

## **RESILIÊNCIA: UMA CARACTERÍSTICA ESSENCIAL AO PLENO EXERCÍCIO DA PROFISSÃO DOCENTE**

Anna Carolliny da Silva (1); Ana Lúcia Leal (2).

1. Universidade Federal de Pernambuco; [annacarolliny0811@gmail.com](mailto:annacarolliny0811@gmail.com).

2. Universidade Federal de Pernambuco; [analealchaves@yahoo.com.br](mailto:analealchaves@yahoo.com.br).

### **INTRODUÇÃO**

Os desafios de ser professor são muitos e tal afirmação não pode ser negada. O atual quadro da educação em nosso país e o papel do professor têm demonstrado falhas, acarretando problemas em sua saúde e relação com o social. A palavra resiliência vem sendo relacionada e aplicada à docência com muita frequência nos últimos anos, principalmente no atual século. Resiliência é a capacidade desenvolvida em situações adversas, fazendo com que aquele que passe por tais situações a superem, e se beneficiem com os resultados dessa superação, resultando em progresso, tanto psicológico, como emocional.

Esta relação tem sido feita devido aos problemas que incorporam à função do professor que, além de ensinar, desempenha diversos papéis secundários a sua função e, quase sempre, se encontram desprovidos de suporte e apoio. Hoje, para ser professor, são necessários muitos pré-requisitos e quando estes não são atendidos, dificuldades são vivenciadas na atividade cotidiana e a resiliência entra em cena como um fator importantíssimo para o desempenho e qualidade de sua atividade.

O termo resiliência possui múltiplas aplicações. O seu significado, segundo o Dicionário Escolar da Língua Portuguesa (2009), é a “capacidade que diversos corpos têm de retornarem à forma original após serem deformados; condição de voltar à forma original, mesmo que deformada”. A aplicabilidade do significado da resiliência ocorre nas ciências exatas, humanas e, em especial, na Psicologia, mas em cada uma delas há uma especificidade. Nas ciências humanas, o termo aplica-se à capacidade que cada pessoa desenvolve ao sobrepor-se positivamente às adversidades e a construir-se diante delas (STANCOLOVICH, 2015).

Já a utilização do termo nas ciências exatas, principalmente na Física e sua aplicação na Engenharia, ocorre com bastante frequência e há certo tempo, pois foram os primeiros a trazerem à tona a palavra resiliência. Foi o físico inglês Thomas Young, na final do século XIX, em 1807, que relacionou a resiliência à resistência de corpos elásticos. Young, em sua obra publicada, discutia sobre módulo e a elasticidade dos materiais, relacionando seu estudo a fraturas de corpos elásticos gerados através de impactos (TIMOSHENKO, 1953, apud BRANDÃO; MAHFOUD; GIANORDOLI – NASCIMENTO, 2011).

Atualmente o conceito físico foi reformulado. Para a Física e a Engenharia, a resiliência, segundo autores citados acima, seria o módulo que calcula a quantidade de energia máxima necessária, absorvida pelo material no momento do impacto, capaz de manter seu formato após a deformidade sofrida, graças à elasticidade.

Na Psicologia, a resiliência possui outra significância. Yunes e Szymanski (2001) afirmam que não é possível comparar a resiliência de materiais com processos psicológicos, mas apenas fazer algumas referências metafóricas. As autoras afirmam que inicialmente (e com frequência em literaturas atuais) as referências ao termo resiliência eram designadas aos termos invencibilidade ou invulnerabilidade.

Para a Psicologia a resiliência, e seu significado, vai além da superação de uma situação de tensão e estresse, pois “envolve algo além do retorno ao que era antes, pois

abrange um crescimento a partir da superação da pressão” (CHAVES, 2011, p.22). Ou seja, a resiliência implica em transformação e crescimento, mediante a passagem e superação de situações adversas.

Yunes e Symanski (2001) ao citarem o trabalho de pesquisa do psiquiatra Michael Rutter (1987) com pessoas que viviam na ilha de Wight, em Londres, com base nos resultados, consideram que a resiliência não é algo fixo no indivíduo, mas sim variável e condizente com a circunstância vivida, sendo uma resposta a uma situação específica e particular. Os resultados da pesquisa de Rutter apontaram que os mesmos estressores desencadeavam diferentes respostas às situações de risco vividas pelas pessoas e que à medida que tais situações mudavam, alterava-se também o comportamento resiliente.

