



Universidade Federal
de Campina Grande

Centro de Formação de Professores
Unidade Acadêmica de Educação
Campus de Cajazeiras - PB



UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
CENTRO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES
UNIDADE ACADÊMICA DE EDUCAÇÃO

ARYMAELYDA ARYELY RICARTE MOREIRA

**ADOCIMENTO E SAÚDE DOS PROFESSORES EM CONTEXTO PANDÊMICO:
REFLEXÕES SOBRE OS CONTRIBUTOS DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL**

CAJAZEIRAS/PB

2022

ARYMAELYDA ARYELY RICARTE MOREIRA

**ADOCIMENTO E SAÚDE DOS PROFESSORES EM CONTEXTO PANDÊMICO:
REFLEXÕES SOBRE OS CONTRIBUTOS DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Licenciatura em Pedagogia, do Centro de Formação de Professores, da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito parcial para obtenção do Grau de licenciada em Pedagogia.

Orientadora: Profa. Maria Gerlaine Belchior Amaral, PhD.

CAJAZEIRAS/PB

2022

M838a Moreira, Arymaelyda Aryely Ricarte.
Adoecimento e saúde dos professores em contexto pandêmico:
reflexões sobre os contributos da Inteligência Emocional /Arymaelyda
Aryely Ricarte Moreira. - Cajazeiras, 2022.
48f.
Bibliografia.

Orientador: Profa. Dra. Maria Gerlaine Belchior Amaral.
Monografia (Licenciatura em Pedagogia) UFCG/CFP, 2022.

1. Inteligência Emocional. 2. Docentes - saúde. 3. Saúde emocional.
4. Pandemia. 5. Saúde mental. I. Amaral, Maria Gerlaine Belchior. II.
Universidade Federal de Campina Grande. III. Centro de Formação de
Professores. IV. Título.

UFCG/CFP/BS

CDU – 813.86

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação - (CIP)
Josivan Coêlho dos Santos Vasconcelos - Bibliotecário CRB/15-764
Cajazeiras - Paraíba

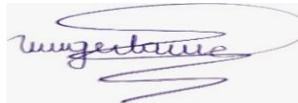
ARYMAELYDA ARYELY RICARTE MOREIRA

**ADOCIMENTO E SAÚDE DOS PROFESSORES EM CONTEXTO PANDÊMICO:
REFLEXÕES SOBRE OS CONTRIBUTOS DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL**

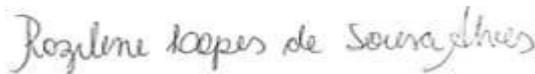
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Licenciatura em Pedagogia, do Centro de Formação de Professores, da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito parcial para obtenção do grau de licenciada em Pedagogia.

Aprovado em: 18.08.2022

Banca Examinadora



Profª. Dra. Maria Gerlaine Belchior Amaral – UFCG/CFP/UAE
Orientadora



Profª. Ma. Rozilene Lopes de Sousa – UFCG/CFP/UAE
Examinadora Titular



Prof. Dr. José Rômulo Feitosa Nogueira – UFCG/CFP/UAE
Examinador Titular

Profª. Dra. Edinaura Almeida de Araújo – UFCG/CFP/UAE
Examinadora Suplente

A Deus, por me dar forças para seguir em frente na caminhada acadêmica.

À minha família, em especial aos meus pais que nunca mediram esforços para que eu chegasse até onde cheguei.

AGRADECIMENTOS

A Deus, por me dar forças para seguir em frente na caminhada acadêmica.

Agradeço infinitamente aos docentes que oportunizaram um amplo saber pedagógico, a todos
minha eterna gratidão!

Aos colegas pelo companheirismo que tivemos durante todo o curso, em especial *Anne
Caroliny, Anderson Luna, Kethley Horranna, Ismael Alves*, entre outros.

Aos meus familiares que me incentivaram grandemente na jornada acadêmica, agradecendo a
minha mãe *Francisca Ricarte* minha maior incentivadora, meu pai *José Arimateia Braga*,
meu irmão *Arymaelyson Aryano*, minhas sobrinhas *Ana Cecilia, Maria Livia* e sobrinho
William Levy, às minhas primas *Barbara Ricarte e Thamyres Ricarte* que foi meu porto
seguro no momento que mais precisei, e ao meu namorado *Petrus Andrade* por se fazer
sempre em minha vida.

À Profa. *Dra. Maria Gerlaine Belchior Amaral*, por toda paciência e zelo para comigo
durante todo esse período de orientação do Trabalho de Conclusão de Curso.

O meu muito obrigada a todos(a)!

“Transforme suas emoções em motivações.

Evolua e corra atrás dos seus sonhos,

eles são totalmente seus”

Aryely Ricarte

RESUMO

O ser humano necessita desenvolver várias habilidades para viver em sociedade, e uma delas é a Inteligência Emocional (IE), sendo esta habilidade amplamente discutida nos grandes congressos nacionais e internacionais. A IE oportuniza instigar a capacidade que o ser humano tem de lidar com suas emoções e transformá-las em pontos positivos. Neste estudo, a IE está voltada aos docentes, partindo do contexto da melhoria da saúde emocional com contributos da Inteligência Emocional. Seu objetivo foi refletir sobre o processo de adoecimento e a promoção da saúde emocional dos docentes no contexto da Covid-19, que por sua vez desencadeou um notório abalo na saúde emocional dos docentes durante este período pandêmico, motivo este que justifica uma investigação com vistas a uma produção acadêmica. Quanto ao percurso metodológico tratou-se de uma pesquisa de campo com caráter exploratório e abordagem qualitativa, sendo realizada uma roda de conversa, orientada por um roteiro com perguntas sobre a temática focaliza. A roda de conversa foi desenvolvida com professoras da Educação Infantil da escola Brincando e Aprendendo, localizada na cidade de Cajazeiras -PB. Quanto aos achados deste estudo, concluiu-se que a Inteligência Emocional deve ser trabalhada em âmbito escolar, para que possamos desconstruir paradigmas sobre a saúde emocional do educador e, assim, perceber os benefícios alcançados com a prática da Inteligência Emocional no cotidiano escolar. Outro ponto a ser destacado é que o diálogo realizado na roda de conversa proporcionou aos entrevistados obter conhecimento sobre a temática.

Palavras-chave: Inteligência Emocional; Docente; Pandemia; Promoção da Saúde Mental;

ABSTRACT

Human beings need to develop several skills to live in society, and one of them is Emotional Intelligence (EI), and this skill is widely discussed in major national and international congresses. The EI provides the opportunity to instigate the human being's ability to deal with their emotions and transform them into positive points. In this study, the EI is aimed at teachers, starting from the context of improving emotional health with contributions from Emotional Intelligence. Its objective was to reflect on the process of illness and the promotion of the emotional health of teachers in the context of Covid-19, which in turn has become notorious for the impact on the emotional health of teachers during this pandemic period, a reason that justifies an investigation. with a view to academic production. As for the methodological approach, it was a field research with an exploratory character and a qualitative approach, with a conversation circle followed by a script with programmed questions developed with teachers of Early Childhood Education at the Brincando e Aprendendo school, located in the city of Cajazeiras- PB As for the findings of this study, it is concluded that Emotional Intelligence should be worked on in the school environment, so that we can deconstruct paradigms about the emotional health of the educator and, thus, perceive the benefits achieved with the practice of Emotional Intelligence in the school routine, as well as provided the interviewees to gain knowledge on the subject.

Keywords: Emotional intelligence; teacher; Pandemic; Mental Health Promotion;

LISTA DE SIGLAS

BNCC	Base Nacional Comum Curricular
ERE	Ensino Regular Emergencial
IE	Inteligência Emocional
MEC	Ministério da Educação e Cultura
MS	Ministério da Saúde
OMS	Organização Mundial da Saúde
RAM	Registro Automático da Memória
SEECT-PB	Secretaria da Educação e da Ciência e Tecnologia da Paraíba
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

LISTA DE QUADROS E FIGURAS

Quadro 1 – Quadro referente a primeira questão da entrevista semiestruturada.....	33
Quadro 2 – Quadro referente a segunda questão da entrevista semiestruturada	35
Quadro 3 – Quadro referente a terceira questão da entrevista semiestruturada	37
Quadro 4 – Quadro referente a quarta questão da entrevista semiestruturada	38
Figura 1 – Ilustração da roda de conversa	Error! Bookmark not defined.
Figura 2 – Escola Brincando e Aprendendo Tia Ju	31

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
2 EDUCAÇÃO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: O ENSINO REMOTO E A EXAUSTÃO DOCENTE	14
3 O ADOECIMENTO E A PROMOÇÃO DA SAÚDE FÍSICA E MENTAL DOS DOCENTES DURANTE E APÓS A COVID-19	17
4 A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS DOCENTES: CONTRIBUIÇÕES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL	21
4.1 Inteligência Emocional nas Relações Interpessoais	23
4.2 Analfabetismo Emocional	25
5 PERCURSO METODOLÓGICO	27
5.1 Caracterização da pesquisa	27
5.2 Instrumentos de Produção de Dados	28
5.2.1 Roda de Conversa	28
5.2.2 Contextualização da pesquisa	30
6 RESULTADOS E DISCUSSÕES	33
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	41
REFERÊNCIAS	42
APÊNDICES	45
APÊNDICE A – Perguntas Sobre a Pesquisa	46
APÊNDICE B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)	47

1 INTRODUÇÃO

A Inteligência Emocional (IE) é uma temática imprescindível, e atualmente discutida em todo o mundo, contextualizada principalmente neste tempo pandêmico o qual vivenciamos. Falar sobre Inteligência Emocional ou a ausência desta durante a pandemia. Trazer à tona as questões que favorecem ao adoecimento físico e emocional de todos, sobretudo na área educacional tanto de estudantes, quanto de professores.

Partindo da reflexão de como esteve e está a saúde emocional do educador durante a pandemia da corona vírus, surgiu a motivação para estudo dessa temática de modo mais sistematizado, buscando observar de que forma o/a professor/a pode melhorar sua saúde emocional através de metodologias que são desenvolvidas com a inteligência emocional.

Nos encontros informais com alguns professores, identificamos em suas falas preocupações, inquietações e questionamentos acerca do ensino durante a pandemia. De que forma toda essa pressão psicológica vem afetando a vida do educador, trazendo medos e inseguranças mediante o trabalho docente, é esse questionamento que fazemos na identificação e busca do objetivo desta pesquisa.

