmes, educadoras da ficção que trazem características semelhantes - na profissão - com a vida docente de nossas colaboradoras.

Erin Gruwell, personagem do filme "**Escritores da Liberdade**"⁵, é interpretada pela atriz norte-americana Hilary Swank. O longa metragem traz em seu script a estória de uma professora jovem, dedicada, mas que enfrenta diversos problemas no que se refere ao aprendizado de seus discentes. Porém, esta professora transforma suas aulas, empoderando seus alunos/as por meio de seus saberes.

Esta professora tem 45 anos e reside na capital do estado, João Pessoa. As frequentes viagens para trabalhar em Bananeiras acontecem desde o ano de 2009. Em sua jornada de trabalho, diversas outras atribuições se somaram a de docente, chegando a assumir diversos cargos administrativos.

Stacey Bess, personagem do filme "**Além da sala de aula**"⁶, é interpretada pela atriz canadense Emily Van Camp. O filme conta a estória de uma jovem professora que inova em seus métodos, superando os seus medos e preconceitos. Ela ministra suas aulas em abrigo e transforma estes lugares em salas de aula lúdicas, que mudam a vida e renova os sonhos das crianças.

De vida artística, essa segunda professora tem 49 anos e atualmente reside na cidade de Bananeiras. Natural do Rio Grande do Norte, o trabalho a fez mudar de estado, para evitar as longas horas de estrada. Constitui o corpo docente do curso de Pedagogia desde o ano de 2010.

Ambas as personagens trazem estórias fortes, que relatam à árdua e gratificante profissão de educar. As decepções e conquistas que se dão neste processo servem de motivação e mudam as vidas de seus discentes.

No decorrer dos próximos capítulos caros leitores, lhes serão apresentadas de maneira minuciosa essas personagens, que rememoradas no mundo fictício, trazem características e práticas presentes em nosso mundo real.

⁵ Direção: Richard Lagravenese. Produção: Richard Lagravenese. Roteiro: Richard Lavagraneese, Erin Gruwell, Freedom Writers. EUA/Alemanha, 2007. Duração: 123 min. Gênero: Drama.

⁶ Direção: Jeff Bleckner. Produção: Andrew Gottlieb e Cameron Johann. Roteiro Camille Thomasson e Stacey Bess. 2011. Duração de 95min. Gênero: Drama.

CAPÍTULO II

SÍNDROME DE BURNOUT: A DOENÇA E SEUS REFLEXOS NO TRABALHO DOCENTE

Exaustão emocional, baixa realização profissional, sensação de perda de energia, de fracasso profissional e de esgotamento. Estes são os principais sintomas de pessoas que sofrem da síndrome de Burnout. A pessoa é consumida física e emocionalmente pelo próprio objeto de trabalho. Daí o termo burnout – do inglês burm (queima) e out (para fora, até o fim). A doença acomete profissionais de varias áreas, mais seu diagnostico é mais frequentes em profissões com altas demandas emocionais e que exigem interações intensas, como é o caso, por exemplo, dos professores e dos profissionais de saúde. (Jornal do Professor. IN Portal do Professor, 2018)

Essa reportagem exibida no Portal do Professor, traz a pesquisa da professora Nádia Maria B. Leite, realizada no ano de 2003, que alerta para a existência diagnosticada de 15,7% dos casos pesquisados de professores atestados com a Síndrome de Burnout na região do centro-oeste do Brasil. O texto ainda revela que "De acordo com Nádia, obter 15,7% num universo de oito mil não é desprezível. Caso o índice seja o mesmo em todo o país, por exemplo, então mais de 300 mil professores brasileiros convivem com a síndrome, isso somente no ensino básico" (Idem).

Mesmo sem conseguir dados estatísticos mais atuais, se torna válido salientar que este número pode ser bem mais expressivo, uma vez que os sintomas da doença são confundidos com o estresse, ou ainda com a Síndrome do Pânico, e são pouco diagnosticados pelos médicos. Para a professora Nádia Maria B. Leite,

Burnout é um estado de sofrimento que acomete o trabalhador quando este sente que já não consegue fazer frente aos estressores presentes no seu cotidiano de trabalho. Diferentemente do estresse, que se caracteriza pela luta do organismo no sentido de recobrar o equilíbrio físico e mental, a síndrome de burnout compreende a desistência dessa luta. Por isso se diz que Burnout é a síndrome da desistência simbólica, pois embora não se ausente fisicamente do seu trabalho, o profissional não consegue se envolver emocionalmente com o que faz. (Ibidem)

É sabido que o profissional educador é considerado um sujeito que desenvolve papel importante na vida das pessoas, pois em seu trabalho forma sujeitos sociais críticos, capazes de dar sentido ao que pensam, exercem e desenvolvem. Nesta profissão, a interação e o envolvimento com os indivíduos se dá para além da sala de

aula, uma vez que os/as docentes lidam com sensibilidades e emoções para além dos saberes descritos no currículo.

Algumas pesquisas já relatam que essa síndrome está muito presente no dia a dia dos docentes, pois os mesmos apresentam uma vasta exaustão emocional, como também significativa despersonalização, seguida de insatisfação profissional. O acúmulo de atribuições estão geralmente associados as seguintes demandas:

Quadro 1: Tabela elaborada pelos estudos de Carlotto e Palazzo (2006) e editada pela autora

Fatores de estresse
Elevado número de alunos por classe
Elevado número de disciplinas
Execução de atividades burocráticas
Expectativas familiares
Mau comportamento de alunos
Falta de recursos materiais para o trabalho
Multiplicidade de papéis a desempenhar
Relacionamento pais-professores
Pouca participação em decisões institucionais
Sobrecarga de atividades
Falta de apoio de coordenação e colegas
Necessidade de atualização profissional

Fonte: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v22n5/14.pdf>>

Codo e Vasques Menezes (1999) ainda afirmam que altos índices destas funções ocasiona, uma queda de rendimento no trabalho docente, afetando a habilidade, o atendimento e a interação dos profissionais investigados com os alunos/as.

Atentando ainda aos estudos feitos até aqui sobre o tema, posso ressaltar que essa síndrome já é um grande problema social, que está atrelado a uma vasta teia de problemas, situados não apenas no local de trabalho, mas também ao que o rodeia, como as remunerações, a ausência de bons suportes de trabalho como também algumas disfunções pessoais, correlacionadas ao físico, ao psíquico e aos aspectos defensivos e comportamentais.

Nesta concepção, estes reflexos contraídos por parte dos professores também alcançam a vida dos discentes, interferindo em como eles/as aprendem e se aprendem. Esta carga emocional conduz os/as docentes a vivenciarem diversas situações e a

adquirirem problemas de saúde física e psíquica. No Brasil, apesar dos avanços teóricos sobre as relações entre trabalho e saúde dos professores, a literatura científica ainda é muito carente, principalmente quando diz respeito aos docentes do ensino superior (ANDRADE, CARDOSO, 2012)

Frutos das imposições de uma sociedade competitiva, o excesso de trabalho também é acarretado pela busca por capacitações. Crises de ansiedade, estafa mental e, em último caso, suicídios são noticiados em jornais quando professores, em período de capacitação para doutorado e pós doutorado, são acometidos por situações crônicas de estresse e alta demanda emocional. É o que afirma Carlotto (2003, p. 15-16) quando aponta que

Historicamente, desde a década de 30 existem registros de pesquisas discorrendo sobre o sofrimento dos trabalhadores docentes. No Brasil, nos últimos anos, têm aumentado as responsabilidades e exigências que se projetam sobre os educadores, coincidindo com um processo histórico de uma rápida transformação do contexto social, o qual tem sido traduzido em uma modificação do papel do professor. [...] Os professores sofrem as conseqüências de estarem expostos a um aumento de tensão no exercício de seu trabalho, cuja dificuldade aumentou fundamentalmente pela fragmentação da atividade do professor e pelo aumento de responsabilidades que lhe são exigidas, sem que, em muitas situações, tenham condições e meios necessários para responder adequadamente.

Tais formações também incidem em duplas ou até triplas jornadas de trabalho, que fadigam corpóreo e mentalmente a vida dos/as docentes. Ainda neste sentido, na educação superior tais docentes são submetidos a realização de atividades em torno do tripé: pesquisa, ensino e extensão. Essas demandas ainda podem ser agravadas, por exemplo, por políticas educacionais que aumentem a sobrecarga de trabalho, associadas à existência de um público discente considerado "difícil", isto é alunos/as violentos/as, ou aqueles que sofrem também com ansiedade e/ou estresse.

A insatisfação, a desmotivação, a falta de reconhecimento e a sobrecarga excessiva de trabalho, são agentes que contribuem para o desenvolvimento da síndrome. Conhecida como "síndrome do esgotamento profissional, físico e mental", para Pereira (2002, p.18), “estudar e compreender o Burnout justifica-se na medida em que tais investigações permitem a possibilidade de prevenção e de intervenção sobre os processos que desencadeiam esta síndrome, minimizando as suas conseqüências”.