O conceito de risco é formado por um conjunto de âmbitos que envolvem a vida do indivíduo, como econômicos, sociais, físicos e psicoemocionais, vulnerabilizando-o e deixando-o a mercê de problemas. Mas, o fato desses fatores de risco serem indicadores de problemas, ou não, irá depender de como o sujeito submete-se a eles, dependendo do “comportamento que se tem em mente e dos mecanismos pelos quais os processos de risco operam seus efeitos negativos [...]” (YUNES; SZYMANSKI, 2001, p.24).

Segundo afirma Rutter (1999), o conceito de risco engloba indicadores e mecanismos, ambos distinguindo-se entre si, sendo o risco um processo de junção dessas variáveis e não, uma variável isolada. Cowan, Cowan e Schulz (1996), asseguram que os mecanismos de riscos são “[...] processos que ligam riscos às suas consequências, propiciando o entendimento na variabilidade destas consequências” (p.16). Esses autores afirmam que os mecanismos relacionam os riscos às consequências, operando em duas diferentes maneiras, como mediadores e moderadores. Temos como mecanismo mediador aquele que é dinâmico e não observável, já o moderador é modificador, mudando a direção entre a relação dos riscos e suas respectivas repostas.

Os riscos, além de serem formados por variáveis, também são flutuantes, modificando-se de acordo com acontecimentos vividos por cada um, tendo diferentes repercussões em repostas aos ocorridos da vida (YUNES; SZYMANSKI, 2001). Portanto, o que hoje pode ser considerando risco, amanhã talvez não o seja, pois para definir certo evento como risco teremos que avaliar todo o entorno da situação, considerando os fatores dependentes e as múltiplas facetas envolvidas em um determinado momento.

Ao relacionar a resiliência e os riscos e seus mecanismos, é possível afirmar que:

- 1) Ela não está relacionada ao fato de se evitar a vivência de experiências que incluam risco;
- 2) A forma de operação dos fatores de riscos pode ser desencadeada de diferentes formas, operando de maneiras diversas em fases específicas do desenvolvimento e,
- 3) O foco deve ser concentrado nos mecanismos de riscos, que representam o conjunto que os comportam e não nos fatores de riscos, pois, como citado anteriormente, os riscos e seus fatores são flexíveis e variáveis, sendo concordante com as situações e momentos da vida (YUNES; SZYMANSKI, 2001). Pelo exposto, podemos concluir que a resiliência seria justamente as repostas aos mecanismos de riscos, sendo uma repostas positiva diante de situações negativas. Por isso, vemos que os mecanismos de riscos não são eliminados, mas se fazem presentes e necessários na vida de uma pessoa resiliente, pois a construção das repostas positivas se faz em meio às situações que apresentam um determinado grau de risco, caracterizando-se como um processo de proteção em meio ao risco, que não o elimina, mas o inclui na experiência vivenciada.

Ao relacionar vulnerabilidade e resiliência, Hutz, Koller e Bandeira (1996 apud YUNES e SZYMANSKI, 2001, p.29) consideraram que,

no contexto dos estudos sobre resiliência, vulnerabilidade é um conceito utilizado para definir as susceptibilidades psicológicas individuais que potencializam os efeitos dos estressores e impedem que o indivíduo responda de forma satisfatória ao estresse.

Mas, pesquisas recentes estão mostrando que a vulnerabilidade pode ser consequente a fatores externos, como o ambiente familiar, a sociedade, a escola, o trabalho, entre outros grupos comunitários que compõem a vida dos indivíduos. Logo, tanto fatores genéticos, como externos são responsáveis pela vulnerabilidade (YUNES; SZYMANSKI, 2001).

Um dos meios que vulnerabiliza as pessoas ante as circunstâncias é o estresse, conceito novo que é não apenas abrangente, mas também muito presente na vida das pessoas. Hans Selye foi o primeiro a conceituar estresse, em 1936, nas ciências humanas. Quando se estuda sobre o conceito de risco, sempre acompanhando a ele está o de estresse.

O estresse é considerado como “uma relação particular entre a pessoa e o ambiente que é apreciado por ela como excedente aos seus recursos, o que coloca em perigo o seu bem-estar” (LAZARUS; FOLKMAN, 1984, p.19 apud YUNES, SZYMANSKI, 2001, p.30). Um termo que sempre é relacionado ao estresse é *coping*, sendo um antônimo ao seu significado.