Levando em consideração os desafios enfrentados pelos docentes durante a pandemia, percebe-se que muitas são as queixas apresentadas por eles, os desencadearam o sofrimento emocional e o adoecimento físico e mental dos educadores. Murta (2001) se expressa nos seguintes termos:

É minha hipótese que o sofrimento dos professores, as suas queixas frequentes quanto ao insuportável trabalho docente e, no limite, o seu adoecimento expressam, sintomaticamente, a situação de abandono em que se encontra a escola; sugerem uma certa desistência da educação enquanto projeto de preparação de crianças e jovens para que encontrem o seu lugar no mundo adulto. Desistindo da realização do projeto educativo, os professores, na verdade, estariam se demitindo de sua posição de educador e, em decorrência, renunciando ao ato educativo. (MURTA, 2001).

Todavia, mesmo com os desafios que podem ser vistos de certa forma como algo positivo para o crescimento profissional do docente, a falta de autocontrole ou o autoconhecimento emocional dos docentes podem acarretar sérios problemas psicológicos para eles, como por exemplo a Síndrome de Burnout, a depressão, ansiedade, que são doenças psicossomáticas que afetam de forma brusca este público-alvo.

A exemplo temos a Síndrome de Burnout que para Maslach e Goldberg, trata-se de um conjunto de sintomas caracterizado por sinais de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional em decorrência de uma má adaptação do indivíduo a um

trabalho prolongado, altamente estressante e com grande carga tensional Maslacha (1998). Para tanto, inúmeros desses sintomas estão interligados à qualidade de vida do educador mediante a valorização da sua saúde emocional.

Mas, qual seria a contribuição da inteligência emocional na vida dos docentes em tempos de Covid-19, na promoção da saúde emocional, como anda a saúde mental do professor atualmente, de que forma o educador busca diminuir os impactos mentais provocados pela pandemia, e como promover a saúde mental dos docentes durante e após a pandemia. Muitas são as inquietações para esta pesquisa a qual tem um caráter considerável para toda comunidade acadêmica em forma de estudo sobre a inteligência emocional.

Esta pesquisa tem por objetivo geral refletir sobre o processo de adoecimento e a promoção de saúde emocional dos professores no contexto da pandemia da Covid-19. Os objetivos específicos são: conhecer as contribuições da Inteligência Emocional para a promoção da saúde mental do educador, citar os contributos da Inteligência Emocional nas relações interpessoais e investigar os saberes docentes acerca da Inteligência Emocional.

Quanto à estrutura a pesquisa aborda em seu primeiro tópico fala sobre a educação em o período da Covid-19, em seu segundo tópico o adoecimento e a promoção da saúde física e mental dos docentes em tempos de pandemics, o terceiro a promoção da saúde mental dos docentes e os contributos da Inteligência Emocional, tendo como subtópicos Inteligência Emocional nas relações interpessoais e analfabetismo emocional, trazendo algumas concepções de autores como Goleman, Cury, Araújo, Andrade, Moura, Murta, Saraiva, e além dos autores também foram consultados documentos do Ministério da Saúde e da Organização Mundial da Saúde.

2 EDUCAÇÃO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: O ENSINO REMOTO E A EXAUSTÃO DOCENTE

Neste capítulo discorreremos acerca da educação no período pandêmico, de que forma a pandemia afeta/afetou a educação, como se deu o ensino remoto neste período e a exaustão docente mediante as mudanças no ensino.

Com o início da pandemia as aulas presenciais foram sendo substituídas por aulas remotas, sendo lecionadas através de ferramentas tecnológicas que possibilitaram uma aproximação de forma virtual entre os professores e os alunos, mesmo que muitos não tivessem todo esse aparato tecnológico para assistirem as aulas on-line, os educadores tentaram viabilizar a melhoria do ensino neste período.

Cerca de 5 meses após o início da pandemia, a educação precisava voltar à ativa, estávamos todos apreensivos, os pais, professores e alunos sem saber o que iríamos fazer para que a educação não ficasse estática, tanto dentro como fora do Brasil.

As atividades foram voltando ao seu “normal,” aos poucos. Com isso houve a possibilidade de aulas remotas, metodologia que já era utilizada mediante outro termo conhecido por nós como educação à distância. Em parte, resolveria alguns de nossos problemas, poderíamos rever quem tanto amamos, nossos colegas, professores, alunos. Foi assim, sendo um processo desafiador, mas aconteceu mesmo que distante a educação voltaria aos poucos a seguir seu caminho.

A paralisação das atividades nas escolas e universidades não significou, um período de folga para professores e alunos. Houve a suspensão das atividades presenciais na rede pública e privada efetivamente, que se traduziu na suspensão das atividades de ensino, ainda que em muitas não houvesse um rompimento definitivo das aulas por um longo período, havendo assim atividades remotas.

Vários setores determinaram que as atividades presenciais deveriam ser realizadas em casa por meio de ferramentas e instrumentos digitais, sendo ministradas em um modelo de educação remota enquanto durasse a crise sanitária e por tempo indeterminado, tão decisão foi subsidiada pelo Ministério da Educação (MEC) e passou a ser realidade por muito tempo em nosso País.

A preservação de nossas vidas está em primeiro lugar, Eizerik (2020), ressalta que:

O importante nesse momento é a preservação da vida. “Tão logo se normalizem as atividades presenciais, as instituições irão trabalhar na oferta e revisão dos conteúdos que não foram aprendidos pelos alunos” comenta. (EIZERIK, 2020, p.12).

Salvar vidas passou a ser prioridade, assim, o ano letivo de 2020 mal teve seu início no Brasil e as aulas presenciais foram suspensas por causa da Covid-19. No Brasil, como em outras partes do mundo, os alunos tiveram que ser afastados das salas de aula, rotinas foram modificadas, para todas as partes: família, escola e sociedade em geral. No entanto, não significaria que os discentes se afastariam de vez da escola apenas por períodos determinados até a diminuição de casos e isso foi que aconteceu.

A educação remota passou a ser a única forma de manter aulas mesmo que a distância, por intermédio de ferramentas digitais que possibilitaram aos alunos e professores compartilharem vivências por meio da internet. Cabe pontuar que muitos alunos não tinham esse acesso a essas plataformas digitais, o professor deveria se encarregar de planejar recursos metodológicos para que esses alunos não ficassem sem aula, ou mesmo sem atividades.

Para Ely (2020, p 23), há um consenso entre especialistas que o ensino remoto não substitui o presencial, mas, ao menos, contribui para minimizar os danos causados pela suspensão das aulas. Para o diretor de políticas públicas do *Todos Pela Educação*, Olavo Nogueira Filho, o afastamento do ambiente escolar deixará sequelas que precisam ser amenizadas mesmo à distância.

Ao transcorrer do tempo, inúmeras dúvidas foram lançadas por meio da pandemia na sociedade atual. Como nossas vidas mudaram de forma brusca e repentina, no entanto, aos poucos tentamos nos adaptar a vidas isoladas, ou até mesmo um simples uso de uma máscara ao sair de casa, não somente a nossa saúde física foi afetada mais também nossa saúde mental e psicológica.

Trazendo para o cotidiano de uma sala de aula, a educação remota trouxe aos docentes inúmeras bagagens de stress, medo, ansiedade, entre problemas psicológicos e transtornos na vida pessoal e profissional de cada um deles, enfrentar uma nova realidade não é fácil para ninguém, mudar hábitos, costumes, ensinar remotamente é um desafio difícil de ser nominado.

À vista disso, alguns docentes passaram a realizar suas atividades acadêmicas de forma atípica por meio de aparatos tecnológicos e plataformas digitais, sem uma formação adequada para esse trabalho. Mas, a situação obrigou esses profissionais a se adaptarem ao um novo formato de ensino, onde antes tudo era tangível, tornou-se um mundo virtual até mesmo no trabalho, tendo que improvisar um espaço em suas casas para que pudessem levar um conteúdo de qualidade a todo alunado.

Lecionar na pandemia não é somente temeroso, foi também um desafio árduo e em alguns momentos gratificante, muitas vezes cansativo para muitos profissionais que já estão

com uma idade avançada. Quem tem um pouco mais de conhecimento sobre ferramentas digitais conseguiu se sobressair melhor, contudo, renovar-se é bastante audacioso neste período pandêmico.

Para Andrade 2020, as novas expressões do trabalho remoto em escolas básicas de ensino particular, da qual o ensino remoto é o exemplo mais atual, apenas ratifica a lógica de grupos econômicos que empreendem conglomerados de escolas privadas e apostam em estruturas de ensino de baixo custo econômico, por meio da combinação entre o uso excessivo de Tecnologias da Informação e Comunicação (trabalho remoto) e a redução ao limite do quadro de professores e professoras.

Para tanto, o remoto tornou-se o nosso cotidiano não somente na educação, mas em todo o contexto mundial, no qual nos permitimos viver um dia de cada vez tentando sobreviver em meio ao caos de medo e insegurança.

O ensino remoto foi aos poucos deixados de lado com a diminuição dos casos da Covid-19. Como exemplo no ano de 2022 temos o estado da Paraíba, que segundo a Secretaria de Estado da Educação e da Ciência e Tecnologia da Paraíba (SEECT-PB) as aulas presenciais retomaram na segunda-feira (11) de abril de 2022, 100% presenciais, retomando o ensino presencial de forma gradativa, tomando todos os cuidados necessários para a volta as aulas, o que já se era esperado por todos. (SEECT-PB, 2022).

Ainda segundo a SEECT-PB, essa nova etapa de flexibilização foi possível em virtude do avanço da vacinação da população paraibana que atingiu coberturas de primeiras doses ultrapassando 85,19% e de segundas doses com mais de 79,07%, colocando a Paraíba entre os três estados com maior índice de imunização do Brasil. (SEECT-PB 2022). Contudo, a volta às aulas só se tornou possível mediante a vacinação em massa dos profissionais de educação, bem como, dos alunos, tornando o retorno às aulas presenciais uma realidade no Brasil.

3 O ADOECIMENTO E A PROMOÇÃO DA SAÚDE FÍSICA E MENTAL DOS DOCENTES DURANTE E APÓS A COVID-19

Neste capítulo falaremos a respeito do adoecimento e da promoção da saúde física e mental dos docentes mediante a fase pandêmica, bem como a pandemia da Covid-19 afetou/afeta a promoção da qualidade de vida dos educadores.

O período pandêmico veio se arrastando desde 2019 até os dias atuais, pouco sabe ainda sobre está devastadora crise na saúde mundial, econômica, e social, tratando-se da pior crise global após a segunda guerra mundial. Segundo o Ministério da Saúde, a Covid-19 é uma doença Infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global. (BRASIL, 2021).

Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), são mais de cerca 643 mil mortos somente no Brasil, essa doença vem se desenvolvendo por todo mundo e criando inúmeras variantes as quais conseguem chegar até em lugares mais longínquos como tribos indígenas ou lugares distantes. Todavia, como falar de educação em meio ao caos econômico e social que estamos passando, façamos esse questionamento para nos aprofundarmos mais sobre o adoecimento e a promoção da saúde dos docentes durante a Covid-19.