Consequências estas que vão além do ambiente de trabalho, pois muitas vezes o sujeito que contrai a doença acaba estendendo a mesma para a sua vida social, impossibilitando um convívio afetivo com a sociedade. Para o Ministério da Saúde,

[...] no Manual de Procedimentos para o Serviço de Saúde, a síndrome de Burnout é como “um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos do trabalho. Tem sido descrita como resultante da vivência profissional em um contexto de relações sociais complexas, envolvendo a representação que a pessoa tem de si e dos outros. O trabalhador perde o sentido de sua relação com o trabalho, desinteressa-se e qualquer esforço lhe parece inútil”. (BRASIL,2001, p.191)

Essa doença vai se agravando de maneira gradativa, pois diante do acúmulo de responsabilidades junto às cobranças e as pressões sofridas em seu local de trabalho, os sintomas se agravam, desenvolvendo estágios da doença. Segundo Galvão (2015) os estágios são os seguintes:

1. **Necessidade de se afirmar** - provar ser capaz de tudo sempre;
2. **Dedicação intensificada** - como predominância da necessidade de se fazer tudo sozinho;
3. **Descaso com as necessidades pessoais** - comer, dormir, sair com os amigos, começam a perder o sentido;
4. **Recalque de conflitos** – o portador percebe que algo não vai bem, mas não enfrenta o problema. É quando ocorrem as manifestações físicas;
5. **Reinterpretação dos valores** – isolamento, fuga dos conflitos;
6. **Negação de problemas** – nessa fase os outros são completamente desvalorizados e tidos como incapazes. Os contatos sociais são repelidos, cinismo e agressão são os sinais mais evidentes;
7. **Recolhimento** – aversão a grupos, reuniões – comportamento antissocial;
8. **Mudanças evidentes de comportamento** – perda do humor, não aceitação de comentários, que antes eram tidos como naturais;
9. **Despersonalização** – ninguém parece ter valor, nem mesmo a pessoa afetada. A vida se restringe a atos mecânicos e distancia do contato social - prefere e-mails e mensagens;
10. **Vazio interior** – sensação de desgaste, tudo é difícil e complicado;

11. **Depressão** – marcas de indiferença, desesperança, exaustão. A vida perde o sentido;
12. E, finalmente, a **síndrome do esgotamento profissional** propriamente dita, que corresponde ao colapso físico e mental.

Tais fases ainda são assim traduzidas por Reinhold (apud ALVES e CÓRDULA, 2014, p.2)

Quadro 2: Etapas de Desenvolvimento da Síndrome de Burnout

Idealismo e realismo	Início da carreira, recém-formados e com toda vontade de atuar profissionalmente.
Estagnação e frustração ou quase burnout	Dificuldades começam a surgir na situação: após alguns anos é nítida falta de reconhecimento da atividade, falta de união na própria classe, adversidade de todos os tipos no ato de ensinar falta de compromisso de algumas pessoas gestão, políticas públicas insuficiente ou insalubre para com a educação, baixos salários, jornadas duplas ou triplas de trabalho, etc.
Apatia, burnout total	Falta de perspectiva de melhora, agravamento das condições de trabalho, acúmulo de trabalho e cansaço em virtude de anos de atuação em jornada duplas ou triplas para ter uma condição socioeconômica que atenda as necessidades pessoais e familiares e a perda da vontade de buscar mudanças: conformação com o quadro instalado e etc.
Fenômeno fênix	Poucos conseguem rapidamente encontrar forças em si mesmo e buscar tratamento ou mudar o quadro instalado pela síndrome e retornar ao trabalho de educador nas escolas. Por isso, para que esta etapa ocorra, é de suma importância o papel da gestão, do corpo pedagógico das escolas e da família.

Fonte: Quadro obtido no seguinte endereço:

<<http://educacaopublica.cederj.edu.br/revista/artigos/sindrome-de-burnout-no-magisterio>>

Dores musculares e de cabeça, dificuldade de concentração, perda de iniciativa, alteração do humor e da memória, somados a distúrbios do sono e a falta de apetite são também os sintomas mapeados nas pesquisas realizadas. Alguns destes aparecem nas falas dos depoentes que contribuíram com esta pesquisa, que mesmo sem possuírem o diagnóstico oficial da doença, apresentam significativa característica de seu acometimento.

O que se torna válido destacar é que o diagnóstico da Síndrome de Burnout só pode ser feito por um psicoterapeuta ou por um médico, profissionais autorizados por atestar as características e os sintomas próprios da doença, ou seja, mais especificamente o **esgotamento emocional**, a **despersonalização** e a **diminuição da**

realização pessoal. Maslach e Jackson (apud SILVA e ALMEIDA, 2011, p.374-375) caracterizam, mais detalhadamente, essas três dimensões da seguinte forma:

1. **Exaustão emocional:** nessa dimensão, o indivíduo falhou, ao tentar combater os agentes *estressores*, ocorrendo uma perda progressiva de energia. Essa ausência de energia leva a um esgotamento físico e mental. A necessidade de disponibilidade afetiva para a vinculação e o conseqüente desenvolvimento do trabalho e a impossibilidade de concretizá-las levam a um desgaste e a um sentimento de exaustão emocional;

2. **Despersonalização:** o indivíduo não se importa mais em atingir seus objetivos e cumprir suas metas, relacionando-se friamente com as outras pessoas. Essa fase caracteriza-se por cinismo, ironia, insensibilidade, sentimentos negativos e irritabilidade. O indivíduo passa a tratar as pessoas a seu redor como se fossem objetos;

3. **Diminuição da realização pessoal:** nessa fase, o sentimento de frustração, arrependimento e insatisfação fazem parte da vida do sujeito, julgando-se incapaz de cumprir com as demandas. Falta motivação para prosseguir com seu trabalho e tornam-se presentes sensações de menor rendimento, insatisfação com o seu desenvolvimento profissional e um sentimento de inadequação no trabalho. A autoestima e autoconfiança desaparecem.

Tão comum tem sido os atestados remetidos a estes sintomas que

As leis brasileiras de auxílio ao trabalhador já contemplam a síndrome de Burnout. No Decreto Lei n. 3.48(-)1999, de 06 de maio de 1996, que dispõe sobre a Regulamentação da Previdência Social, em seu anexo II, que trata dos agentes patogênicos causadores de doenças profissionais conforme o art. 20 da Lei n. 8.213 (-) 1991, ao se referir aos transtornos mentais e do comportamento relacionado ao trabalho (GRUPO V do CID – 10), no inciso XII aponta a sensação de estar acabando (“Síndrome de Burnout” ou “Síndrome do Esgotamento Profissional”) (Z73. 0). (LUCIANO, 2012, p.36)

Para o tratamento dessa síndrome é sugerido sessões de psicoterapia, intervenções psicossociais e método farmacológico, caso seja necessário. Em alguns casos mais graves o afastamento do docente é sugestionado, dependendo da gravidade da doença. O que a maioria dos médicos prescrevem, em todos os estudos realizados, é a mudança no estilo de vida, pela realização de lazer, exercícios físicos regulares e uma alimentação balanceada.

CAPÍTULO III

O TRABALHO DOCENTE E O CUIDAR DE SI: SONHOS, REALIZAÇÕES E DESENCANTOS

3.1. "Erin Gruwell" e "Stacey Bess": mulheres docentes e seus relatos de/sobre trabalho

Erin Gruwell: Eu nasci em 23-10-1973, sou casada, tenho dois filhos, uma filha e um filho. A minha formação é toda na Educação. Eu fiz o ensino médio, Curso Normal e comecei a trabalhar muito cedo, assim que eu terminei o meu curso do magistério. Depois eu fiz a graduação em Pedagogia, tenho especialização em Tecnologia Educacional e em Ciências Naturais, tenho Mestrado e Doutorado em Educação. Meu tempo de trabalho na educação já conta com 26 anos. Eu já trabalhei em todas as faixas etárias, comecei na educação infantil, logo depois, fui trabalhar como professora de Informática da Alfabetização no sétimo ano. Fui polivalente, trabalhei do 1º ao 5º ano, e atuei como supervisora quando terminei a graduação. Passei num concurso público no município de Bayeux. Na UFPB já tenho nove anos de sala de aula, mas possuo outros anos de ensino na educação superior. Enfim, já são 26 anos de sala de aula, tempo percorrido pela escola pública, pela escola privada e pela educação superior pública do nosso país.

Stacey Bess: Eu nasci no dia seis de junho de 1969, sou divorciada, tenho duas filhas. Sou Pedagoga, com Mestrado em Educação. Sou também Arte-educadora, tenho graduação em Artes Cênicas. Já tenho 20 anos na área da educação, atuando na educação básica e 11 anos de ensino superior, ambos paralelos. Há sete anos estou na UFPB, sendo que quatro anos atuei como professora substituta no ensino superior.