O *coping* seria formado por estratégias e habilidades utilizadas no momento de estresse e tensão, sobressaindo determinadas situação com sucesso, ou seja, com respostas positivas mediante as demandas negativas, sendo resiliente. Yunes e Szymanski (2001) discutem, com base no referencial teórico de vários autores, que o *coping* pode dividir-se em:

1) *coping* antecipatório, que seria a elaboração de estratégias utilizadas pelo indivíduo antecipadamente, antes do surgimento da situação de tensão e estresse, usando dessas estratégias como forma de proteger-se de situações de risco;

2) a exclusão de hábitos ou comportamentos automáticos do domínio de *coping*, como sendo a retirada da frequência de hábitos sem reflexão, espontâneos, mas que não seriam adequados a determinadas circunstâncias de estresse e, por fim;

3) a visão de mundo, que pode ser considerada, neste caso, como os estilos e tipos de relacionamentos interpessoais e o cultivo pelo indivíduo antes da situação de estresse. Diante disto, o *coping* se enquadra em uma estratégia resiliente, pois evita desgaste emocional e físico frente às demandas da vida e suas situações de crise.

Os *buffers*, ou fatores de proteção, também fazem parte da composição do ser resiliente. Esses fatores de proteção ocorrem em situações estressoras, responsáveis por modificar a resposta do indivíduo diante desses momentos de estresse. Yunes e Szymanski (2001, p.38) advertem que,

[...] diante de uma situação estressora, os conceitos de proteção e vulnerabilidade podem aparecer de forma oposicional, como se fossem diferentes lados de uma mesma moeda, o que não quer dizer que “proteção” signifique “falta de vulnerabilidade”.

Os processos de proteção são os geradores de uma nova alternativa diante de um caminho perturbado por crise e estresse. A diferença entre os mecanismos de risco e os processos de proteção/vulnerabilidade está

[...] no fato de que o risco leva o indivíduo a apresentar desordens de diversos níveis, enquanto proteção/vulnerabilidade operam indiretamente com seus efeitos, apenas quando houver interação com as variáveis de risco (Idem, p.38).

Segundo Rutter (1987), os mecanismos que colaboram para a ocorrência de processos de proteção são: 1) redução do impacto de riscos, alterando a posição da pessoa diante da situação de estresse; 2) redução das ameaças negativas em cadeia; 3) estabelecimento e manutenção da autoestima e autoeficiência, com o trabalho de habilidades que resultem no sucesso e 4) criação de oportunidades, que gerem situações de reviravolta diante dos riscos apresentados.

## **METODOLOGIA**

O presente trabalho resulta de uma pesquisa teórica, originada a partir dos conhecimentos adquiridos na disciplina de Formação Humana e Inteligência Emocional, do

Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências e Matemática (PPGECM), da Universidade Federal de Pernambuco - Centro Acadêmico do Agreste. Ele resultou, portanto, de um conhecimento adquirido no período formativo da disciplina, no momento em que cada discente foi desafiado a escolher uma das temáticas trabalhadas para elaboração de um resumo expandindo. A escolha do tema “Resiliência” deu-se em virtude da importância que apresenta nos desafios enfrentados no dia a dia do docente. Ela trata, justamente, de sofrimentos e superações diante de situações estressoras, portanto, aponta possíveis soluções a essas situações, sendo considerada fundamental ao pleno exercício deste profissional.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante da discussão apresentada, como podemos relacionar a resiliência com a educação e com os profissionais atuantes nela? Castro (2001) afirma que existe um grande desafio a ser vencido pelos professores que iniciam a prática docente, pois:

[...] a complexidade da sala de aula, caracterizada por sua multidimensionalidade, simultaneidade de eventos, imprevisibilidade, imediaticidade e unicidade de respostas às inúmeras situações práticas, se constitui em sério desafio, que exige certa capacidade de enfrentamento por parte dos jovens professores iniciantes (p.117).

Fajardo (2015) enfatiza a importância desses desafios aos professores, porque servirá de incentivo à inovação, à disposição ao enfrentamento do estresse de forma positiva (resiliente), ao crescimento em meios às adversidades e à maturidade adquirida através das experiências que serão vividas. Mas é óbvio que a prática é bem mais amarga que a “doce teoria” e que resiliência é uma palavra fundante ao professorado para obterem um melhor desempenho e atuação cotidiana. Em seu livro “Resiliência e Educação: Exemplo das escolas do Amanhã”, a autora realiza uma série de pesquisas na região oeste do Rio de Janeiro, entrevistando um grupo de professores que trabalham em áreas de alto risco e violência, coletando uma série de dados.

A partir deles, a autora traça uma rede complexa de desafios à categoria docente em sua prática e desempenho de seu papel social. De início, a inexperiência é citada como um dos principais desafios aos professores iniciantes. Devido à inexperiência, muitos fantasiam o ambiente de sala de aula e, ao se depararem com a realidade, são tomados por um choque que inicialmente os desanimam. O apoio e a solidariedade dos companheiros de profissão são apontados como auxílios aos recém-professores, pois ao conhecerem as experiências de colegas mais experientes, o professor iniciante terá tais experiências como base de apoio para sua prática em sala de aula, pois comumente, no início de carreira, sentem-se sozinhos.