Desse modo, convém pontuar que a profissão de professor é umas das mais antigas, exige-se um preparo físico, emocional é cultura para que seja desempenhada com êxito. No entanto, com a chegada de uma pandemia os docentes foram sendo postos em uma demanda de trabalho atípica do “normal”, uma sobrecarga de novas informações e um turbilhão de sensações, que antes não era visto no seu cotidiano.

Com o início da pandemia o docente passou a ser mais cobrado mediante o método de ensino remoto, sendo-lhe atribuído diversas atividades as quais não eram incumbidas anteriormente. Com isso, o docente teve que se reinventar para tentar conduzir as aulas de forma humanizadora a todos, mesmo em meio as adversidades do tempo vivido.

De acordo com Behar (2020, p.1), o ensino remoto, denominado por Ensino Remoto Emergencial (ERE) por ter sido evidenciado no contexto da pandemia, refere-se a “uma modalidade de ensino que pressupõe o distanciamento geográfico de professores e alunos e foi adotada de forma temporária nos diferentes níveis de ensino por instituições educacionais do mundo inteiro para que as atividades escolares não fossem interrompidas.

No entanto, o ensino remoto veio para tentar diminuir os impactos na educação em tempos pandêmicos, como forma de incentivar o estudo mesmo à distância, onde os educadores, bem como, os alunos tiverem que se adequar a essa nova realidade. E, como resultado a

exaustão do docente tornou-se notória mediante as muitas funções desempenhadas por esses profissionais.

Antes, o docente tinha todo um preparo para o ensino presencial e era acostumado com a forma de trabalho, mas, de forma brusca teve que mudar sua rotina para se adequar a esse momento pandêmico, mesmo com todas as ferramentas existentes em 2020 para o ensino remoto, alguns não conseguiram acompanhar esse ritmo de trabalho.

Os educadores que antes apenas utilizavam uma lousa, um livro, um giz se deparam com o grandioso mundo da internet, que emanam diversas possibilidades no preparo das aulas. É um relato recorrente dos docentes de mais idade que estiveram em exercício durante a pandemia, que a atualização foi um caminho árduo para tentar se adaptar a esse novo modelo educativo mundial em caráter emergencial.

Com esse novo “normal” pandêmico, o docente passou a ser um dos pontos primordiais a serem discutidos, havendo a necessidade de uma reorganização e um intenso processo formativo deles nas instituições escolares públicas e particulares no Brasil. A preocupação com a saúde física e mental destes profissionais teve um olhar mais crítico aprofundado.

Simons; Masschelein (2011), ressaltam que é preciso inventar estratégias que consigam transferir seu funcionamento adentro da casa de estudantes e professores. E foi isso que aconteceu neste tempo, muitos professores se reinventaram e buscaram novas formas de ensino para que os alunos que não tinha acesso direto a internet não se prejudicassem e conseguissem assim, minimizar os impactos da pandemia no ensino.

Mediante o exposto, as escolas deveriam orientar seus professores a buscarem novas estratégias, tendo em vista que, como mostra a empiria desta pesquisa, a maior parte da responsabilidade em lidar com essa questão foi delegada aos docentes, de modo individualizado. Para Saraiva; Traversini e Lockmann (2020):

A docência nos tempos de pandemia é uma docência exausta, ansiosa e preocupada. Que quer acertar, mas que avança no meio da incerteza e da adversidade – e que não tem a menor ideia do caminho. Como todos, os professores estão imersos em uma névoa e seguem através dela, buscando fazer o melhor, mas sem garantias.

Outro ponto que precisa ser discutido é o adoecimento do docente por essa sobrecarga durante o período de Corona Vírus. Além do medo do adoecimento pelo vírus houve outros fatores que contribuíram para o emaranhamento da saúde física e mental do docente.

De acordo com a psicóloga Tânia Maria de Araújo, o adoecimento mental na categoria não é de hoje, e tem se agravado cada vez mais. “Na última década, houve um aumento de

200% no afastamento do trabalho por transtornos mentais e comportamentais. Os professores podem adoecer por distúrbios osteomusculares, agravo de voz e transtornos mentais (depressão, esquizofrenia, transtorno bipolar, ansiedade, transtorno delirante, entre outros). Isso tem a ver com a organização do trabalho”, revela. (ARAÚJO, 2020).

Araújo (2020), também ressalta que, estudos mostram a relação da produção contínua do hormônio do estresse (cortisol) com doenças cardiovasculares, baixa imunidade, hipertensão e outras doenças mentais. A autora chama atenção e, faz um alerta: os professores estão suscetíveis ao adoecimento em massa. Um adoecimento que pode levar o docente ao afastamento de sala de aula, sobretudo pela sobrecarga vivenciada neste período.

O adoecimento mental dos professores no período pandêmico é preocupante, muitos são os sentimentos que estão envolvidos neste processo, como a tristeza, a ansiedade, medo, o receio, a raiva, a angústia, entre outros. O docente acaba ficando sobrecarregado com a demanda e atividades que eram propostas para sala de aula, que hoje são voltadas para as ferramentas digitais, e com isso necessita de um maior empenho para que consiga desenvolver bem sua função na sociedade.

Com isso, o adoecimento, o cansaço físico e mental, se agravam de forma alarmante no meio educacional. A Organização Mundial da Saúde (OMS), vem trazendo à tona o adoecimento psíquico docente desde 1985 em suas publicações, o qual leva ao desgaste mental que pode ser definido como a perda da capacidade potencial e/ou efetiva corporal e, psíquica resultante do processo de adaptação dos trabalhadores frente às demandas e interações decorrentes de suas funções (LAURELL; NORIEGA, 1989; SELIGMANN-SILVA, 2011).

Nessa mesma perspectiva Zaidan e Galvão (2020, p. 264): advertem que,

Professoras e professores experimentaram uma mudança brusca em suas rotinas, que se caracteriza pela penetração insidiosa do trabalho em todos os espaços e momentos de seu cotidiano, não importando que seus empregadores (o governo ou os donos de escola) não lhes tenham garantido estrutura para o teletrabalho.

Com ênfase no público-alvo desta pesquisa podemos perceber que o adoecimento físico e mental em docentes da Educação Infantil, é um elemento a ser tratado e, levado em consideração as especificidades em que eles enfrentam junto aos educandos em fase inicial da educação, os quais são mais receptivos às questões socioemocionais.

Como sabemos as crianças em idade pré-escolar e escolar, requerem dos professores uma atenção redobrada, com isso o docente teve que se multiplicar ampliando o leque de possibilidades para que a rotina mudasse, utilizando novos recursos que antes não eram

utilizado, como exemplo tivemos vídeos aulas gravadas para crianças ou aulas online onde os pais tentaram acompanhar com os filhos, tornando-se um desafio para todos envolvidos neste processo educacional, tanto a família quanto a escola se dispuseram a trazer melhorias para o ensino infantil.

A pandemia veio revelar novos desafios aos professores em meio ao caos social em que vivemos neste período difícil para todos que é a pandemia da Covid-19. Essas novas dinâmicas de trabalho sobrecarregaram e prejudicaram o docente, sobretudo em sua saúde mental, no tocante ao seu esforço ampliado para levar a educação a lugares mais longínquos, lidar com situações adversas ao seu cotidiano e principalmente, o medo do adoecimento físico por conta do vírus que, alastrou em todo o mundo.

Façamos o seguinte questionamento, como fica o sentimento dos professores mediante essa pandemia? Um estudo chinês revela que inúmeros docentes têm adoecido mentalmente pela Covid-19, manifestando-se por meio de Transtorno Depressivo Leve, Transtorno Afetivo Bipolar, Ansiedade Generalizada, Transtorno de Adaptação e Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional (WANG; 2020).

Assim, percebemos que esse contexto revela os professores estão inseridos em um ambiente propício ao adoecimento mental, impulsionado pelos impactos da Covid-19, seja pelas notícias jornalísticas de morbimortalidade, seja pelas pressões oriundas das instituições de ensino superior, relacionadas ao uso das tecnologias digitais, somadas a sua vida conjugal, materna e doméstica e tantas outras atribuições que lhes são conferidas (SHAW, 2020).

Para tanto, o educador necessita do ato de cuidar, do cuidar do corpo e da mente, com um olhar diferente, observando quais aspectos o incomoda em sua rotina de trabalho, para que ele consiga pôr em prática algumas técnicas de autocuidado, resultando na melhoria da sua qualidade de vida.

4 A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS DOCENTES: CONTRIBUIÇÕES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Neste capítulo trazemos uma discussão acerca da temática proposta para esta pesquisa que tem como tema a contribuição da inteligência emocional na promoção da saúde mental dos educadores em fase de pandemia, enaltecendo a IE como ferramenta de autocuidado e autoconhecimento.

Aprender a lidar com nossas emoções é essencial, saber controlar nossos impulsos e ordenar as nossas atitudes de forma que sejam positivas e benéficas para um bem comum e coletivo é essencial. Para que haja resultados temos que desenvolver uma ferramenta que promova o cuidado com a saúde emocional, essa ferramenta é conhecida como Inteligência Emocional, mas o que seria a IE?

Segundo Goleman a Inteligência Emocional é a capacidade de uma pessoa de gerenciar seus sentimentos, de modo que eles sejam expressos de maneira apropriada e eficaz. (GOLEMAN, 1995).

Goleman 2011, em seu livro Inteligência Emocional nos mostra que a IE é uma aptidão inerente a todo ser humano que precisa ser desenvolvida ao longo da vida. E diz mais [...]

O impulso é o veículo da emoção; a semente de todo impulso é um sentimento explodindo para expressar-se em ação. Os que estão à mercê dos impulsos – os que não têm autocontrole sofrem de uma deficiência moral. A capacidade de controlar os impulsos é a base da força de vontade e do caráter. (GOLEMAN, 2011).

Saber se controlar, e controlar suas emoções para gerem ações benéficas a si a outrem é a da base da IE, trazendo benefícios como a melhoria da produtividade, o aumento do foco e a concentração no que realmente importa, desenvolve um autocontrole nas relações interpessoais, e firma objetivos.

A Inteligência Emocional está ligada a diversos aspectos, como na escolha da sua carreira profissional, na sua vida amorosa, no seu trabalho, nas relações interpessoais, entre outros. A IE é a forma de como você trabalha sua mente para lidar com tomadas de decisões, e atitudes, como você consegue gerir seus pensamentos e trabalhá-los da melhor forma possível.