Erin Gruwell e Stacey Bess possuem perfis semelhantes, são mulheres, mães e professoras, pedagogas que já vivenciaram diversas experiências com o ensino, desde a educação infantil ao ensino superior. Entre as pesquisas realizadas, observamos que os acometidos pela Síndrome de Burnout são, em sua grande maioria, do sexo feminino, possuindo companheiro fixo e filhos. A idade média dos profissionais costuma ser a partir dos 36 anos, tendo cerca de 15 ou mais anos desenvolvendo a atividade laboral (BRAUN e CARLOTTO, 2014)

Na primeira questão que a elas indagamos sobre **O que levaram a escolher a docência como profissão**, elas responderam:

Erin Gruwell: Eu sempre digo que a docência me escolheu antes que eu pudesse tê-la como escolha na minha vida. Quando eu era jovem e cursava o secundário, que hoje chamamos de ensino fundamental de segunda fase, lembro que no último ano desse nível de escolaridade havia-se um esforço muito grande para que os (as) jovens de classe baixa pudessem fazer os

estudos técnicos. [...] E naquela época o que eu queria ser era cientista, mas na minha cabeça ainda muito imatura eu pensava que cientista só podia ser se fizesse medicina, então esse era o curso que eu queria fazer. E eu pensava assim, como eu era pobre, meu pai fotógrafo, minha mãe dona de casa, e com muitas dificuldades que tiveram para que eu e meus irmãos tivéssemos uma vida digna, pois sempre estudamos em escolas públicas, eu pensava assim: "- se eu for fazer medicina os livros vão ser caros, meu pai não vai ter condições de comprar, então é melhor eu fazer um técnico pra começar a trabalhar, por que eu terei o meu dinheiro para comprar meus livros". Isso era o que eu pensava. Mas eu olhava para o CEFET e eu não me encontrava em nenhum daqueles cursos que se fazia propaganda naquela época. Até que chegou uma informação sobre o Magistério. A escola normal, prepara pro magistério para lecionar até a quarta série e eu que tinha uma vida muito participativa na igreja católica, por isso já tinha participado de alguns projetos de educação popular, e trabalhando com reforço escolar na igreja, foi onde pensei, eu acho que esse curso normal era pra mim. E fui fazer o curso normal! Fiz três anos de escola normal, e logo como imaginei ao terminar consegui o meu primeiro emprego de carteira assinada na educação infantil [...]. Atendendo ao pedido da minha mãe eu acabei fazendo Pedagogia! E Pedagogia pra mim foi um curso que abriu a minha mente... [...]. Aí terminei Pedagogia e estava firme de que esse era o meu lugar, de que a educação havia me escolhido porque ela sabia que eu seria uma boa educadora e uma boa profissional nessa área, e que eu daria uma contribuição para o meu país e então eu me especializei, fiz mestrado. Minha especialização foi no ano de 2000 e fiquei muito tempo afastada da universidade, só trabalhando, trabalhando, e para mim foi um prazer muito grande trabalhar como supervisora porque era a minha área de formação e quando eu volto para fazer mestrado foi que eu me tornei cientista, pois a graduação nos dá a capacidade de pesquisar e nos ensina os métodos de pesquisa e forma um cientista. Hoje eu sou uma cientista da educação e sou muito feliz por ser professora e por ser cientista da educação.

Stacey Bess: Eu sempre quis ser professora. Minha mãe é professora, na minha família há muitos professores, porém o meu pai não queria que eu fosse professora. Então o meu primeiro vestibular foi para Direito e ainda cursei durante seis meses, porém no mesmo ano que tinha passado para Direito também havia passado para Artes Cênicas, a diferença era de semestre. O curso de Direito era na cidade de Mossoró e tinha que morar lá e para não decepcionar papai acabei indo cursar, porém o meu sonho era ser professora e estudar Artes Cênicas. Minha mãe me emancipou para que eu pudesse fazer o concurso do estado e antes de ingressar no ensino superior, eu fiz o curso de Mecânica, porém durante um ano eu não conseguia passar em Física. Daí consegui fazer a transferência para o Magistério. Fiz quatro anos de Magistério. Depois dos seis meses cursando Direito, tranquei e fui cursar Artes Cênicas. Passei no concurso e fui ser professora. Eu fiz residência pedagógica em São Paulo na Escola da Vila e passei um ano estudando lá, com Madalena Freire, na época ela era coordenadora de lá e meu pai sempre me apoiando. Recordo-me que ele teve que vender uma moto e um terreno para que eu pudesse ficar em São Paulo durante um ano.

Mediante as falas das nossas entrevistadas, temos duas pessoas que atuam em salas de aula do ensino superior, porém iniciaram as suas experiências profissionais ainda na educação básica, principalmente na educação infantil e no ensino fundamental. Ambas possuem formação em Educação, mas demonstraram que essa área não perfazia a zona das suas primeiras escolhas de trabalho. Foram tomadas pelo desejo de ensinar,

por uma vocação que as fizeram dedicar a vida à docência. Para traçarem este caminhos até chegar a educação superior viveram inúmeros percalços, o que demonstra que a formação continuada, também chamada de cursos de capacitação, são uma exigência do mercado a vida de trabalho do professor, e que sem elas difícil ficaria galgar outras conquistas na profissão.

Para Ens e Donato (apud MENDES e BACON, 2015, p. 39786), a denominada sociedade do conhecimento, "traz algumas implicações para o 'ser professor' visto que há uma complexidade na profissão que vivencia estado de constante tensão por conta dos desafios a ela inerentes". A profissão docente é uma profissão de conhecimento, pautada no adquirir saberes, e mais ainda, ensiná-los. Para tanto, o aperfeiçoamento e atualização são desafios constantes impostos aos professores nesta atual conjuntura.

Neste contexto, nos foi imperativo indagar sobre a trajetória profissional destas docentes, sobre: **Quais os momentos lhes foram mais marcantes? E quais vocês consideraram os mais difíceis?**

Erin Gruwell: No que diz respeito aos momentos mais marcantes e as maiores dificuldades, com eu já falei anteriormente eu já trabalhei com classes sociais, já trabalhei em escolas privadas de pequeno porte (frequentadas por discentes da classe média, servidores públicos, pequenos empresários, filhos desse pessoal); já trabalhei em escolas de grande porte (escola tradicionais daqui de João Pessoa, que possui uma clientela de alto nível); e trabalhei em escola pública no município de Bayeux, com muitos problemas sociais que chegavam até a escola. Então tomando por base essas três dimensões eu posso dizer assim: algumas dificuldades da escola privada contemplam o “abandono” dos pais para com seus filhos, mas não por que eles queiram, mas pelo fato de trabalharem muito, então a gente acaba trabalhando com crianças muito carentes emocionalmente, algumas inclusive com problemas emocionais. [...] Acabamos sendo psicólogas, mães, mediadoras... [...] Em Bayeux, nós tivemos um caso de abuso sexual com uma aluna nossa e me senti muito tocada com esse caso, como toda a escola, mas como eu era supervisora eu tomei muito a frente desses episódio e fui muito perseguida, ameaçada de morte, seguida várias vezes e isso me marcou muito e me deu também certa maturidade com relação a questões delicadas que se passam no interior de uma escola. A dificuldade foi lidar com essas questões marcantes, as vezes percebemos que a universidade não prepara a gente pra isso, aprendemos a lidar com essas situações na prática, vivendo, sofrendo, errando e aprendendo, pois a experiência é o que ensina.

Stacey Bess: Logo quando comecei a dar aula, a coisa mais difícil era conseguir dar aula. Tudo o que eu havia aprendido na universidade não fazia sentido, pois a clientela para que eles me formaram não era aquela a qual eu tinha que enfrentar. Uma clientela que não lhe ouvia. E eu sempre conto aos meus alunos do ensino superior que no primeiro dia em que fui dar aula (nesse tempo eu só tinha o magistério), desisti, era muito nova e tinha apenas 17 anos e infelizmente eu não conseguia dar aula. E na segunda vez já com a graduação em Artes Cênicas fui aprovada novamente, porém para exercer o cargo na categoria de professora polivalente. E um dia eu fui dar aula e uma professora

chegou a minha sala, e naquele momento eu estava pedindo silêncio e ela chegou com um ar bem agressivo e começou a bater palmas e a falar em um tom de voz muito alto, reclamando com as crianças e se direcionou a mim e disse: "- professora, primeiro aqui se trabalha no estilo Pinochet para depois chegar a Piaget". Eu me desesperiei e liguei para o meu pai de um orelhão na hora do intervalo e pedi para que ele fosse me buscar, pois eu já não queria mais dar aula naquele lugar. No outro dia eu me escondi dentro do guarda roupa e falei que não queria dar aula naquela escola, pois não gostava de lá, odiava aquelas crianças e que a escola fedia a ovo. E esse era o meu pensamento burguês. Achava que a escola a qual eu iria ensinar seria igual àquela que eu estudei e que a criança as quais eu iria atender seriam crianças sem problemas algum. Eu costumo sempre dizer que nós não vamos dar aula para os nossos filhos, nós vamos dar aula para outro grupo social. A coisa mais difícil para mim foi dar aula. Depois que eu comecei a analisar a escola de outra forma e a ver que não existe essa separação entre teoria e prática! Nós é que não compreendemos como isso se dá lá, o que realmente queremos é a transposição da teoria para a prática! Quando eu compreendi isso a escola se tornou o melhor canto onde eu deveria estar. Houve um caso que posso frisar com muito pesar que foi o caso de uma criança que se encontrava muito calada no momento da aula e eu notando um comportamento diferente. Ele tinha entre nove e dez anos e ele não era daquele jeito. Eu cheguei perto da criança e perguntei o que ele tinha. O mesmo me respondeu que estava sentindo fortes dores de dente. Então eu pedi para que alguém da Secretaria ligasse para o posto de saúde porque a escola tinha um trabalho junto com eles, os pais dos alunos já haviam assinado para que o enfermeiro do postinho pudesse vir fazer os primeiros atendimentos caso necessitassem, pois na escola nós educadores não podemos medicar crianças. Então o enfermeiro veio pra dar uma olhada e o menino não tinha nenhum problema de dente, o que ele tinha na verdade era um bicho de pé na língua, então quando o enfermeiro me disse eu não suporrei e desmaiei. Eu desmaiei diante daquele absurdo, pois jamais imaginei que uma pessoa poderia ter um bicho de pé na língua e daí tive a curiosidade de conhecer a casa das crianças.