A importância do aconselhamento e repasse de experiências possui alto valor, além de ser uma dose animadora para os iniciantes, porque “talvez não exista forma mais eficaz de aliviar, do que estar em contato com outro ser humano que entende seu sofrimento e pode lhe transmitir a sensação de conforto” (FAJARDO, 2015, p.129).

Outra problemática encontrada na atividade docente é a superlotação das salas de aulas e a organização do tempo, já que ao lecionarem em grupo o professor precisa também levar em consideração a individualidade do aluno. Neste sentido, cada aluno terá dificuldades específicas e maneiras próprias de aprender e o professor deverá atentar-se a cada um de seus alunos, enxergando o individual, em meio ao coletivo. O tempo também é mais um desafio para o professor, porque além de organizar toda didática que será aplicada em de sala de aula, é necessário otimizá-lo para atender as dificuldades individuais. Turmas numerosas dificultam essa dinâmica e afetam a relação de professor e aluno e o processo de aprendizagem. Além das turmas serem numerosas, há, ainda, as multisseriadas, que são turmas com diferentes níveis de dificuldades (FAJARDO, 2015).

Uma dificuldade imposta pela atividade docente é considerada como “o desafio da falta de estrutura para trabalhar” (FAJARDO, 2015, p.139). Sabemos que tal questão também

atinge a ação docente, que por falta de estrutura, recursos e meios, acaba sendo afetada em sua prática, que perde em qualidade e potencialidade.

A falta de apoio dos pais é apontada também como um desafio, pois o professor não apenas relaciona-se com os alunos, mas também com os pais e, como sabemos, o apoio da família é um dos fundantes no processo de aprendizagem do aluno, contribuindo com grande percentual de seu desenvolvimento. Muitas vezes o professor se depara com alunos que vivem em delicadas circunstâncias familiares devido aos fatores socioeconômicos e de estrutura. Farjado (2015) afirma que “muitos problemas que enfrentam vão além do ambiente escolar, o que revela que suas ações ultrapassam suas atribuições como docente na transmissão do conhecimento, sobretudo a falta de cuidado, atenção e afeto por parte da família [...]” (p.145). Ou seja, a ação do professor alcança patamares maiores do que a originalmente imposta, mas sua limitação não deveria significar uma barreira para o alcance de sua prática na vida de seus discentes.

O salário do professor é mais um grande problema que a categoria enfrenta. O papel do professor, na atual sociedade, tem sido desvalorizado, e isso é perceptível, também, através do salário oferecido (FARJADO, 2015). Assim, com toda complexidade que permeia a profissão docente, o professor ainda precisa lidar com um salário que não abrange suas necessidades, tendo muita das vezes a necessidade de trabalhar em duas ou mais escolas para ter uma remuneração condizente a sua realidade.

Devido a todos esses fatores, tendo só citado só alguns, o estresse elevado é algo presente na docência. Pesquisas mostram que os professores estão quase duas vezes mais estressados que a população de São Paulo (FARJADO, 2015). Meleiro (2007) assegura que diversos trabalhos na literatura mundial têm considerado a docência como uma das profissões mais estressantes do momento. Dejours (1980) afirma que é a mesma é considerada uma profissão de sofrimento. Uma consequência disto é serem afetados pela síndrome de *Burnout*.

Para Boa Morte e Deps (2015), a síndrome de *Burnout* deriva do estresse ocupacional que afeta o desempenho docente, desencadeando problemas de saúde, resultando até no abandono da profissão. Tais fatores são um grande dilema na docência, pois muitas vezes o professor não recebe o devido apoio dos gestores e lida sozinho com seus problemas, mas é nesta instância que a resiliência faz toda diferença, pois os que possuem fortes características resilientes irão encarar dada situação como “[...] um incentivo e um desafio para que prossigam e consigam levar à frente sua missão” (FARJADO, 2015, p.145).

## CONCLUSÕES

Diante do que foi discutido, que posicionamento deveria ter o professor? Deixar abater-se mediante os desafios e problemas? Ou utilizar meios que o faça superar tais demandas? Essas respostas podem ser respondidas diante da citação de Nietzsche, utilizada por Viktor Frankl em seu livro “Em busca do sentido da vida” - quando afirma: “Quem tem por que viver aguenta quase qualquer coisa” (FRANKL, 1991, p. 48). Neste sentido, o propósito e o porquê do professor lecionar será sua força, seu baluarte. O sentido de estar ali, em uma sala de aula, enfrentando múltiplos problemas e desafios, sendo remunerado de forma injusta e desvalorizado socialmente é que moverá o docente a continuar em sua jornada profissional.