Para desenvolver a IE Goleman (1995), traz 5 pilares fundamentais: o primeiro, é o autoconhecimento emocional: conhecer, reconhecer e analisar as próprias emoções é sendo o primeiro passo para observar as ações e atitudes decorrentes do impulso que certos sentimentos podem despertar.

O segundo é o controle emocional: lidar com os próprios sentimentos é aprender a adequar os sentimentos em cada situação apresentada. Tentar enxergar o lado positivo e manter um pensamento otimista fará toda a diferença para alcançar o equilíbrio. O terceiro é a automotivação: a capacidade de orientar as emoções em função de um objetivo ou realizações pessoais. O processo de ansiedade, estresse e outros sentimentos que não incentivam a boa conduta pode impedir o seu progresso e a sua concentração. Seja paciente e tente dirigir os estímulos numa condução de bons pensamentos.

O quarto é reconhecer as emoções em outras pessoas: colocar-se no lugar do outro abre caminho para que possamos trabalhar a sensibilidade e a empatia. Todos possuem sentimentos e emoções, de diferentes intensidades e em diferentes momentos. E o quinto é o relacionamento interpessoal: manter uma boa relação com outros indivíduos é uma habilidade que utiliza competências sociais como base. (GOLEMAN 1986).

Considerar estes 5 pilares contribui para uma inteligência emocional significativa a ser promovida através de estratégias que levam a melhoria da qualidade de vida de cada pessoa, seja na parte física como também na mental, levando a situações de bem-estar pessoal e coletivo.

Para Barbosa (2020), todos os nossos resultados somos nós que determinamos através de nosso empenho e dedicação. Não se limitar a algo e não se prender ao que não lhe faz bem é fundamental para conseguir desenvolver a Inteligência Emocional. Saber controlar as emoções é necessário, pois a força do pensamento gera emoções ruins e, em seguida resulta comportamentos ruins, gerando pensamentos destrutivos. Mas, ao contrário, também, é verdadeiro, uma visão positiva de futuro que faz o cérebro produzir uma boa química.

Cury (2018) afirma que a humanidade tem desencadeado um transtorno psiquiátrico bem mais cedo do que antes. No mundo todas as pessoas estão asfixiando seu prazer de viver e abrindo janelas traumáticas porque não sabem realizar uma boa gestão das emoções.

Ainda segundo Cury (2018), as pessoas não amadurecem com o passar dos anos por causa dos seus medos e decepções, elas amadurecem por causa do fenômeno Registro Automático da Memória (RAM), fenômeno este que tem predileção por tudo aquilo que tem alto volume emocional. Com isso as pessoas ficam cada vez mais dependentes de suas emoções e trancafiadas nelas mesmas.

Trazendo para o contexto escolar, a alfabetização emocional deve ser desenvolvida dentro da escola com auxílio de profissionais capacitados, como forma de reconhecimento da IE. A maneira como se é trabalhada a educação em saúde emocional, sintetiza a qualidade vida dos professores e alunos, ou seja, se trabalhada de forma correta a saúde emocional, é possível

aprender mais como controlar suas emoções, as suas características e habilidades, bem como também essas habilidades podem ser desenvolvidas dentro e fora das escolas.

Ela pode e deve ser aplicada no ambiente escolar. Na escola é uma forma de dar aos alunos e professores mais controle sobre os aspectos emocionais, afinal, todos os indivíduos têm pensamentos positivos e negativos, momentos de dificuldade e sentimentos que incomodam. (ESCOLA DA INTELIGÊNCIA – CURY 2021).

No entanto, de que forma a Inteligência Emocional pode contribuir para a melhora da qualidade de vida dos professores? Promovendo a a melhoria nas relações interpessoais, como também nossa própria percepção do mundo e de fatos que acontecem ao nosso redor bem como e a competência profissional. É uma abordagem que deveria ser estruturada nas grades curriculares das escolas, por ter como proposta orientar e controlar nossas emoções em relações a nós mesmos com outrem, resultando no educar pessoas mais competentes, seguras e felizes.

O desenvolvimento da Inteligência Emocional deve ser incentivado pela escola aos docentes, como forma de palestras, rodas de conversas, dinâmicas, tendo em vista que um profissional que consegue desenvolver bem sua IE, melhora sua qualidade vida e de trabalho, resultando em profissional mais capacitado para lidar com as situações do dia a dia.

4.1 Inteligência Emocional nas Relações Interpessoais

Neste subtópico falaremos sobre a forma que a inteligência emocional está ligada ao desenvolvimento das relações interpessoais, promovendo um relacionamento empático baseando-se no nosso comportamento emocional. Goleman (1997), salienta que, as emoções podem influenciar a vida das pessoas no sentido de contribuir para o bom relacionamento interpessoal.

De certo, sabemos que as relações interpessoais são significantes para o processo de socialização humana, que segundo Antunes (2014, p. 9), são “[...] o conjunto de procedimentos que, facilitando a comunicação e as linguagens, estabelece laços sólidos nas relações humanas”, são fundamentais para a organização de qualquer grupo social, no entanto, estar engajado, ser verdadeiro, ter empatia, investir em seu crescimento pessoal e profissional. (ANTUNES 2014).

Esses são alguns pontos primordiais na construção de qualquer relação interpessoal, contudo, a Inteligência Emocional auxilia com aprimoramento de técnicas que melhoram a saúde mental e física de cada indivíduo, levando-os a tomada de decisões concretas e inteligentes.

Nas relações interpessoais temos que manter duas competências que são a técnica e a interpessoal. Na técnica é decorrente de estudos, de conhecimento, de aquisição e de tecnologia, já a interpessoal, corresponde a mente como você se importa com as situações do cotidiano, resultando em relações fundamentadas, sendo a base um relacionamento entre quaisquer ser humano.

Levando em consideração que a Inteligência Emocional é a capacidade de criar motivações para si próprio, as quais resultam em um objetivo concreto, permeando controlar os impulsos se mantendo em bom estado de espírito, é necessário afirmar que a IE ajuda o indivíduo a ser autoconfiante, motivando-o a desenvolver resiliência.

É importante saber que a Inteligência Emocional bem as relações interpessoais estão interligadas por intermédio das emoções. Segundo Casanova; Sequeira e Silva (2009, p. 10):

As emoções salvam-nos: as emoções fundamentais desencadeiam-se em situações que representam para nós um desafio vital em termos de sobrevivência ou de estatuto. Por exemplo, o medo ajuda-nos a fugir do perigo, a raiva a triunfar sobre os rivais, o desejo leva-nos a encontrar um par para nos reproduzirmos. As emoções foram, portanto, favoráveis à sobrevivência e à reprodução de todos os antepassados da nossa espécie, o que explicaria a sua transmissão até nós.

Para tanto, as nossas emoções revelam o nosso estado de espírito momentâneo, ou seja, a raiva, o medo, o estresse, a paixão são emoções que influenciam em nossas escolhas e, portanto, devem ser equilibradas e pensadas com cautela.

É nesse âmbito que se insere a IE que nos auxilia filtrando os impactos dessas decisões, nos fazendo repensar de que modo aquela determinada situação nos afeta, pois *“A importância que eu dou determina como eu fico”*. Ou seja, se pararmos um pouco para rever nossas emoções e utilizarmos a técnica dos 5 anos em 5 minutos que consiste em pensar em uma situação que lhe angustia hoje, se ela terá tanta relevância daqui a 5 anos? Se a resposta for não, é melhor não gastar suas energias naquilo que não agrega valores em sua vida.

Segundo Kandel, et al. (2014):

Emoção é o conjunto de respostas fisiológicas que ocorre mais ou menos inconscientemente quando o encéfalo detecta certas situações desafiadoras. Essas respostas fisiológicas automáticas ocorrem tanto no encéfalo quanto no resto do corpo. No encéfalo, envolvem mudanças nos níveis de alerta e nas funções cognitivas, com atenção, processamento da memória e estratégias de decisão. (KANDEL, et al, 2014, p.970)

As nossas emoções determinam nossas escolhas, porque a força do nosso pensamento gera emoções respectivas as nossas expectativas no momento, devemos educar nossas emoções através da nossa inteligência emocional. Somos analfabetos emocionais, conhecemos pouco nossos sentimentos, podemos controlar nossas ações e não nossas emoções. Inúmeras pessoas tornam-se reféns das próprias emoções.

Goleman (2011, p. 340) diz que a “emoção se refere a um sentimento e seus pensamentos distintos, estados psicológicos e biológicos, e a uma gama de tendências para agir”, ou seja, a emoção é um conjunto de reações vivenciadas pelo indivíduo a nível psicológico, corporal e comportamental.

Eu não preciso ser bom em tudo que faço, eu preciso ser bom no que preciso para alcançar o sucesso. Como diria em Caetano Veloso em uma de suas músicas “cada um sabe a dor e delícia de ser o que é”, eu não determino o que as pessoas pensam de mim, mas, posso dominar o meu pensar sobre o que pensam de mim, isso se intitula como maturidade emocional, que nada mais é que educar as emoções para vida em sociedade.

Para tanto, a IE deve ser desenvolvida para que haja uma boa relação interpessoal entre qualquer indivíduo que queira viver em sociedade, buscando uma melhoria da qualidade de vida da saúde mental e física dele.

4.2 Analfabetismo Emocional

Saber controlar suas emoções e articulá-las, é uma forma de viver em sociedade, no entanto, nem todos conseguem expressar suas emoções. Essa forma de agir é conhecida como Analfabetismo Emocional. O Analfabetismo Emocional é a falta de capacidade de lidar com nossas emoções e saber expressá-las de modo correto e na hora certa.

O Analfabetismo Emocional faz com que sobrecarreguemos nossas emoções de tal maneira que não conseguimos controlar o que estamos sentindo no momento, como exemplo a raiva que pode se identificar mediante o analfabetismo emocional. A analfabeta emocional, principalmente é o que vive em grandes cidades, sabe, mais do que ninguém, qual a importância de saber ler e escrever, para a sua vida como um todo.

Pessoas emocionalmente equilibradas conseguem amenizar o impacto de uma emoção, tornando o efeito que ela tem, menor do que esperado, já as pessoas que são analfabetas

emocionais não conseguem esse feito. Embora muitas pessoas sejam letradas com as palavras, ainda permanecem analfabetas quanto as atitudes.

A gestão Emocional é resultado da qualidade da nossa Inteligência Emocional ou do nosso Analfabetismo Emocional. Goleman (1995) em seu livro *Inteligência Emocional* explica que as pessoas com prática emocional bem desenvolvida têm mais probabilidade de sentirem-se satisfeitas e serem eficientes em suas vidas, dominando os hábitos mentais que fomentam sua produtividade; as que não conseguem exercer algum controle sobre a vida emocional travam batalhas internas que sabotam sua capacidade de se concentrar no trabalho e pensar com clareza.