A partir destes relatos percebemos que o contexto de formação para vida não se desvincula do contexto de formação para a profissão. Erin Gruwell sempre estudou em escolas públicas, e estar atuando nelas como professora não lhes trouxe tanto estranhamento. Na verdade, o que lhes impactou foi lidar com elementos que fugiam do âmbito curricular, mas que são presentes e fazem parte do âmbito da escola e da supervisão escolar. Lidar com emoções, e a partir delas com frustrações, levam a professora a se envolver emocionalmente com a vida pessoal de seus discentes. E parece que para administrar estas sensibilidades não existem componentes curriculares que ensinem e/ou formem estes profissionais.

Em um contexto diferente, mas que se assemelha a condições semelhantes está também Stacey Bess. Vinda de um conjuntura de escolas particulares e de mais de uma formação acadêmica, Stacey também demonstra apreensão ao lidar pela primeira vez com um público de alunos carentes, tanto emocionalmente quanto financeiramente. A profissão docente deixa o educador a mercê de acontecimentos diversos e, a cada dia,

mais complexos. Situações difíceis de serem imaginadas e ensinadas nos cursos de formação de professores.

Para Mendes e Bacon (2015, p. 39788), a docência se define "como atividade extremamente relacional", onde se "verifica o forte envolvimento afetivo dos professores com seus alunos e a sua preocupação com a aprendizagem dos mesmos é fator de desgaste, mas também é fator de realização, prazer e gratificação". Estes sentimentos colaboram para a permanência dos professores na profissão, mas também podem se constituir em causas para seu desgaste emocional e físico.

Segundo Diehl e Carlotto (2014, p.742), constitui a segunda causa da Síndrome de Burnout em docentes, o "2- desgaste psíquico, caracterizado pelo sentimento de Exaustão Emocional e física em relação ao contato direto com pessoas que são fonte ou causadoras de problemas". As autoras ainda abordam como dimensões da Síndrome

Burnout é representado por quatro dimensões: 1- Ilusão pelo trabalho, indicando o desejo individual de atingir metas relacionadas ao trabalho, sendo estas percebidas pelo sujeito como atraentes e fonte de satisfação pessoal; 3- Indolência, evidenciada pela presença de atitudes de indiferença junto às pessoas que necessitam ser atendidas no ambiente de trabalho; 4- culpa, caracterizada pelo surgimento de sentimentos de culpabilização por atitudes e comportamentos não condizentes com as normas internas e de cobrança social acerca do papel profissional (Idem, 2014, p. 742-743).

O Burnout em professores tem despertado significativa atenção por parte dos pesquisadores da área, uma vez que são nestes profissionais que são encontrados os mais altos riscos de se encontrar a síndrome. Tal como eles também se alocam os profissionais da saúde.

Pensando sobre o que lhes definem, perguntamos as docentes: **o que seria o ser docente? E quais as pressões que está profissão acarreta?** Para Erin Gruwell, o ser professor ganhou nova dimensão com sua experiência na área, segundo a depoente:

Hoje me vejo como uma professora mais experiente, um pouco mais amadurecida pelo meu tempo de carreira e com isso me sento com uma responsabilidade muito grande, diante da formação de novos professores. Hoje eu trabalho com a formação do que eu já fui, então eu estou sempre refletindo como foi que me formaram? O que foi que eu recebi dos meus professores durante a minha formação? E como é que eu estou contribuindo de forma a facilitar a aprendizagem para os novos professores que estão em formação? Pois, pra mim, é uma responsabilidade muito grande trabalhar com o ensino superior dentro da área de Educação, porque a educação no Brasil vive grandes desafios, em todos os seus níveis, em todas as suas conjunturas! Para trabalhar em escolas privadas a gente vai enfrentar

determinadas dificuldades e o professor é sempre colocado em cheque, sempre é o culpado por todos os problemas, pois tudo sobrecarrega sobre o professor e por sua vez os professores devolvem essa culpa ou para as famílias ou para a sua formação. Então eu procuro contribuir da melhor forma, eu procuro me conectar com determinados contextos, pois existe uma semelhança em vários deles, daí criamos um pensamento crítico mediante a esses acontecimentos. O nosso verdadeiro papel é o de incentivar e motivar, eu sei que a motivação vem de dentro, mas o incentivo é necessário, pois ser professor em nosso país é muito desafiador. Somos uma classe de trabalhadores que sofrem discriminações e preconceitos, que sofrem com a economia por que nós somos mal pagos. Nós temos uma carga horária árdua, enfrentamos muitos problemas sociais que não deveriam mais estar dentro das escolas, como as questões de violência, tráfico de drogas, a questão do abuso de crianças, enfim são muitos problemas. A questão da acessibilidade, e da diversidade também é um desafio muito grande, ser professor nesse tempo constitui um desafio maior, principalmente quando se pensa em ser formador dessa profissão.

Quando as dificuldades que enfrenta, Gruwell relata que em seu campo de atuação do ensino superior as pressões se remetem a

[...] Capes, é ela que nos avalia e é uma avaliação de medição numérica, baseada em quantidade e não na qualidade. O currículo Lattes pra mim é uma grande pressão. Você dá conta de ensino, da pesquisa e da extensão, como também de todas as outras atividades, somadas a esses três pilares tornam as nossas quarentas horas de trabalho semanais muito além. A gente acaba entrando num sistema de querer fazer tudo o que as instituições te pressionam e isso oprime. Elas exigem tanto que acabamos adoecendo. Então hoje a maior pressão que sinto é ter que cumprir um papel de excelência em termos de produção, eu preciso ascender e mostrar que sou uma boa pesquisadora, uma boa cientista e para isso eu tenho que escrever, eu tenho que publicar em alguns periódicos, eu tenho que ter projetos de pesquisas e de extensão de em bons órgãos de fomento... Isso, além da sala de aula, além de participar da gestão, porque nós somos poucos e particularmente no Centro em que atuo, no departamento em que estou lotada, acabamos fazendo muitas coisas... Nesses últimos anos essa situação me deu uma grande lição, que foi selecionar as prioridades, **pois acabei adoecendo por trabalhar demais. (grifos nossos)**

A depoente traz claro que tais imposições resultam de "um mundo capitalista e de uma conjuntura tão perversa que nos deixa alienado". Chama a atenção que os professores formam mentes pensantes, com o intuito de fugir de uma alienação, mas acabam presos por ela, num ritmo de trabalho enfadonho e fabril. Tal situação leva-os a se esquecer que possuem uma vida pessoal, constituída por "pessoas que amamos", e que devem se preocupar com a saúde, inclusive por que dela também dependem as suas aulas e os seus alunos. Para a professora, o atual ritmo imposto pela Capes

(Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoa de Nível Superior)⁷, faz com que os professores dediquem mais atenção à pesquisa do que ao ensino.

Stacey Bess, ainda referente a sua compreensão sobre o que seria o ser docente e quais as pressões que está profissão acarreta responde:

Eu acho que hoje como eu trabalho com a formação de professores, de alguns anos para cá passei a pensar sobre qual é o conteúdo para a verdadeira formação? Eu sempre me questiono a respeito disso e hoje o que me acarreta mais é pensar como a gente forma esse professor para ele saber entrar na escola, ou pelo menos saber lidar com a escola pela primeira vez, mesmo com todos os receios de um professor recém formado. [...] Então o que mais me preocupa na formação de professores é aproximar o máximo a docência da escola. E o que mais estressa seja talvez a minha exigência que é algo da essência do meu profissional e que por algumas vezes essas exigências não vem por parte dos discentes. Infelizmente ainda tem alguns grupos de pessoas que estão fazendo Pedagogia e que estão muito relapsos. Eu passei inclusive anos, sem dar aula a noite, por não aguentar aqueles horários. Hoje eu já tenho bastante maturidade para dar aula a noite e eu não tenho nenhum problema com o horário. Os meus alunos às 19h15min já se encontram em sala de aula e isso eu acho que foi uma conquista grande. Eu tenho um embate com a falta de leitura, as relações muito pequenas. Eu acho que tem que fazer o curso de professor quem de fato quer ser um professor.

Diante destas falas, vemos que os olhares das docentes nos remete a diversas dimensões do ser professor. Enquanto uma observa mais especificamente o “sistema” e suas imposições sobre o trabalho docente, a outra foca tais imposições para o processo de formação do professor, advindos mais enfaticamente da necessidade de um maior engajamento por parte dos discentes. A ideia é que eles também tenham a compreensão do que se é ser professor nesta atual conjuntura

Já dentro do âmbito da UFPB, perguntamos as professoras sobre **como elas conciliam o tripé “ensino, pesquisa e extensão”⁸ com a sua vida pessoal?**

Erin Gruwell: Eu não conciliava, eu posso contar da minha experiência da UFPB em duas fases. Uma fase até antes de dezembro de 2017 e pós-dezembro de 2017. Até antes de dezembro de 2017 eu trabalhava o tripé ensino, pesquisa, extensão e gestão com muito afinco, com muita dedicação,

⁷ "A Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes), fundação do Ministério da Educação (MEC), desempenha papel fundamental na expansão e consolidação da pós-graduação stricto sensu (mestrado e doutorado) em todos os estados da Federação. Em 2007, passou também a atuar na formação de professores da educação básica ampliando o alcance de suas ações na formação de pessoal qualificado no Brasil e no exterior". Citação existente na página oficial da Capes, disponível em: <www.capes.gov.br>.