O sentido da vida, que Viktor Frankl defende em seu livro, é justamente o que faz com que alguém permaneça comprometido com o que se propôs, mesmo diante das adversidades, e a resiliência se aplica a isto, suportar as situações-problemas e não deixar “afogar-se, mas sim, reconstruir-se. Ser resiliente não é ser intocável e invencível como discutido anteriormente, mas é o como se posicionar diante dessas situações e também como sair fortalecido delas. Farjado (2015) destaca que “[...] a resiliência humana não se limita a uma atitude de resistência, mas exige e possibilita a construção e a reconstrução” (p.146).

O fato não está relacionado a fugir de determinados problemas, pois para a construção-reconstrução é preciso passar por certas situações, mas a grande questão é como se administra essas circunstâncias e, por meio da resiliência, conseguir enxergar certos momentos críticos como desafios e, por meio de estratégias, superar pontuais dificuldades, usufruindo dos mecanismos de proteção, das estratégias de *coping*, com vistas a responder aos mecanismos de riscos de forma positiva, favorável, potencializando sua resistência, lidando de modo mais saudável com a tensão, o estresse e a pressão.

## REFERÊNCIAS

- BRANDÃO, J. M.; MAHFOUD, M.; GIANORDOLI-NASCIMENTO, I. F. **A construção do conceito de resiliência em psicologia:** discutindo as origens. *Paidéia*, vol. 21, n.49, p. 263-271, 2011. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=305423783014>>. Acesso em: 28 de Maio de 2016.
- BOA MORTE, S.; DEPS, V. **Prevenção e Tratamento do Estresse e da Síndrome de Burnout em Professores da Rede Pública de Ensino.** *Revista Científica Interdisciplinar*, vol 02, nº 5, p. 2015. Disponível em: <<http://revista.srvroot.com/linkscienceplace/index.php/linkscienceplace/article/view/68>>. Acesso em: 05 de Junho de 2016.
- CASTRO, M.A.C.D. **Revelando o sentido e o significado da resiliência na preparação de professores para atuar e conviver num mundo em transformação.** TAVARES. J (Org). **Resiliência e Educação.** 2ª. Ed. São Paulo: Cortez, 2001, p. 115 – 126.
- CHAVES, A.L.G.L. **Resiliência e Formação Humana em Professores:** Em busca da Integralidade. Recife: Ed. Universitária da UFPE, 2011.
- COWAN. P. A; COWAN. P. C; SCHULZ. M. S. **Thinking about risk and resilience in families.** HETHERINGTON. E. M; BLEACHMAN. E. A (Org). **Stress, coping and resiliency in children and families.** Nova Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, 1996, p. 1 – 38.
- DEJOURS, C. **A loucura do Trabalho.** 5ª ed. São Paulo: Oboré, 1980
- FRANKL, V. **Em busca do sentido da vida:** Um psicólogo no campo de concentração. Petrópolis: Vozes, 1991.
- FAJARDO, I. N. **Resiliência e Educação:** Exemplo das Escolas do Amanhã. 1ª.ed. Curitiba: Annrís, 2015.
- MELEIRO, A.M.A.S. O stress do Professor. LIPP, M.E.N (Org.). **O stress do professor.** 5ª.ed. Campinas: Papirus, 2007, p. 11 – 28.
- TAVARES, J (Org). **Resiliência e Educação.** 2ª. Ed. São Paulo: Cortez, 2001.
- RUTTER, M. **Resilience concepts and findings:** implications for family therapy. *Journal of family therapy*, nº 21, 1999, p.44 -119.
- \_\_\_\_\_. **Psychosocial resilience and protective mechanisms.** *American Journal of Orthopsychiatry*, nº57,1987, p.31-316.
- STANCOLOVICH, E. **Resiliência:** vença o stress e controle a pressão antes que eles dominem você. São Paulo: Editora Ser mais, 2015.
- SCOTTINI, A. **Dicionário escolar língua portuguesa.** Blumenau: Todolivro editora, 2009.
- YUNES, M. A. M; SYMANSKI. H. **Resiliência:** noção, conceitos afins e considerações críticas. TAVARES. J (Org). **Resiliência e Educação.** 2ª. Ed. São Paulo: Cortez, 2001, p. 13 – 42.