O Analfabeta Emocional tem características que o diferenciam dos demais, como por exemplo: ele tem pouca resistência e se frustra facilmente, não gosta de ser contrariado, tem falta de controle de suas emoções, complica sempre a vida (tem a certeza de que tudo é eterno ao seu redor, não aceita mudanças), não flexibiliza seus pensamentos de forma correta, e tem uma grande negação de seus sentimentos.

Para combater o Analfabetismo Emocional, Goleman ressalta algumas ferramentas que podem ajudar no controle das emoções e buscar a reeducação do cérebro emocional. Compreender o que está por trás de um sentimento (por exemplo, a mágoa que dispara a ira), e aprender meios de lidar com ansiedades, ira e tristeza. Ainda outra ênfase é aceitar responsabilidade por decisões e atos, e cumprir compromissos.

Goleman (1995), também destaca que é a empatia, é ver as situações da perspectiva do outro, gerando tolerância e aceitação das diferenças. De acordo com o autor, a empatia leva ao envolvimento ao altruísmo e à piedade. Sendo que a empatia bem como a compaixão e a compreensão são atitudes que devem ser desenvolvidas em pessoas analfabetas emocionais através da inteligência emocional.

Por tanto, a alfabetização emocional deve ser trabalhada nas salas de aula. Ao mesmo tempo que são ensinados conteúdos didáticos, deve ser também ensinada a alfabetização emocional, para que cada indivíduo desenvolva suas competências socioemocionais.

5 PERCURSO METODOLÓGICO

Neste capítulo apresentamos o caminho metodológico, o qual foi utilizado para a realização da pesquisa, desenvolvida em uma escola particular, da rede privada, de Educação Infantil. Delineando assim, a caracterização da pesquisa e descrevendo os principais procedimentos e instrumentos utilizados na produção de dados.

5.1 Caracterização da pesquisa

Segundo Mandolfo (1976), a pesquisa surge quando temos consciência de um problema e nos sentimos impelidos a buscar a sua solução. O ato de pesquisar e investigar está intrínseco em nosso cotidiano acadêmico por meio de técnicas de pesquisa, as quais possibilitam uma investigação concreta sobre as temáticas estudadas.

Para Ruiz (1985), pesquisa científica é a realização concreta de uma investigação planejada, desenvolvida e redigida de acordo com as normas da metodologia consagrada pela ciência. Toda e qualquer pesquisa é norteadas por uma questão problema relevante para a construção da pesquisa, neste trabalho interrogou-se: Qual a contribuição da Inteligência Emocional para a saúde emocional dos docentes em tempos de Covid-19?

Para responder o questionamento, realizou-se uma pesquisa de campo, com caráter exploratório, de natureza qualitativa. A primeira etapa da investigação foi a consulta em livros, publicações e documentos. Além destes, foram assistidas palestras no Youtube que abordavam a temática investigada, assim, foram coletadas informações já publicadas por diferentes canais.

A pesquisa de campo, teve como contexto uma escola particular de Educação Infantil, da cidade de Cajazeiras-PB, com a finalidade de recolher dados diretamente dos sujeitos. Para Gonçalves (2001, p.67) este é o tipo de pesquisa que pretende buscar a informação diretamente com a população pesquisada. Ela exige do pesquisador um encontro mais direto. Nesse caso, o pesquisador precisa ir ao espaço onde o fenômeno ocorre, ou ocorreu e reunir um conjunto de informações a serem documentadas [...].

Sendo caracterizada também enquanto uma pesquisa exploratória. Gil (1999) afirma que “as pesquisas exploratórias têm como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores” (1999, p.43).

Para a elaboração deste estudo foram realizadas revisões sistemáticas da literatura por meio de uma pesquisa exploratória. Foram consideradas publicações sobre a Inteligência

Emocional como fator de favorecimento do cuidado da saúde emocional dos professores em período pandêmico de Covid-19. A escolha dos artigos efetivou-se mediante a leitura dos resumos, com a intenção de confirmar a temática proposta. Os artigos selecionados abordavam a importância da saúde emocional e seus contributos, quando aplicada no contexto escolar.

5.2 Instrumentos de Produção de Dados

5.2.1 Roda de Conversa

Figura 1 – Ilustração da roda de conversa



Fonte: Arquivo pessoal (2022)

Metodologicamente, a roda de conversa foi estruturada para 7 participantes. Todos participaram do diálogo, da partilha de experiências. Entretanto, para a análise dos dados, selecionamos a fala de 4 participantes, as quais serviram para amostragem da pesquisa. As que foram selecionadas serviram para a estruturação do trabalho. Sobre as rodas de conversa Moura ressalta que:

A roda de conversa é um instrumento que permite a partilha de experiências e o desenvolvimento de reflexões sobre as práticas educativas dos sujeitos, em um processo mediado pela interação com os pares, através de diálogos internos e no silêncio observador e reflexivo. (MOURA; LIMA, 2014).

Tendo como objetivo da roda de conversa, levar aos participantes o conhecimento sobre a importância da Inteligência Emocional e seus contributos as docentes em tempos de

pandemia, levando-os a refletir sobre o processo do adoecimento e promoção da saúde emocional dos profissionais no contexto pandêmico e pós pandêmico.

Foi elaborado um roteiro de perguntas para nortear a roda de conversa, onde as docentes ficaram à vontade para responder, deixando que todas participassem e contribuíssem para enriquecimento da pesquisa. Para as professoras que suas falas foram transcritas, foram usados pseudônimos para manter o anonimato dos participantes da pesquisa, garantindo o sigilo dos mesmos, sendo utilizados nomes como *Professor 1*, *Professor 2*, *Professor 3*, *Professor 4*.

A roda de conversa se deu forma tranquila, contando com a participação de todas as convidadas, trazendo a discussão sobre as vivências cotidianas relacionadas à temática proposta. Considerando que até a presente data, ainda permanecemos em contexto pandêmico e visando não trazer um trabalho a mais para as professoras que teriam que se deslocar para a escola fora do horário das suas aulas, a roda de conversa foi realizada por meio da plataforma Google Meet, ferramenta utilizada para reuniões e que é encontra no Google, com 7 professoras que são atuantes na Educação Infantil em uma escola particular da cidade de Cajazeiras-PB, no dia 04.03.2022, às 18 horas.

Vivências essas que contribuíram no desenvolvimento da pesquisa, a fim de elaborar um trabalho que pudesse trazer todos os sentimentos experienciados no período pandêmico e pós pandêmico pelas entrevistas, suas inquietações e dúvidas sobre adoecimento e promoção da saúde emocional docente.

Na oportunidade foi salientado sobre o contexto pandêmico, e suas mudanças que sucederam de forma drástica para a educação mundial, principalmente no Brasil as aulas remotas foram implementadas em caráter emergencial com auxílio de novas tecnologias, por conta da Covid-19. Sendo que foram as mudanças oriundas dessa nova adaptação da educação, que influenciaram a vida pessoal e profissional dos educadores e educandos vindo a afetar a sua saúde emocional.

Contudo, o diálogo ocorrido na roda de conversa foi bastante significativo. A temática fluiu de forma espontânea com algumas participantes se manifestando, onde puderam ouvir as inquietações das demais e criar um elo, para entender tudo o que estavam passando naquele contexto. As perguntas e o diálogo, conseguiram esclarecer as dúvidas sobre o que vem a ser Inteligência Emocional; de que forma deve ser trabalhada e sua importância no contexto escolar.

5.2.2 Contextualização da pesquisa

Ao decorrer da construção deste estudo foram examinados 10 artigos, os quais serviram como fonte de embasamento teórico, 7 palestras, 3 textos do Ministério da Saúde, 10 Cartilhas sobre a saúde emocional dos professores de municípios brasileiros, os quais selecionamos os de maior relevância, os que seguiam a mesma linha de pensamento da pesquisa.

Para a análise buscou-se aporte teórico as bases de dados: Scientific Electronic Library Online (Scielo), base de dados do Ministério da saúde, base de dados do Ministério da Educação, bem como Google Acadêmico. No Scielo foram lidos 10 artigos, no Google Acadêmico foram lidos 9, no Ministério da Saúde foram 3 textos utilizados, no Ministério da Educação 10 cartilhas, ao final foram selecionados para a análise completa do conteúdo 32 artigos e documentos, bem como vídeos de palestras por meio da plataforma Youtube para aporte teórico da pesquisa.

Mediante roda de conversa realizada no dia 04.03.2022, a qual contou com a presença virtual de 7 (sete) professores da Educação Infantil da Escola Brincando e Aprendendo Tia Jú, onde 4 participaram ativamente para coleta de respostas), localizada na cidade de Cajazeiras-PB e pertencente a rede privada de ensino do referido município. Sendo destacado o perfil dos docentes, que são professores do ensino infantil, com mais de 5 anos de atuação, na faixa etária de 25 a 50 anos de idade.

Realizado um debate sobre questões norteadoras da temática, viabilizando uma discussão ampla e significativa para todas as participantes, com o consentimento de todas as participantes, garantindo o sigilo de suas identificações por meio de um termo de sigilo. O critério de escolha das respostas se deu mediante a participação ativa no debate, pois nem todas conseguiram falar sobre a temática discutida ou não se sentiram à vontade para debater questões pessoais do seu cotidiano.

As questões discutidas nesta ocasião foram: quais são os impactos da pandemia no seu dia a dia, como se dá ou se deu o trabalho docente mediante a pandemia, e quais os pontos positivos e negativos deste contexto? Bem como também, você sente ou sentiu algum abalo emocional (mudança) durante a pandemia, de que forma? E por último se conhecia o termo inteligência emocional? Se sim, já faz uso dele?

Após essa roda de conversa foram colhidos relatos sobre a temática, coletados os 4 relatos dos professores para estudo, Postos em discussão logo a seguir algumas das inquietações e questionamentos das docentes participantes para uma conversação sobre a temática.

Bem como também realizada a análise de dados sobre tais questionamentos, Gil 1999, ressalta que:

A análise tem como objetivo organizar e resumir os dados de tal forma que possibilitem o fornecimento de respostas ao problema proposto para investigação. Já a interpretação tem como objetivo a procura do sentido mais amplo das respostas, o que é feito mediante sua ligação a outros conhecimentos anteriormente obtidos (Gil, 1999, p. 168)

Para Bardin (1997), a estruturação da análise ocorre em três etapas. A primeira trata-se da pré-análise, caracterizada como a etapa de leitura e organização. A segunda, para a exploração do material, em que é realizada a codificação dos dados para estabelecer conceitos. E por fim, a etapa de tratamento dos resultados obtidos e interpretação, para o processo de significação e compreensão dos dados (BARDIN, 1977).