⁸ Segundo o Estatuto da Universidade Federal da Paraíba, datado de 2002, em seu Art. 5º, sobre a instituição e sua base de organização, consta no inciso IV a "indissociabilidade entre o ensino, a pesquisa e a extensão".

com muita sede e energia pra fazer as coisas e acabei acumulando muitas frentes de trabalho. Cheguei a ter sete projetos em andamento, fora as minhas disciplinas, fora as coordenações de laboratório, participações em comissões, orientações de TCC e a gestão com a chefia departamental. Isso tudo me trouxe um desgaste físico e mental muito grande e eu cheguei, em dezembro, a perder todas as minhas forças. Eu adoeci e meus médicos fizeram a lista do que eu participava, dos trabalhos que eu fazia, e foi quase como prescrição médica que deixasse algumas coisas por que eu não agüentaria mais. Meu corpo não agüentaria mais trabalhar da forma como eu vinha trabalhando. [...] Então hoje o que penso é que nesse tripé é preciso se ter um equilíbrio. Eu tenho que fazer as coisas, porém aprender a dizer não também é uma delas. Eu tenho que fazer as coisas moderadamente. [...] eu acumulei estresse, ansiedade, disfunção psicológica e emocional e por outro lado eu estava totalmente distante de minha família, da minha casa, eu não tinha mais controle.

Stacey Bess: A minha vida pessoal às vezes fica por último, aliás ela fica muitas vezes negligenciada. Atualmente, já faz dois anos que me casei novamente (estado civil não oficializado), o meu companheiro me ajuda muito. Então no domingo eu evito fazer algum trabalho, porém tenho a convicção de que eu trabalho mais do que cuido de mim, tanto que tenho pólipos no estômago, de tanta tensão eu desenvolvi esse pólipos no estomago.

Os relatos de Erin Gruwell remontam o desejo de uma atuação completa e integral na docência, com atuações nas mais diversas frentes de trabalho. Após um período mais crônico e doente de sua vida, com muita lucidez a docente aponta a necessidade de *frear este ritmo de trabalho*, de cuidar de si para poder continuar tendo condições de voltar ao trabalho. Relembrando o que menciona Galvão (2015)⁹ sobre os estágios da Síndrome, a "1. Necessidade de se afirmar - provar ser capaz de tudo sempre", de assumir todas as atividades é um dos primeiros sintomas.

De forma mais sucinta, mas enfática, Stacey Bess também relata o abandono de si em prol do trabalho. Tal fator caracteriza o distanciamento da família e das coisas pertinentes as relações pessoais como causas significativas de um desgaste físico, mental e emocional. Neste âmbito, no que se refere ao prazer existente no convívio social, **questionamos as professoras se ele foi perdido ou adiado por conta da sua jornada de trabalho?**

Erin Gruwell: Eu descobri com o meu psiquiatra que eu tenho Adenonia, a perda do prazer na realização das coisas que você antes tinha prazer em vivenciar. Hoje eu tomo bupropiona para Adenonia. Comecei a desconfiar disso depois que passei a pensar nas coisas que aconteciam no passado e não se me dava conta. Lembro que por muitas vezes eu não tinha energia, não queria sair com amigos... Mais eu sempre dizia que era por conta do cansaço, mas na verdade já era uma ação de isolamento. Eu não queria sair até com o

⁹ Discussão realizada na página 22 deste texto.

meu marido, com meus filhos, com pessoas da minha família... e sempre eu colocava a culpa no cansaço. Mas em Janeiro de 2018 eu tive uma crise de pânico e depois de um mês dessa crise, eu cheguei para o meu psiquiatra chorando muito e eu dizia a ele que não conseguia mais escrever. Tudo o que eu mais gostava na minha vida era ler e escrever. [...] Eu fui perdendo esse prazer e fui perdendo essa capacidade de escrever, sempre colocando a culpa num cansaço seguido de sono. Eu lia e não entendia o que eu estava lendo, então eu tinha muita dispersão, muita falta de atenção... comecei a parar de ler e a parar de escrever, é claro. E quando eu quis escrever eu descobri que eu não sabia mais e isso me gerou pânico. Me recordo que cheguei para o meu psiquiatra e disse que não conseguia fazer um artigo. E aí foi quando ele falou da Adenonia. Estou tomando Certralina para o transtorno da ansiedade e também tomo Duoal, que é para a fibromialgia. **Foi isso que eu consegui desenvolver com todo esse meu desequilíbrio com o trabalho.**(Grifos nossos)

Stacey Bess: Perdi um pouco do contato com as minhas filhas... às vezes deixo de viajar pra ficar aqui. Hoje elas são maiores de idade e eu evito ir para Natal devido o compromisso de estar aqui em Bananeiras na segunda-feira. Então, entramos em acordo e elas estão vindo mais do que eu indo para lá por conta da viagem. Eu negligenciei muito o estar com a minha família.

No campo dos estágios do Burnout, expostos por Galvão (2015), ainda são etapas da Síndrome a "11. Depressão – marcas de indiferença, desesperança, exaustão. A vida perde o sentido; 12. E, finalmente, a síndrome do esgotamento profissional propriamente dita, que corresponde ao colapso físico e mental". Estas fases podem ser facilmente percebidas nas falas citadas acima, mais especificamente a de Erin Gruwell, diagnosticada oficialmente com a Síndrome. Sob uma medida diferente, mas também com traços característicos desta patologia também está Stacey, que abre mão do convívio com as suas filhas pelas questões de trabalho, tanto pelo cansaço adquirido nas viagens para Bananeiras - local onde desenvolve suas atividades laborais, como também pelo compromisso de não se ausentar do campo de trabalho.

Tornar-se válido destacar que nossas colaboradoras executam suas atividades em uma cidade diferente das que residem. Gruwell realiza as viagens semanalmente de João Pessoa (lugar onde reside) para Bananeiras. Já Stacey optou por residir em Bananeiras por não agüentar as conseqüências das viagens que teria que realizar de Natal (lugar onde residia) para a cidade onde trabalha.

Sobre o exercício da docência, **questionamos as professoras se já haviam enfrentado algum problema da saúde a profissão relacionado?**

Erin Gruwell: Durante a profissão eu sempre fui uma pessoa muito sadia e resistente a dor. “Eu tive filho de parto normal e eu sempre fui muito medonha” para pegar peso, para botar a mão na massa na hora de fazer as coisas. Trabalhei em grupos de ação social, então carregava muito peso e

nunca tive problema com isso. Em 2015 eu comecei a ter um cansaço constante, isso já depois do doutorado, pois concluí o mesmo em janeiro deste ano e voltei para o Brasil já muito cansada. Psicologicamente eu estava muito cansada e quando voltei já comecei a dar aula, voltei ao trabalho. E aí em outubro de 2015, eu senti uma dor muito forte nos joelhos. Eles doíam pra eu dirigir, quando eu subia e descia escadas, rampas... [...] Após vários exames foi constatado a condropatia patelar, grau três no joelho direito e grau um no joelho esquerdo. Então assim, a doença em si não foi ocasionada pelo trabalho, o que os médicos falam é que isso é um processo natural do corpo humano, quando a gente vai perdendo as cartilagens. Mas o que eu associei ao trabalho foi a falta de tratamento, uma vez que eu não consegui fazer as quatro sessões semanais de fisioterapia, pois tinha que viajar pra dar aula na terça em Bananeiras e só retornava no sábado. E quando chegava à segunda-feira pra fazer fisioterapia era como se eu tivesse iniciando tudo de novo. Mais o fato é que eu realmente fui negligente nesse momento e eu não coloquei o meu tratamento como prioridade. Eu tinha que trabalhar. [...] Em 2017, essas dores foram se expandindo para todo o meu corpo... [...]. Eu ia dormir extremamente cansada e mais cansada ainda... até que em dezembro eu fui para um neurologista especialista em dor e ele fez todos os exames e por eliminação ele chegou à conclusão que eu tinha fibromialgia.

Stacey Bess: O diagnóstico dos pólipos eu não acarretei diretamente, mas indiretamente sim ao trabalho. Pois os meus horários de refeição são todos desregulados. Diretamente já atribuo, em minha fase no ensino superior, a síndrome do pânico. Mesmo já tendo chegado aqui no campus com ela, mas uma vez com síndrome de pânico, eternamente com síndrome de pânico.

Erin e Stacey possuem suas vidas atreladas pelo e para o trabalho. Possuem os horários das refeições, do tratamento das doenças, das situações de bem estar designadas pelo trabalho. As doenças, por elas descritas, foram conquistadas e ou agravadas pelo trabalho. O que nasce historicamente para libertar o homem, o aprisiona numa teia de relações pautadas nos ritmos impostos pelo trabalho.

