

BEM-ESTAR NO AMBIENTE DE TRABALHO DO ADULTO

WELL-BEING IN THE ADULT WORKPLACE

Leticia Cardoso Oliveira Figueiredo ¹
Vanessa Nabas Esperança da Silva ²
Maria Eduarda Alcantara Nascimento ³
Rosali Gomes Araújo Maciel⁴

RESUMO

Este relato tem por objetivo apresentar resultados parciais do Projeto de Ensino e Extensão desenvolvido durante as aulas da disciplina Desenvolvimento Humano. Aborda a importância do bem-estar no ambiente de trabalho a partir da concepção de que ele é um fator crucial para saúde mental e física dos funcionários, além de contribuir significativamente para a produtividade e satisfação do trabalho. Ao compreender melhor as necessidades e preocupações dos funcionários, podemos desenvolver intervenções e políticas organizacionais que promovem o bem-estar, reduzindo o estresse e melhorando a qualidade de vida. Nesse sentido, esse projeto tem foco no corpo docente das escolas, sobre como cultivar uma cultura de apoio e respeito mútuo, resultando em benefícios, tanto para os funcionários quanto para a organização como um todo.

Palavras-Chave: Bem-estar, Ambiente de trabalho, Corpo docente

ABSTRACT

This report aims to present partial results of the Teaching and Extension Project developed during Human Development classes. It addresses the importance of well-being in the workplace based on the idea that it is a crucial factor for the mental and physical health of employees, in addition to contributing significantly to productivity and job satisfaction. By better understanding employee needs and concerns, we can develop interventions and organizational policies that promote well-being, reducing stress and improving quality of life. In this sense, this project focuses on teaching staff in schools, on how to cultivate a culture of support and mutual respect, resulting in benefits for both employees and the organization as a whole.

Keywords: Well-being, Work environment, Teacher

¹ Discente – Curso Psicologia – Centro Universitário de Barra Mansa (UBM), RJ. E-mail: lcardoso.chulz@gmail.com

² Discente - Curso Psicologia – Centro Universitário de Barra Mansa (UBM), RJ. E-mail: Vanessa.nabas@gmail.com

³ Discente - Curso Psicologia – Centro Universitário de Barra Mansa (UBM), RJ. E-mail: mariaeduarda.alcantara@gmail.com

⁴ Docente- Curso de Psicologia- Centro Universitário de Barra Mans (UBM), RJ. E-mail: rosaligam@yahoo.com.br

1 INTRODUÇÃO

Ao longo das últimas décadas, tem se tornado cada vez mais evidente que o estado emocional e físico dos educadores tem um impacto significativo na qualidade do ensino, no desenvolvimento dos alunos e no funcionamento das instituições de ensino.

Ao compreender a interconexão entre o bem-estar dos professores e o ambiente escolar, é possível desenvolver estratégias eficazes para promover uma educação mais saudável, equilibrada e produtiva para todos os envolvidos, destacando os diversos aspectos que tornam esse elemento, o bem-estar, essencial para o sucesso e o progresso tanto dos educadores quanto dos alunos.

2 DESENVOLVIMENTO

Entender que o professor precisa estar bem emocionalmente é uma das condições para ele transformar vidas por meio da educação é uma visão compartilhada por todos aqueles que se comprometeram com uma agenda de educação que não deixe ninguém para trás (Gatti, 2019).

Segundo uma pesquisa conduzida na Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), cerca de um terço dos professores que atuam na educação básica enfrentam a síndrome de burnout. Esse quadro é agravado por uma série de fatores, incluindo salários que não condizem com a realidade, a presença de violência nas escolas e a pressão constante por alcançar resultados.

Outra pesquisa realizada na Universidade de Groningen, na Holanda, acompanhou um grupo reduzido de 143 professores novatos ao longo de um ano e apontou que aqueles que lidam com estresse crônico podem ter dificuldades em estabelecer vínculos significativos, o que interfere no processo de aprendizagem e no desempenho dos alunos.

O estado emocional e físico dos educadores influencia diretamente sua capacidade de desempenhar suas funções de forma adequada. Professores que se encontram em condições de estresse crônico, ansiedade ou exaustão têm dificuldades em manter a clareza mental, a paciência e a criatividade necessárias para engajar os alunos de maneira efetiva (Gatti, 2019).

Para investigar os determinantes do bem-estar no ambiente de trabalho do corpo docente, serão utilizadas abordagens multidisciplinares. Inicialmente, será

realizada uma revisão bibliográfica abrangente sobre o tema, com foco nos fatores organizacionais, sociais e individuais que influenciam o bem-estar no trabalho dos professores nas escolas. Além disso, serão conduzidas oficinas presenciais, nas quais serão promovidas atividades como: Reflexão e debates, troca de experiências e técnicas de respiração e relaxamento.

A oficina proposta neste projeto servirá como uma oportunidade para os professores compartilharem experiências, aprenderem técnicas de autocuidado e desenvolverem estratégias para lidar com o estresse no trabalho.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto destaca a importância do bem-estar no ambiente de trabalho do corpo docente das escolas. Os resultados deste estudo contribuirão para o avanço do conhecimento acadêmico sobre o tema e fornecerão insights práticos para gestores escolares e profissionais de recursos humanos interessados em melhorar o bem-estar no ambiente de trabalho do corpo docente.

Espera-se que os resultados deste projeto inspirem ações concretas e positivas para melhorar as condições de trabalho dos professores e, conseqüentemente, o ambiente educacional como um todo.

REFERÊNCIAS

CARNEIRO, Laila Leite; BASTOS, Antônio Virgílio Bittencourt. **Bem-estar relacionado ao trabalho: análise de conceitos e medidas**. Arq. bras. psicol., Rio de Janeiro, v. 72, n. 2, p. 121-140, ago. 2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672020000200009&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 20 março de 2024.

Gatti, Bernardete Angelina **Professores do Brasil: novos cenários de formação**. Brasília: UNESCO, 2019. Disponível em : https://www.fcc.org.br/fcc/wp-content/uploads/2019/05/Livro_ProfessoresDoBrasil.pdf. Acesso em 15 de abril de 2024.

PAPALIA, Diane E; OLDS, Sally Wendkos; FELDMAN, Ruth Duskin..
Desenvolvimento humano. 10. ed. Porto Alegre: McGraw-Hill do Brasil, 2009.

O QUE É O BEM-ESTAR DO PROFESSOR? Disponível em:
<<https://www.amesuamente.org.br/blog/como-o-bem-estar-do-professor-influencia-a-escola/>> Acesso em: 20 de março de 2024.

Estudo aponta que um a cada três professores infantis tem burnout. Disponível em:
<<https://istoedinheiro.com.br/estudo-aponta-que-um-a-cada-tres-professores-infantis-tem-burnout/>> Acesso em: 20 de mar, 2024.