No entanto, percebe-se que é relevante uma análise de dados executada de forma coesa para o entendimento do sentido das opiniões diversas mediante o tema proposto para discussão. Faz-se necessário saber que é na análise que traçamos o processo de formação do significado, e assim fazemos evoluir o conhecimento na área pesquisada.

Figura 2 – Escola Brincando e Aprendendo Tia Ju



Fonte: Arquivo pessoal (2022)

Localizada na cidade de Cajazeiras-PB, no Alto Sertão Paraibano com apenas dois anos e meio de sua fundação, trouxe para Cajazeiras um novo conceito de educação integral, contando com uma equipe multidisciplinar (Enfermeira, Nutricionista, psicopedagoga, Neuropsicopedagoga, Psicóloga Escolar), oferecendo desde o berçário ao fundamental 1.

A aceitação da roda de conversa efetivou-se com êxito, todas as docentes convidadas se dispuseram a participar da atividade, ficaram felizes com a temática, que para muitas era uma temática nova, a qual instigou mais a curiosidade. A maioria não sabia sobre Inteligência Emocional, principalmente voltado ao contexto escolar, assim após a vivência desta roda de conversa puderam conhecer a sua relevância no âmbito escolar.

6 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O presente capítulo traz os resultados e discussões acerca da temática pesquisada, bem como, as análises de dados que foram coletados mediante roda de conversa com professoras da Educação Infantil de uma escola particular da cidade de Cajazeiras-PB. Os dados foram analisados dialogando com alguns autores como Santos 2020, Hodges et al 2020, Chand et al. 2021, Godoi 2020, Lockamann 2020, Saraiva 2020 e Aristóteles 2018.

Esquemmatizando as respostas dos *Professores 1,2,3,4*, foi possível elaborar quadros que viabilizaram um melhor entendimento. Contando também com palavras-chaves que sintetizaram as ideias de cada participante sobre os questionamentos feitos. Seguindo abaixo as perguntas e respostas, bem como também as discussões, conforme registros nos quadros que seguem:

A *primeira pergunta* questionava sobre os impactos da pandemia e o que ela gerou na vida pessoal de cada um?

Quadro 1 – Quadro referente a primeira questão da entrevista semiestruturada

PROFESSOR 1	PROFESSOR 2 E 3	PROFESSOR 4
“O que mais nos impactou foi o financeiro, devido à escassez de empregos, além do psicológico também, pois, vivemos e ainda se vive um certo medo e receio de contrair e passar o vírus para alguém da nossa família.” [...]	“A adaptação a um novo contexto que era desconhecido, e o surgimento de sentimentos como o medo de não poder mais trabalhar, sendo um processo muito difícil onde tivemos que nos reinventar de acordo a cada situação.” [...]	“A perda do emprego e todos os dias ter que carregar o medo de adoecer, e perder entes queridos. O medo de não conseguir se adaptar as novas ferramentas tecnológicas.” [...]
Financeiro, Medo, Família.	Adaptação, Medo, Reinventar.	Adoecimento, Atualização tecnológica, Medo.

Fonte: Entrevista aplicada pela autora (2022)

Mediante as respostas dos docentes na primeira pergunta, torna-se notório três pontos importantes, o medo de perder o emprego, receio em contrair a doença e transmitir aos seus familiares, e como se reinventar na pandemia para ministrar suas aulas.

Noutra pesquisa realizada pela fundação ABRINQ, o percentual de escolas brasileiras que não retornaram às atividades presenciais no ano letivo de 2020 foi de 90,1%, sendo que, na rede federal, esse percentual foi de 98,4%, seguido pelas escolas municipais (97,5%), estaduais (85,9%) e privadas (70,9%). (ABRINQ, 2022)

Foi o contexto, mais de 98% das escolas do País adotaram o ensino não presencial. Por tanto, sobre a prerrogativa de número 1, ficou claro os medos e o anseios de um novo modelo

de trabalho na educação brasileira como um todo, onde os docentes passaram por todos os desafios e responsabilidades, mesmo com o seu psicológico abalado por causa da Covid-19.

Para Marcelo (2009), a profissão docente é uma profissão do conhecimento, cujo compromisso está em “[...] transformar esse conhecimento em aprendizagens relevantes para os alunos” (MARCELO, 2009, p.8). No entanto, os docentes passaram por diversos desafios neste período, os quais podemos perceber foram pontos negativos que incidiram no psicológico dos educadores.

Com isso, fica claro que o adoecimento docente em tempos de pandemia e pós pandemia, que é um problema de interesse nacional que deve ser discutido e trabalhado dentro e fora do âmbito escolar, por meio de um acompanhamento psicológico dos profissionais de educação pelos profissionais da saúde.

Outro ponto discutido foram as atualizações tecnológicas, as novas ferramentas usuais para adaptação do trabalho em *home office* com o ensino remoto, que para Saraiva, et al. (2020) houve forçadamente essa readequação sem aviso prévio, fazendo com que os professores utilizassem de novas ferramentas e métodos digitais que o Ministério da Educação (MEC) proporcionou de forma legal para a continuidade das atividades (SARAIVA; TRAVERSINI; LOCKMANN, 2020).

Mesmo não sendo ferramentas distantes da realidade dos docentes, alguns não tinham conhecimento ou não sabiam utilizá-las. Godoi et al. (2020) explicam que a inclusão digital não é algo tão recente, mesmo fora do chamado Ensino Remoto Emergencial (ERE), muitos professores do ensino presencial já faziam uso de tecnologias digitais ou, pelo menos, tinham alguns desses recursos a sua disposição para as aulas.

Com isso, foram criadas ações que oportunizaram o aprendizado dos docentes no manuseio destas ferramentas, oficinas, palestras. Notou-se mediante roda de conversa que alguns docentes não detinham habilidades com as ferramentas digitais por medo, ou vergonha de não saber utilizá-las, mas, que com a chegada do ensino remoto, e a utilização em massa desses instrumentos conseguiram se adaptar e aprender seu manuseio repassando para os colegas de trabalho e melhorando a sua dinâmica na produção das aulas.

Portanto, na primeira prerrogativa fica claro que a pandemia veio trazendo mudanças no cotidiano de todos, bem como ensinamentos, buscando desenvolver-se e adaptar-se ao “novo normal”, tendo que conviver com todos os problemas psicológicos que surgiram mediante a Covid-19, mas, que aos poucos foram enfrentados e amenizados com o passar do tempo.

Na **segunda pergunta** que foi posta em discussão como se dá (ou se deu) o trabalho docente mediante a pandemia, e quais os pontos positivos e negativos deste contexto?

Quadro 2 – Quadro referente a segunda questão da entrevista semiestruturada

PROFESSOR 1	PROFESSOR 2	PROFESSOR 3 E 4
Se deu de forma remota[...] Dependendo do nível social das famílias, alguns alunos foram mais favorecidos que outros na obtenção de equipamentos tecnológicos mais avançando ou até tinha a possibilidade de pagar reforço escolar. [...] Outro ponto negativo é a questão da falta de conhecimento do uso das tecnologias.	No início tivemos muita dificuldade não sabíamos o que nos esperava, o novo e o desconhecido trazem inseguranças e incertezas seja em qualquer âmbito. A resistência das famílias que demoram um pouco a aceitar a realidade do momento atual havendo assim uma evasão escolar. [...]	Os docentes tiveram que se reinventar, mudar todas as formas de ensino. Os pontos negativos foram as escolas fechadas, as crianças perdendo o contato e o conhecimento que se tem com o presencial. Um ponto positivo foi os professores perceberem que são mais fortes do que pensavam, que com muita dedicação e paciência poderiam chegar na casa de todas as crianças com aulas diferentes e sem perder o conteúdo.
Acesso à internet	Resistência familiar ao ensino remoto, evasão escolar.	Atualização Profissional, avanços tecnológicos.

Fonte: Entrevista aplicada pela autora (2022)

Nas falas dos docentes mediante a partir do segundo questionamento percebe-se que um ponto negativo é a falta manuseio de novas tecnologias, sabendo que os professores tiveram que se adaptar a novas ferramentas tecnológicas. A criação de videoaulas, jogos on-line, manuseio de sites, materiais e recursos tecnológicos foram algumas ferramentas desenvolvido pelos docentes neste período, professores se reinventaram nesse contexto.

Trazendo como palavras-chave desta prerrogativa, a falta de acesso à internet de alguns alunos e docentes, a resistência familiar ao ensino remoto, a evasão escolar, atualização profissional, e os avanços tecnológicos, pontos estes que devem ser discutidos de forma ampla.

Para Carvalho (2009), é importante que o professor esteja à vontade e preparado para a utilização dessas tecnologias educacionais, e ter em mente de que elas não substituem o docente, mas que são capazes de contribuir positivamente para a autonomia do aluno e para uma prática motivadora e de uma aprendizagem significativa. Essas novas tecnologias, de certa forma, agregaram conhecimento aos docentes e aos alunos, mediante as circunstâncias da pandemia.

Segundo Chand & Lal (2021) os docentes adotaram métodos para ministrar aulas como gravação, tutorial, utilização de plataformas digitais como o Google Meet, zoom cloud meeting, preparar questionário online (Chand & Lal, 2021). A transmissão do conteúdo com a aplicação de recursos visuais e audiovisuais utilizados para manter a concentração e envolvimento do

aluno demandou habilidades e competência do professor para a preparação da aula on-line e desenvolvimento de soluções criativa para problemas (Hodges et al. 2020).

Todas essas ferramentas virtuais contribuíram para melhoria do ensino remoto em tempos de pandemia, por intermédio delas foi possível levar a educação a lugares distantes e amenizar os impactos que a pandemia trouxe à educação.

Outro ponto foi a importância da vacinação, os docentes participantes discutiram sobre os benefícios da vacinação contra a Covid. Cerca de 90% deles estavam ansiosos pela vacinação, e apenas 75% tinham seu esquema vacinal em dias, com isso percebeu-se a relevância da vacinação completa com todas as doses para erradicar a Covid tendo em vista sua prevalência com novas variantes.

Em 08 de fevereiro de 2022, foi publicado na Câmara dos Deputados seguinte notícia: O Projeto de Lei 275/21 determina a prioridade na vacinação contra a Covid-19 para professores das redes públicas e privadas de Ensino Infantil, Fundamental, Médio e Superior.

O autor da proposta, o deputado Alexandre Frota (PSDB-SP) acredita que a volta às aulas presenciais é urgente, por isso a prioridade de vacinação para professores deve ser estabelecida. *“Os alunos estão sem frequência em aulas presenciais há quase um ano, isso tem causado grandes problemas na educação e na formação intelectual deles”*, afirma. (Agência Câmara de Notícias -2021).