Galvão (2015) também elenca esta etapa como uma das fases da Síndrome de Burnout, principalmente nos itens que menciona o: "3. Descaso com as necessidades pessoais - comer, dormir, sair com os amigos, começam a perder o sentido;" e o "4. Recalque de conflitos – o portador percebe que algo não vai bem, mas não enfrenta o problema. É quando ocorrem as manifestações físicas". Ainda neste sentido, corroboram os autores aqui estudados no capítulo II, quando anunciam suas pesquisas sobre a Síndrome. Mesmo ciente que o diagnóstico para a doença só pode ser realizado pelo médico, podemos observar que os relatos das professoras rememoram os traços característicos da patologia, tanto sob o olhar de Maslach e Jackson (apud SILVA e ALMEIDA, 2011), ao apontar os três fundamentos da patologia: a exaustão emocional, a despersonalização e a diminuição da satisfação pessoal; quanto sobre a dimensão

destacada por Reinhold (apud ALVES e CÓRDULA, 2014), no quadro ilustrativo¹⁰ das etapas de desenvolvimento da doença. Acredito, pelas características anunciadas, que as professoras ser alocariam, de maneira proximal e em instâncias diferentes, ao quadro de "Apatia, Burnout total".

Sobre o auto reconhecimento de possuir ou não a Síndrome, as professoras assinalam:

Erin Gruwell: Meu psicólogo falou que eu tenho traços dessa síndrome, falou que não estava afirmando que eu a tinha, mas que eu tinha características da síndrome. E quando eu comecei a ler eu encontrei vários tópicos que se enquadram bem direitinho com o que eu sentia e com o que sinto ainda. Meu psicólogo ainda que a minha relação com o trabalho era o que estava por trás de todos esses problemas de saúde que eu somatizei no corpo.

Stacey Bess: Eu não tenho isso! Logo no início quando eu estava bastante fragilizada com as reuniões departamentais, eu já acordava doente. Já teve dias de chegar à porta do local onde ia acontecer a reunião e voltar para casa, infelizmente era algo que era mais forte que eu. Porém nas minhas salas de aula aqui no campus isso nunca aconteceu. Agora na educação básica eu via alguns colegas, professores que não conseguiam chegar à escola e eu também tive isso, não conseguia chegar à escola, adoecia só em pensar no que eu iria ver: crianças com piolhos, carentes, em um estado que requeria cuidados. Não tive um parecer médico confirmando dessa síndrome, mas senti vários traços dela.

Para Diehl e Carlotto (2014, p.74), "O desconhecimento, tanto por parte dos médicos como dos próprios profissionais, dificulta o diagnóstico da SB e o adequado tratamento", e ainda ressaltam que "os trabalhadores desconhecem as manifestações e causas desse fenômeno, não buscando formas efetivas de prevenção ou intervenção". Estudos ainda apontam a que a síndrome é pouco diagnosticada pela equiparação aos quadro de estresse, estafa ou ainda Síndrome do Pânico.

3.2. O cuidado de si: é possível se reencantar pela profissão novamente?

O cuidado de si foi um termo pensado por Michel Foucault nas obras "Hermenêutica do sujeito" e a "História da Sexualidade: o cuidado de si"- Volume 3. Para este item tomamos a primeira como nosso horizonte de reflexão, para melhor definir o cuidado de si por meio de uma Pedagogia do Cuidado.

¹⁰ Quadro apresentado na página 23 deste trabalho.

Neste âmbito, para Foucault o cuidado de si se destina ao "cuidado de si mesmo, ao fato de ocupar-se consigo, de preocupar-se consigo, etc" (FOUCAULT, 2006, p.4). Ou mais ainda,

O cuidado de si mesmo, como uma das formas, uma das conseqüências, uma espécie de aplicação concreta, precisa e particular, da regra geral: **é preciso que te ocupes contigo mesmo, que não te esqueças de ti mesmo, que tenhas cuidados contigo mesmo.** (Grifos nossos) (FOUCAULT, 2006, p.7)

Recorrendo a estas premissas foucaultianas, tomamos a noção do cuidado de si para nos percebermos enquanto seres de limites, de fronteiras... E mais, que neste tempo que corre durante a vida, ritimada pelos bateres de um relógio, é preciso deliberar pelo espaço e pelo lugar que destinamos para o "ocupar-se de si mesmo". É necessário se autoconhecer para estar ciente do que se pode fazer, é o que coloca Foucault quando, ao recorrer aos filósofos gregos, discute o cuidado de si pelo que "[...] é realmente o quadro, o solo, o fundamento a partir do qual se justifica o imperativo do 'conhece-te a ti mesmo'". Segundo o autor,

O cuidado de si vai ser considerado, portanto, como o momento do primeiro despertar. Situa-se exatamente no momento em que os olhos se abrem, em que se sai do sono e se alcança a luz primeira: a questão do "ocupar-se consigo mesmo". (Idem, 2006, p.11)

A partir desta definição, acredito ser possível se pensar numa Pedagogia do Cuidado, em atividades que se estendem a uma terapia curativa a partir da própria sala de aula. Reelaborar os sentidos dados a este espaço e a motivação e prazer em dar aulas pode ser um elemento fortalecedor deste retorno saudável ao ambiente de trabalho. Por mais que não se tenha encontrado nas falas das colaboradoras indícios que me permitam tomar a sala de aula como peça partícipe do processo do cuidado, por conhecê-las acredito que são professoras apaixonadas pelo que fazem - o ensinar.

Neste contexto, sobre o cuidado de si como uma forma de tratamento e prevenção da doença, **indagamos as professoras que estratégias desenvolviam para possuir uma melhor qualidade de vida?**

Erin Gruwell: Eu acredito que ainda não encontrei as melhores estratégias. Eu mudei muito a minha rotina, eu já cheguei para o meu neuro e perguntei a ele como é que eu vou voltar a trabalhar, tendo que manter essa rotina, e ele disse que eu teria que achar essa resposta para mim própria. [...] E isso é muito difícil pra gente reelaborar... vem à questão da meia idade, esse ano farei 45 anos, já estou na meia idade, por mais que não aparente, o meu

corpo, os meus órgãos e as minhas células já estão na meia idade, eu estou passando por um processo de transição, e isso tem me trazido alguns transtornos. [...] Então, o que eu tenho feito hoje é tentar não sofrer com as coisas, eu deveria ter feito alguns trabalhos durante esse tempo, porém eu não consegui fazer e para mim é quase como um fracasso. E para lidar com esses fracassos é muito difícil, pois sempre fui uma pessoa muito exigente comigo, então pensar que eu já não tenho tanta energia, que já não tenho tanta capacidade é parar para ressignificar essas coisas. [...]

Stacey Bess: Hoje eu penso mais sobre isso, infelizmente eu precisei adoecer para mudar a minha visão, precisei adquirir peso entre outras coisas, mas hoje eu penso que tudo tem limite, que tudo passa e a instituição fica e a gente vai. Agora na hora do almoço eu vou para casa, já teve dias de ficar aqui na universidade o dia todo. E assim, vou pra casa, durmo após o almoço. Hoje eu me faço mais presente aqui no Grãozinho, fortalecendo ainda mais a minha relação com os alunos bolsistas. Tenho conseguido passar um tempo dedicado a minha pessoa, a única coisa que eu não estou conseguindo fazer com frequência é ler livros de literaturas, faço as leituras dos teóricos e esqueço um pouco as leituras que me dão prazer. Depois que eu adoeci eu tenho olhado um pouco mais para o meu tempo

É no ressignificar de seus próprios males, a partir do conhece-te a ti mesmo, que as professoras passam a eleger suas novas prioridades além do trabalho. Mesmo partindo de uma ação particular e individual, para se dá o primeiro passo ao encontro de uma pedagogia do cuidado, é importante que existam políticas institucionais que se ocupem da saúde do professor.

Nesta direção, Diehl e Carlotto (2014, 749) ao discutir as "atribuições causal-normativas e as possíveis medidas para prevenir a SB", enfocam que os relatos dos professores estudados apontam que geralmente as

[...] soluções que envolvem ações estão centradas no indivíduo e na organização do trabalho. Medidas centradas no indivíduo referidas nas falas reforçam o entendimento de Burnout como um problema do indivíduo, atribuindo-lhe a responsabilidade por resolvê-lo. É importante destacar que estratégias de intervenção centradas no indivíduo são importantes, pois aumentam e qualificam os recursos pessoais do trabalhador; no entanto trazem limitações, pois podem mascarar o problema em razão do consenso de que Burnout tem suas raízes na organização do trabalho. Carlotto e Gobbi (1999) também advertem quanto às consequências de intervenções unicamente voltadas ao trabalhador, pois podem reforçar seu sentimento de fracasso, isolamento e baixa autoestima.

Mesmo cientes que a Síndrome exige um tratamento médico e terapêutico, que deve ser buscado com profissionais da área, e que possuam a confiança das pessoas pela patologia acometidas, é importante destacar quais os mecanismos de prevenção e os dispositivos de tratamento que são organizados e geridos pela instituição empregadora - no caso das depoentes - a Universidade Federal da Paraíba, para os cuidados com a

saúde do servidor/empregado/professor. No que compete a UFPB, mapeamos a existência da Coordenação de Qualidade de Vida, Saúde e Segurança no Trabalho - CQVSST. Este setor, gerido pela PROGEP - Pró-Reitoria de Gestão de Pessoa, m seu artigo 30º, aponta que:

A Divisão de Qualidade de Vida é composta por três seções: Seção de Atenção a Saúde, Seção de Perícia em Saúde e Seção de Saúde Ocupacional. A esta divisão compete:

- I - promover a saúde do servidor, de forma integral, por meio de atividades multiprofissionais de prevenção e assistência;
- II- realizar as perícias em saúde e exames periódicos dos servidores da UFPB;
- III - prover o gerenciamento dos programas de assistência multiprofissional de saúde;
- IV - elaborar e atualizar normas técnicas e de funcionamento relativas à sua área de atuação¹¹.

Ainda neste mesmo artigo, inciso §1º, no que se refere a Seção de Atenção à Saúde, compete a este órgão também:

- I - desenvolver, implantar e coordenar as políticas e ações de caráter psicossocial, visando o bem-estar dos servidores;
- II - promover campanhas de conscientização e combate a dependência química e distúrbios compulsivos;
- III - desenvolver ações de prevenção das doenças ocupacionais e doenças crônicas não transmissíveis;
- IV - gerenciar os programas de assistência multiprofissional de saúde para os servidores.
- V - realizar estudos referentes ao perfil de saúde dos servidores dentro de seu ambiente de trabalho, propondo ações de caráter corretivo e preventivo.
- VI – elaborar e implantar programas de assistência social ao servidor.

No âmbito do Campus III, observamos que tais cuidados se restringem a alguns eventos isolados, que costumam acontecer mais especificamente durante a Semana do Servidor. Este episódio acontece anualmente, e oferece ao servidor "oficinas, jogos esportivos, atividades para as crianças (filhos dos colaboradores), Audiovisual, trilha ecológica, caminhada, passeio ciclístico, cavalgada e o III Sarau"¹².

O Núcleo de Assistência Estudantil - NAE, voltado especificamente para a assistência dos discentes, também se coloca a disposição dos docentes. Geralmente, este público de servidores costuma ser atendido em campanhas de vacinação, como a

¹¹ Os artigo estão disponíveis na página da CQVSST, em uma resolução sem numeração encontrada, disponível em: <http://www.progep.ufpb.br/cqv/contents/paginas/cqvsst/apresentacao>. Acesso: 02/07/2018.

¹² Citação disponível em: <<http://www.cchsa.ufpb.br/cchsa/editores/noticias/ix-semana-do-servidor>>. Acesso: 02/07/2018.

realizada pela PROGEP setorial, o "Dia D da Vacinação no Campus III". Para os organizadores do evento, "O objetivo da campanha é oferecer cobertura vacinal para os discentes, docentes, técnicos-administrativos e terceirizados que estiverem com sua carteira de vacinação incompleta ou que necessitem iniciar novo esquema vacinal"¹³. Neste ínterim,

O Núcleo de Assistência Estudantil, também conhecido por NAE, refere à unidade administrativa do Campus III/UFPB e tem suas ações direcionadas ao Centro de Ciências Humanas, Sociais e Agrárias – CCHSA e o Colégio Agrícola Vidal de Negreiros – CAVN da UFPB. É o Setor que tem como diretriz de atuação o exercício de ações e serviços para Promoção à Saúde e Assistência Estudantil¹⁴.

Recentemente o NAE elaborou o Projeto Saúde Integral (2018), que ainda com inscrições abertas se volta para o cuidado da saúde de servidores do Campus.



Projeto Saúde Integral

O que é? Projeto interdisciplinar do Núcleo de Assistência Estudantil em parceria com a Coordenação de Gestão de Pessoas do CCHSA/CAVN destinado à abordagem e discussão de temas relacionados à promoção da saúde em sua perspectiva integral.

Como funciona? encontros mensais, a partir do mês de junho, em local e dia previamente divulgados por e-mail e facebook da Coordenação de Gestão de Pessoas e nos murais do CCHSA/CAVN, nos quais serão abordados temas relacionados à promoção da saúde e qualidade de vida, utilizando metodologias ativas e participativas em formato de roda de discussão, cine-debate, grupo vivencial e dinâmicas de grupo. Além de envolver ações de acompanhamento da saúde do servidor.

Quem pode participar?: servidores docentes e técnico-administrativos ativos e inativos e colaboradores terceirizados.



Fonte: Email enviado aos docentes pelo NAE/Campus III, 2018

¹³ Citação obtida por meio de email da PROGEP setorial, de convocação da Campanha, enviado aos professores.

¹⁴ Citação encontrada na página oficial do NAE, disponível para acesso em: <http://www.cchsa.ufpb.br/nae>. Acesso: 02/07/2018.

Mesmo diante destas iniciativas, ainda em fase muito preliminar, nesta pesquisa constatamos que o que expõe o inciso §1º, sobre a Seção de Atenção à Saúde ofertada pelo CQVSST, não tem chegado a contemplar os docentes do Campus III da UFPB, sendo as ações por este órgão desenvolvidas, como também pelo NAE, baseadas em eventos locais e isolados.

Ao perguntarmos sobre **como tem sido o dia a dia no trabalho das professoras e as relações que elas desenvolvem com colegas de curso e com os alunos**, elas respondem:

Erin Gruwell: Confesso que as relações não são fáceis e muitas vezes algumas dessas relações acabam adoecendo a gente. As reuniões e situações que vivenciei no Campus já me fizeram chorar, me preocupar, e a passar um final de semana inteiro pensando nas atitudes de determinada pessoa e situação vivenciada, já me fizeram me humilhar para pedir desculpas, pedir perdão para que a relação não se desmanchasse. Com relação aos alunos, vivo uma relação linda, pois é o que ainda me move a estar em sala de aula. Claro temos alguns alunos adultos que tem comportamentos e concepções contrárias as nossas e que por isso não são aprovadas, mas a maioria deles são pessoas que querem aprender e que confiam na gente, eu percebo respeito. Eu me lembro de que no final do ano de 2017, umas das questões que me fizeram perceber que eu estava doente dizem respeito a um dia em que fiquei nervosa com uma turma, cheguei a ficar muito brava com ele, a gritá-los e isso foi muito forte, fui muito dura e naquele dia eu vi que não estava bem, aquele não era o meu comportamento normal eu não sou essa pessoa. Isso me serviu de alerta. Mas amo ser professora.

Stacey Bess: Bem, eu não tenho nenhuma relação ruim com nenhum colega de trabalho, já tive antes com alguns, exatamente por divergências e algumas perspectivas de ponto de vistas diferentes. Eu tenho amigos e colegas de trabalho. Eu não sou hostil e nem sou agradável completamente, eu evito o rancor, mas também não quero amizade. A minha relação com eles é apenas no espaço de trabalho, as minhas relações mais tensas o tempo foi resolvendo. Respeito todos (as) e hoje em dia a minha relação de trabalho é mais harmônica.

Ambas as professoras convivem no mesmo ambiente de trabalho, e anunciam a partir dos sentidos que elaboram de suas próprias experiências como são as relações tecidas no âmbito do Departamento de Educação, do qual fazem parte. Erin Gruwell se coloca mais sensível diante destas situações, apesar de apontar um discurso de superação, como ferramenta da Pedagogia do Cuidado que desenvolveu para si. Segundo ela os discentes são a sua verdadeira motivação para continuar atuando em sala de aula. Por meio de sua entrevista foi possível perceber que ainda é provável sim se reencantar pelo trabalho, mas diante de um contexto moderado e tecido para as boas relações e experiências de trabalho. Já Stacey Bess parece construir um olhar sereno e

sóbrio sobre tudo o que vivenciou nas relações com seus colegas de trabalho, mas infelizmente acabou não tecendo comentários sobre suas relações com os discentes. Mesmo sim, nas observações realizadas, constatamos que seu reencantamento pela sala de aula se dá diariamente, a partir da inserção do lúdico e da expressão da arte como ferramentas para o cuidado de si.

Concluo este trabalho acreditando que muito ainda há para se discutir. Diversas foram as sensibilidades que perpassaram esta narrativa, e que a partir da minha, despertaram novas possibilidades de ver e vivenciar as relações de trabalho. Estas denúncias, dissolvidas em diversos parágrafos neste trabalho de conclusão de curso, nos alertaram para o sentido da formação a partir da ressignificação e da reelaboração do educar-se para si mesmo e para o trabalho. Ou tão somente como aponta Foucault (2006, p.11), "O cuidado de si é uma espécie de agulhão que deve ser implantado na carne dos homens, cravado na sua existência, e constitui um princípio de agitação, um princípio de movimento, um princípio de permanente inquietude no curso da existência".

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho monográfico me possibilitou analisar a jornada de trabalhos de alguns profissionais da educação e o que lhes acarretam mediante a cobrança de um sistema o qual conceitua a sua potencialidade através de títulos e o fato do acúmulo de funções onde as mesmas impendem essas (es) profissionais de terem uma vida social mais ativa e prazerosa.

As análises realizadas durante a construção desse trabalho nas entrevistas feitas com as colaboradoras além dos embasamentos teóricos, me fez compreender o quão é árdua a função do ser docente, pois desde o início ambas tiveram fatos marcantes em suas vidas, decorrentes de fatos sucedidos nas escolas onde trabalhavam. Atentando o olhar meticuloso para as condições de trabalho; a baixa remuneração, o desrespeito intelectual que ocorre entre os colegas de profissão e a carga horária excessiva.

Diante das entrevistas com as docentes, pode-se afirmar que as mesmas não foram diagnosticadas com a síndrome de burnout, porém ambas desencadearam doenças físicas e mentais ocasionadas pelo trabalho e com um olhar minucioso ambas possuem traços da síndrome exposta.