Ou seja, a prioridade da vacinação dos educadores se tornou uma preocupação de toda sociedade, e por intermédio de alguns parlamentares tornou-se possível mediante um projeto de lei que viesse resguardar os educadores para fins de uma imunização contra a Covid-19, sendo que em 2021, O site Gazeta do povo mostrou que 8 mil professores já tinham vacinados no País; categoria soma 2 milhões de profissionais, e em 2022 esse número ultrapassou esta marca, mesmo tendo diminuído a contaminação por Covid-19. (GAZETA DO POVO, 2022)

A **Pergunta de número 3** trouxe a seguinte questão: Você sente ou sentiu algum abalo (mudança) na sua saúde emocional durante a pandemia? Se sim de que forma?

Quadro 3 – Quadro referente a terceira questão da entrevista semiestruturada

PROFESSOR 1 E 2	PROFESSOR 3 E 4
<p>“Responderam que sim, o medo foi bem mais eminente, medo de pegar o vírus e passar para alguém da família, foi muito forte, hoje não tanto, devido ter tomados as 3 doses da vacina. No início do período da pandemia foi assustador, o número de casos e mortes diária e aquela sensação de impotência de não poder fazer nada foi muito difícil. Mais sempre entreguei nas mãos de Deus e sei que ele abençoou tanto a mim como a minha família.”</p>	<p>“Relataram que sim. Falaram sobre Augusto Cury e que em seus livros costuma falar muito no assunto e ensinar estratégias para tentar fazer uso diariamente e foi uma forma de consolo ler Cury e refletir mais sobre o que estava acontecendo. Crises de ansiedade no começo da pandemia quando tivemos que ficar em casa foram frequentes, o medo de parar de trabalhar foi mais que nos abalou de forma que tivemos que tentar mudar hábitos para melhoria da nossa qualidade de vida e cuidar da saúde mental e corporal.”</p>
<p>Medo de contaminação pela covid, impotência.</p>	<p>Mudança, adaptação, cuidado com a saúde mental e corporal.</p>

Fonte: Entrevista aplicada pela autora (2022)

Com a pandemia os professores começaram a adquirir alguns transtornos psíquicos, através de fatores que contribuíram para o adoecimento docente como por exemplo: a dupla jornada de trabalho, a falta de formação docente para o ensino remoto, o excesso de atividades, gerando insegurança e medo aos docentes.

Problemas esses que poderiam ser resolvidos ou amenizados se as escolas tivessem um projeto de escuta sensível voltado aos professores, por intermédio de um psicólogo no qual realizaria um acompanhamento semestral, mensal, ou esporadicamente conforme as especificidades apresentadas cuidando não só da saúde mental dos docentes, bem como, da saúde física, pois uma mente sã resulta em um corpo sã.

Sabendo que a profissão de professor é uma das mais antigas se não a mais antiga que conhecemos, desde os primórdios essa profissão vem se destacando e ganhando novos horizontes. Antigamente voltada ao sexo masculino, hoje em dia em sua grande maioria dominada pelo sexo feminino. No entanto, as mulheres conquistaram seu espaço realizaram avanços na sociedade, tonar-se notório o grande papel desempenhado por elas.

A feminização da profissão, também precisa ser considerada pois, a professora, além de professora é mãe, dona de casa, e esposa. Santos (2020), adverte que são as mulheres que

continuam a ter o seu cargo exclusiva ou majoritariamente, o cuidado das famílias. Poderia imaginar-se que, havendo mais braços em casa durante a quarentena, as tarefas poderiam ser mais distribuídas... [...] (SANTOS, 2020, p.16). Ou seja, as responsabilidades aumentaram para as professoras, o ritmo de trabalho exaustivo e cuidado com o seu lar fez com desencadeassem problemas emocionais neste grupo seletivo.

Outro ponto importante destacado foi o medo da contaminação pela Covid-19, Boaventura em uma de suas falas ressalta sobre a trágica transparência do vírus e diz que: “O sentido literal da pandemia do coronavírus é o medo caótico generalizado e a morte sem fronteiras causados por um inimigo invisível..O invisível todo-poderoso tanto pode ser o infinitamente grande (o deus das religiões do livro) como o infinitamente pequeno (o vírus)”. (SANTOS,2020, p.10).

O medo do incerto e a incerteza de um amanhã que tomou conta todos, foi e é um ponto que propiciou o adoecimento mental dos docentes. Sabendo que o período pandêmico foi um fator de risco a saúde mental de todos, gerando grandes impactos sociais e culturais, bem como na saúde física e mental de toda população, que para Daldegan (2021), esses fatores podem ser agregados ao medo iminente de contrair a doença, como aos processos que estão envoltos ao mesmo, como a necessidade de isolamento social, lutos, quebra dos rituais fúnebres, procrastinação, dificuldade de concentração, entre outros (DALDEGAN, et al. 2021).

Com isso a adaptação a esse novo “normal” se deu de forma lenta e gradativa, tudo foi se encaixando aos poucos até que todos conseguissem se adaptar mesmo com as dificuldades oriundas da pandemia. O “novo normal” tornou-se um normal de incertezas e dúvidas, mas, que ao passar do tempo foi se modificando e voltando a normalidade.

Na *Pergunta de número 4* lhes foi questionado se já conheciam o termo IE? Se sim, já faz ou fez uso dele?

Quadro 4 – Quadro referente a quarta questão da entrevista semiestruturada

Professor 1	Professor 2	Professor 3	Professor 4
Logo respondeu que não conhecia.	Relatou que já tinha lido sobre, mas não sabia muito sobre o assunto.	Relatou que ouviu vagamente sobre a temática.	Respondeu que sim, sempre tento determinar minhas tarefas e atingir metas, mesmo quando sentisse triste e ansiosa ao longo de um dia de trabalho.
Não	Conhecia vagamente	Conhecia vagamente	Sim

Fonte: Entrevista aplicada pela autora (2022)

As respostas desta questão foram mais sucintas, os **professores de número 1, 2 e 3**, relataram que não conheciam esse termo IE ou já tinham ouvido falar vagamente sem saber expressar ao certo o que seria, já **o professor de número 4**, relatou que tinha ouvido falar do termo e até conseguiu expressar-se e dar exemplos de como devemos utilizar a IE no do âmbito escolar para com os alunos e docentes.

Para tanto, pela pesquisa percebemos que em sua maioria os docentes entrevistados não tinham o conhecimento deste termo IE, e estavam abertos a conhecer e praticar os objetivos que norteiam a Inteligência Emocional para melhoria da qualidade de vida.

Aristóteles em seu livro *Ética a Nicômaco* ressalta que “Qualquer um pode zangar-se — isso é fácil. Mas zangar-se com a pessoa certa, na medida certa, na hora certa, pelo motivo certo e da maneira certa — não é fácil.” (Aristóteles, *Ética a Nicômaco*-2018). Seria esse então um bom exemplo do uso da Inteligência Emocional, saber que não se deve deixar de sentir, mas, sentir na intensidade correta de forma certa e com a serenidade de perceber se realmente aquela situação lhe afeta, se afeta profundamente sua vida ao ponto de você se importar com isso.

As relações humanas estreitam laços que devem ser trabalhados, para isso é possível perceber que devemos ser educados emocionalmente para vivermos em comunidade, e a comunidade escolar não fica de fora desta regra. A escola é um lugar de formação social que deve ser respeitado, e com isso, os professores necessitam ser amparados psicologicamente, bem como realizar atividades que auxiliem nesta melhoria da saúde física e mental como a prática de exercícios físicos diários, respeitando os momentos de lazer e descanso destes profissionais, mantendo uma rotina viável sem o acúmulo de trabalho excessivo aos fins de semana pois, horário de descanso é para descanso, ter uma alimentação saudável e equilibrada, bem como ter acompanhamento psicológico.

Cabe ao gestor escolar, observar sinais clínicos como a exaltação docente, falta excessiva, adoecimento físico, cansaço e estresse emocional para que esse profissional seja encaminhado ao psicólogo que por lei assegurado a trabalhar no ambiente escolar, pela LEI Nº 13.935, DE 11 DE DEZEMBRO DE 2019, que dispõe sobre a prestação de serviços de psicologia e de serviço social nas redes públicas de educação básica. (DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO 2019).

Em âmbito escolar a equipe multidisciplinar deve trabalhar em conjunto identificando aspectos nos alunos que necessitem de um acompanhamento. O docente tem a habilidade de trabalhar junto ao psicólogo escolar as habilidades emocionais dos alunos, como por exemplo

a criação de projetos de socialização entre outras turmas, rodas de conversas e debates (a depender da faixa etária e da temática proposta), estimular reflexões através da escrita de textos, levando em consideração a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) que tem competências a serem desenvolvidas sobre educação emocional.

A Inteligência Emocional nas escolas vem sendo uma ferramenta para dar suporte emocional aos alunos e professores, pois cada indivíduo deve saber controlar suas emoções. Para isso, é preciso ser trabalhada a educação socioemocional na qual se preocupa com o desenvolvimento de habilidades que auxiliam o indivíduo a controlar suas emoções, quando postos em situações de conflito, reduzindo uma possível vulnerabilidade do ser humano.

Mas, a IE é pouco desenvolvida em algumas escolas públicas e particulares, entretanto, deve ser desenvolvida através de ferramentas que buscam a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos envolvidos neste processo, com o apoio de toda equipe multidisciplinar envolvida.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através desse estudo reflete-se sobre a saúde emocional dos docentes em fase de pandemia, e sobre com contributos da Inteligência Emocional. O estudo realizado mostrou que o adoecimento emocional dos docentes em tempos pandêmicos da Covid-19, foi uma realidade vivenciada por muitos profissionais da educação, comprometendo a saúde física e mental. Sendo relevante pontuar a importância da contribuição da Inteligência Emocional para a minimização dessa problemática que é real atualmente, através de ferramentas fundamentais que são providas pela IE, no cuidado com a saúde emocional dos docentes.

Os objetivos da pesquisa foram atingidos como refletir sobre o processo do adoecimento e promoção da saúde emocional dos profissionais no contexto pandêmico. Bem como identificar os aspectos que provocam o adoecimento em tempos de pandemia, conhecer as contribuições da Inteligência Emocional para a promoção da saúde mental do educador e reconhecer as estratégias utilizadas pelos docentes para cuidar da sua saúde emocional durante a pandemia.