Em alguns discursos em meio social é comum o professor ser tarjado como o causador do não sucesso da educação em nosso país. Muito embora a mídia tenda a maquiar esse pensamento. Podemos afirmar mediante a desvalorização desses profissionais os quais para dar um conforto melhor as suas famílias, são “obrigados (as)” a assumir uma jornada de trabalho excessiva, a qual vai além do que o seus corpos suportem.

A esses profissionais muitas vezes negligencia momentos de prazer e lazer com seus familiares, para que possam estar cumprindo com suas obrigações no trabalho. Trabalho esses que vão além dos muros das instituições. Sendo assim, tais pessoas acabam se afadigando do ambiente de trabalho, onde o mesmo deveria de sentir prazer, pois as suas perspectivas de prazer e sonhos remetidos a profissão deveria se dar nesse determinado local.

Considero este trabalho como colaborador futuro ao que tange a síndrome de burnout em profissionais da área de educação. Essa discursão é extremamente importante para que tais profissionais se policie com respeito a sua saúde, remetendo assim ao ambiente de trabalho e reservando um tempo para o cuidado de si.

Finalizo meu trabalho descrevendo nessas entrelinhas o quão gratificante foi entender com precisão de detalhes a fantástica e árdua vida de um docente de ensino superior. Trazendo para você leitor a importância do cuidado de si, em todos os ambientes de trabalho, pois devemos trabalhar para viver e não viver para trabalhar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, Maria Amélia. **As características dos alunos são determinantes para o adoecimento de professores:** um estudo comparativo sobre a incidência de Burnout em professores do ensino regular e especial. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rbee/v17n3/v17n3_a03.pdf. Acesso em 18/06/2018.

ALVES, Silva Aparecida. CORDULA, Eduardo Beltrão de Lucena. **Síndrome de Burnout no Magistério.** Disponível em: <http://educacaopublica.cederj.edu.br/revistas/artigos/sindrome-de-burnout-no-magisterio>. Acesso em 15/06/2018.

GRUWELL, Erin. **Entrevista I.** (maio 2018). Entrevistador: Márcia Rodrigues Duarte dos Santos. Solânea, 2018. 1 arquivo .mp3 (1:05 min)

BENEVIDES PEREIRA, Ana Maria. T. [et al]. **Sintomas de estresse em educadores brasileiros.** Aletheia, 2003. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/1150/115013455007.pdf>. Acesso em: 26/06/2018.

BERTONCELI, Mariane. MARTINS, Suely Aparecida. **Trabalho Docente na Educação Infantil:** entre a precarização e a valorização profissional. 2016, p.2. Disponível em: (<http://www.fe.unicamp.br/eventos/histedbr2016/anais/pdf/1080-2874-1pb.pdf>). Acesso em 15/06/2018.

BRAUN, Ana Claudia. CARLOTTO, M.S.. **Síndrome de Burnout:** estudo comparativo entre professores do Ensino Especial e do Ensino Regular. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pee/v18n1/v18n1a13.pdf>. Acesso em: 26/06/2018

CARLOTTO, Mary Sandra. **Síndrome de Burnout e gênero em docentes de instituições particulares de ensino.** Revista de psicologia da UNG, Vol.1, n1,(15-23),2003.

CODO e VASQUES-MENEZES, I.(1999). **O que é burnout?** Em W.CODO (org), **IN Educação: Carinho e Trabalho** (p.237-255) Rio de Janeiro: Vozes.

BESS, Stacey. **Entrevista II** (nov. 2017). Entrevistador: Márcia Rodrigues Duarte dos Santos. Bananeiras, 2017. 1 arquivo.mp3 (34 min).

DIEHL, Liciane. CARLOTTO, Mary Sandra. **Conhecimento de professores sobre a Síndrome de Burnout:** processos, fatores de riscos e consequências. Psicologia em Estudo, Maringá, v19, n4,p.741-752,out/dez.2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v19n4/1413-7372-pe-19-04-00741.pdf>. Acesso em: 26/06/2018.

FOUCAULT, Michel. **A hermenêutica do sujeito.** Edição estabelecida sob a direção de François Ewald e Alessandro Fontana, por Frédéric

Gros; tradução Márcio Alves da Fonseca. Salma Tannus Muchail. - 2ª ed. - São Paulo: Martins Fontes, 2006. - (Tópicos)

JBEILL, Chafic. **Síndrome de Burnout: Identificação, Tratamento e Prevenção.** Brasília. DF. 2008.

LUCIANO, Valmir Martins. **Estudo sobre a prevalência da Síndrome de Burnout: geradora de incapacidade para o trabalho e suas consequências.** São Paulo. Baraúna. 2012.

MENDES e BACON. **Profissão Docente: O que é ser professor?** Disponível em: <<http://educare.bruc.com.br/arquivo/pdf2015/17709-7650.pdf>>. Acesso em 26-06-2018

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Manual de procedimentos para os serviços da Saúde.** Brasil, 2001;

ANEXOS

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) Senhor (a)

Esta pesquisa é sobre a Síndrome de Burnout e o Trabalho Docente e está sendo desenvolvida pela pesquisadora **Márcia Rodrigues Duarte dos Santos**, aluna do **Curso de Pedagogia** da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação do(a) Profa. **Vivian Galdino de Andrade**.

Os objetivos do estudo são: **1. Refletir sobre a doença e seus efeitos; 2. Mapear a jornada de trabalho das professoras pesquisadas e nela identificar traços que levariam a Síndrome; e 3. Discutir a importância do 'cuidado de si' frente as relações de trabalho.** A finalidade deste trabalho é contribuir para a discussão sobre a Síndrome de Burnout no âmbito do trabalho docente no ensino superior.

Solicitamos a sua colaboração para a realização de **entrevistas**, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área e publicar em revista científica (*se for o caso*). Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo. Informamos que essa pesquisa não oferece riscos, previsíveis, para a sua saúde.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador(a). Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo na Instituição (*se for o caso*).

Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa
ou Responsável Legal

Assinatura da Testemunha

Contato do Pesquisador (a) Responsável: Márcia Rodrigues Duarte - 993597133
Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para o (a)
pesquisador (a) Vivian Galdino de Andrade
Endereço (Setor de Trabalho): DE/CCHSA/UFPB
Telefone: 33675564

Ou

Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal
da Paraíba Campus I - Cidade Universitária - 1º Andar – CEP 58051-900 – João
Pessoa/PB

☎ (83) 3216-7791 – E-mail: eticaccsufpb@hotmail.com

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

Assinatura do Pesquisador Participante

Obs.: O sujeito da pesquisa ou seu representante e o pesquisador responsável deverão rubricar todas as folhas do TCLE apondo suas assinaturas na última página do referido Termo.

APÊNDICES

APÊNDICE A - ROTEIRO DE ENTREVISTA



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, SOCIAIS E AGRÁRIAS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO / CURSO DE PEDAGOGIA
CAMPUS III – BANANEIRAS-PB**

ROTEIRO DE ENTREVISTA

NOME: _____

DATA DE NASCIMENTO: _____

ESTADO CIVIL: _____

TEM FILHOS (AS): _____ QUANTOS: _____

SUA FORMAÇÃO: _____

TEMPO DE PROFISSÃO: _____

HÁ QUANTO TEMPO EXERCE A DOCÊNCIA?

EDUCAÇÃO BÁSICA : _____ ENSINO SUPERIOR: _____

HÁ QUANTO TEMPO TRABALHA NA UFPB? _____

1. COMENTE, O QUE LEVOU A ESCOLHER A DOCÊNCIA COMO PROFISSÃO?
2. SOBRE A SUA TRAJETÓRIA PROFISSIONAL PERCORRIDA ATÉ AGORA, QUAIS MOMENTOS LHE FORAM MAIS MARCANTES? QUAIS VOCÊ CONSIDEROU MAIS DIFICEIS? POR QUE?
3. PENSANDO SOBRE O QUE HOJE LHE DEFINE, O QUE SERIA O "SER DOCENTE"? E QUAIS AS PRESSÕES QUE ESTA PROFISSÃO LHE ACARRETA?
4. DENTRO DO ÂMBITO DA UFPb, COMO VOCÊ CONCILIA O TRIPÉ "ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO" COM A SUA VIDA PESSOAL?
5. EXISTIU ALGUM PRAZER QUE EM SEU CONVÍVIO SOCIAL FOI PERDIDO OU ADIADO POR CONTA DA SUA JORNADA DE TABALHO? COMENTE COMO SE SENTE A ESTE RESPEITO.
6. DURANTE O EXERCÍCIO DA DOCÊNCIA JÁ ENFRENTOU ALGUM PROBLEMA DE SAÚDE A PROFISSÃO RELACIONADO? DESCREVA, COMENTANDO DETALHES.
7. VOCÊ CONHECE A SÍNDROME DE BURNOUT? CONHECE ALGUM CASO DESTA SÍNDROME COM PROFESSORES/AS? COMENTE

8. COMO TEM SE DADO O "CUIDADO DE SI"? QUE ESTRATÉGIAS DESENVOLVE PARA TER QUALIDADE DE VIDA?

9. COMO É SEU DIA A DIA NO TRABALHO? SUAS RELAÇÕES COM COLEGAS DE CURSO? E COM OS ALUNOS? PODERIA NOS DESCREVER COMO SE DÃO ESTES MOMENTOS E O QUE ELES SIMBOLIZAM PARA VOCÊ?