Todavia, sobre a temática foi possível identificar pelas narrativas das professoras entrevistadas aspectos relacionados com um aumento das causas desse possível adoecimento docente como: a presença de aspectos subjetivos e objetivos, onde relatos diários sobre as inquietações pessoais das participantes mostraram o medo, a insegurança, a adaptação a um “novo normal”, as atualizações tecnológicas, a atualização profissional e o financeiro foram pontos primordiais para o adoecimento docente.

No entanto, após a roda de conversa, os docentes mostraram-se mais abertos a conhecer e praticar a IE sabendo que ela pode vir a contribuir de forma direta e indireta para a melhoria qualidade da saúde emocional em tempos pandêmicos e pós pandêmico, sendo possível perceber que a Inteligência Emocional é uma ferramenta que corrobora com a educação em saúde dos educadores.

Desta forma conclui-se que a pesquisa proporcionou novos conhecimentos acadêmicos para a investigadora, mediante os objetivos atendidos, e tais respostas destacadas para discussão que engrandeceram o aprendizado sobre a temática investigada, não somente para o investigador bem como aos entrevistados, almejando ser publicada e socializada essa pesquisa para a formação de pessoas que necessitem conhecer o tema.

REFERÊNCIAS

ABRINQ. Pesquisa com o título: **Entenda como a pandemia impactou a educação no Brasil**. São Paulo, Fundação ABRINQ outubro 2021.

ANDRADE, Rodrigo C. **A educação brasileira e a pandemia: breve olhar conjuntural**. *Le monde diplomatique Brasil*. *Le Monde Diplomatique Brasil*, São Paulo, 21 maio 2020. Disponível em: <https://diplomatique.org.br/a-educacao-brasileira-e-a-pandemia-breve-olhar-conjuntural/>. Acesso em: 28 jun.2020.

ANTUNES, Celso. **Relações interpessoais e autoestima: a sala de aula como um espaço de crescimento integral**. 10. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

ARAUJO, TANIA MARIA DE **Pandemia: ‘professores estão suscetíveis ao adoecimento em massa’**, psicóloga do trabalho Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), BAHIA, Psicóloga do Trabalho, maio de 2020. Acesso em 23/11/20.

BEHAR, Alejandra. **O ensino remoto emergencial e a educação à distância**. Disponível em:<<https://www.ufrgs.br/coronavirus/base/artigo-o-ensino-remoto-emergencial-e-a-educacao-a-distancia>>. Acesso em: janeiro de 2022.

CÂMARA DOS DEPUTADOS -**Projeto prioriza professores na vacinação contra Covid-19** Fonte: Agência Câmara de Notícias, 08 de fevereiro de 2021. Acesso em 18.05.22.

CARVALHO, R. **As tecnologias no cotidiano escolar: possibilidades de articular o trabalho pedagógico aos recursos tecnológicos**. Paraná, 2009.

CHAND, A. A.; LAL, P. P. **Remote learning and online teaching in Fiji during COVID-19: The challenges and opportunities: Correspondence**. *Int J Surg*. Jul, n. 9, p. 106019, 2021. <<https://doi:10.1016/j.ijisu.2021.106019>>.

CURY, Augusto. **Programa Escola da inteligência – Educação socioemocional**. 2021. link:<https://escoladainteligencia.com.br/> . Acesso em 12.01.2022

CURY, Augusto: **Palestra Gestão das emoções 2018**. disponível em: [youtube.com/watch?V= E70A9C1QHCE](https://www.youtube.com/watch?v=E70A9C1QHCE). Acesso em 25.01.2022

ELY, Débora. **Aulas presenciais nas escolas do RS não têm prazo para retorno**. GAÚCHAZH, Porto Alegre, 29 abr. 2020. Disponível em: <https://gauchazh.clicrbs.com.br/educacao-e-emprego/noticia/2020/04/aulas-presenciaisnasescolasdorsnaotemprazoparareturnock9lwcmibi00oj017ndtzewi2r.html>. Acesso em: 25nov. de 2020.94>. Acessoem19/09/2020.

GAZETA DO POVO - 8 mil professores já foram vacinados no país; disponível em: <https://www.gazetadopovo.com.br/educacao/8-mil-professores-ja-foram-vacinados-no-pais-categoria-soma-2-milhoes-de-profissionais/> Copyright © 2022, Acesso em: 19-07-22.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
THIOLLENT, Michel. **Metodologia da pesquisa - ação**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 1986.

GOLEMAM, Daniel, **Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente**, Editora Objetiva LTDA, Rio de Janeiro, 1995. Acesso em 10.08.2021.

KANDEL, E. **Princípios de neurociências**. Porto Alegre: AMGH, 2021.

MARCELO, Carlos. **Desenvolvimento profissional docente: passado e futuro**. Ciências da Educação, n. 8, 2009, p.7-22.

MASLACH C, Goldberg J. **Prevention of Burnout: new perspectives**. *Appl Prev Psychol*. 1998;7(1):63-74.

MOURA, Adriana Ferro; LIMA, Maria Glória. **A REINVENÇÃO DA RODA: RODA DE CONVERSA:UM INSTRUMENTO METODOLÓGICO POSSÍVEL**. Revista Temas em Educação, João Pessoa, v. 23, n. 1, p.98-106, jan.-jun.2014.

MURTA, Cláudia. **Magistério e sofrimento psíquico: contribuição para uma leitura psicanalítica da escola**. In: Anais do Colóquio do LEPSI IP/FE-USP, São Paulo, v.3, 2001. Disponível em:
http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?pid=MSC0000000032001000300031&script=sci_a_rtext. Acesso em: 05 maio 2020.

OMS, **Organização Mundial da Saúde**. (1995, 2020, 2021, 26 de novembro).
<https://www.who.int/eportuguese/countries/bra/pt/> acesso em 12.02.2022

SARAIVA, Karla; TRAVERSINI, Clarice; LOCKMANN, Kamila. **A educação em tempos de COVID-19: ensino remoto e exaustão docente**. *Práxis Educativa*, Ponta Grossa, v. 15, e2016289, p. 1-24, 2020. Disponível em<<https://doi.org/>

SCHMIDT, B. et al. **“Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)”**. *Estudos de Psicologia*, vol. 37, maio, 2020.

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO E DA CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA (SEECT-PB), **notícias sobre a voltas as aulas presenciais, abril 2022**. disponível em: <https://paraiba.pb.gov.br>, acesso em 12 .05.2022.

SHAW, K. **Colleges expand VPN capacity, conferencing to answer COVID-19**. *Network World* (online), Apr 2, 2020. Disponível em: <https://www.networkworld.com/article/3535415/colleges-expand-vpn-capacity-conferencing-to-answer-covid-19.html>. Acesso em: 14 julho 2020.

SIMONS, Maarten; MASSCHELEIN, jan. **Sociedade da Aprendizagem e Governamentalidade: uma introdução**. *Currículo Sem Fronteiras*, v. 11, n. 1, p. 121- 136, jan./jun. 2011.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 1987.

WANG, J.; WANG, Z. Strengths, Weaknesses, Opportunities and Threats (SWOT) **Analysis of China's Prevention and Control Strategy for the COVID-19 Epidemic. International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 7, p. 2235, 2020.

Disponível em: <<https://www.mdpi.com/1660-4601/17/7/2235>>. Acesso em: 20 de abril de 2022.

APÊNDICES



Universidade Federal
de Campina Grande

Centro de Formação de Professores
Unidade Acadêmica de Educação
Campus de Cajazeiras - PB



APÊNDICE A – Perguntas Sobre a Pesquisa

- 1-Quais os impactos da pandemia no seu dia a dia?
- 2-Como se dá (ou se deu) o trabalho docente mediante a pandemia, e quais os pontos positivos e negativos deste contexto?
- 3-Você sente ou sentiu algum abalo(mudança) na sua saúde emocional durante a pandemia? De que forma?
- 4-Já conhecia o termo inteligência emocional? Se sim, já faz uso do mesmo?



Universidade Federal
de Campina Grande

Centro de Formação de Professores
Unidade Acadêmica de Educação
Campus de Cajazeiras - PB



APÊNDICE B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado a participar como voluntário (a) no estudo intitulado :
**Adoecimento E Saúde Dos Professores Em Contexto Pandêmico: Reflexões Sobre Os
Contributos Da Inteligência Emocional**

Coordenado pela professora **DRa. Maria Gerlaine Belchior Amaral** e pela estudante **Arymaelyda Aryely Ricarte Moreira** ambas vinculadas ao **Centro de Formação de Professores (CFP) Da Universidade Federal de Campina Grande.**

Sua participação é voluntária e você poderá desistir a qualquer momento, retirando seu consentimento, sem que isso lhe traga nenhum prejuízo ou penalidade. Este estudo tem por objetivo **refletir sobre o processo de adoecimento e a promoção de saúde emocional dos professores no contexto da pandemia do Covid-19** se faz necessário por contribuir **cientificamente não só na minha carreira acadêmica e profissional, mas também, cooperar na progressão do conhecimento científico dentro dessa área, e dessa forma, apresentar aos leitores, de que por intermédio da sistematização do nosso saber, podemos auxiliar na melhoria do trabalho pedagógico.**

Caso decida aceitar o convite, você participará de uma roda de conversa, atividade esta que não oferece nenhum risco a saúde física ou mental.

Os benefícios da pesquisa serão:

Contribuir na produção do conhecimento científico.

Contribuir na formação acadêmica do pesquisador.

Todas as informações obtidas serão sigilosas e seu nome não será identificado em nenhum momento. Os dados serão guardados em local seguro e a divulgação dos resultados será feita de maneira que não permita a identificação de nenhum voluntário.

Se você tiver algum gasto decorrente de sua participação na pesquisa, você será ressarcido, caso solicite. Em qualquer momento, se você sofrer algum dano comprovadamente decorrente desta pesquisa, você poderá buscar o direito de ser indenizado.

Esta pesquisa atende às exigências das Resoluções 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), as quais estabelecem diretrizes e normas regulamentadoras para pesquisas envolvendo seres humanos.

Você ficará com uma via rubricada e assinada deste termo e qualquer dúvida a respeito desta pesquisa, poderá ser requisitada a **Profa. Dra. Maria Gerlaine Belchior Amaral** dados para contato estão especificados abaixo.

Dados para contato com o responsável pela pesquisa

Nome: Maria Gerlaine Belchior Amaral

Instituição: Universidade Federal de Campina Grande

Endereço Profissional: Rua Sérgio Moreira de Figueiredo, S/N.
Cajazeiras – Paraíba

Declaro que estou ciente dos objetivos e da importância desta pesquisa, bem como a forma como esta será conduzida, incluindo os riscos e benefícios relacionados com a minha participação, e concordo em participar voluntariamente deste estudo.

LOCAL E DATA

Assinatura ou impressão datiloscópica do voluntário ou responsável legal

Nome e assinatura do responsável pelo estudo