



ENTRE A EXAUSTÃO E O ACOLHIMENTO: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM GRUPO OPERATIVO COM PROFESSORES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO

Liana Bohrer Berni; Giulia Gonzalez Chagas; Isabela Brondani; Luíza Facco Ferreira; Josiane Lieberknecht Wathier.
Universidade Franciscana

INTRODUÇÃO

Professores da rede pública no Brasil enfrentam condições de trabalho desafiadoras, que geram impactos negativos em sua saúde mental, como estresse, desmotivação e exaustão emocional. Apesar da docência ser uma profissão essencial, ela tem se tornado fonte frequente de sofrimento psíquico (Esteve, 1999). Diante disso, torna-se necessário implementar estratégias de acolhimento no ambiente escolar. Os grupos operativos, fundamentados na teoria de Pichon-Rivière (2009), propõem espaços coletivos de escuta, reflexão e transformação com foco em tarefas compartilhadas. Assim, este trabalho relata a experiência de um grupo operativo realizado com docentes de uma escola municipal do Rio Grande do Sul, visando compreender os impactos da exaustão na prática docente e fortalecer os vínculos por meio de um espaço de acolhimento e integração.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de abordagem qualitativa e caráter descritivo. A intervenção ocorreu no contexto de duas disciplinas extensionistas do curso de Psicologia: Psicologia Escolar/Educacional e Psicologia Organizacional e do Trabalho. Foram realizados quatro encontros de um grupo operativo com cerca de 10 professoras, entre outubro e novembro de 2024, em uma escola municipal do interior do Rio Grande do Sul. As atividades foram planejadas com base na teoria de Pichon-Rivière, priorizando dinâmicas voltadas ao compartilhamento de vivências, fortalecimento da escuta e estímulo à integração da equipe. Os encontros abordaram temas como reconhecimento, autoestima, pertencimento e enfrentamento (individual e coletivo) de dificuldades cotidianas na prática docente. As ações foram acompanhadas por supervisões em grupo, promovendo apoio técnico e troca entre as extensionistas.

MARCO CONCEITUAL E RESULTADOS

A docência tem se tornado uma profissão marcada por estresse, desmotivação e esgotamento emocional, em grande parte pela sobreposição de demandas e falta de reconhecimento – o que vai ao encontro com a Teoria da Expectativa de Vroom (1964): a ausência de recompensas percebidas

enfraquece o engajamento. Já a Síndrome de Burnout, descrita por Maslach e Leiter (2022), evidencia os efeitos do estresse crônico na saúde dos profissionais. A partir da Psicodinâmica do Trabalho (Dejours, 1994), entende-se que o sofrimento no trabalho pode ser transformado em prazer e ação criativa, desde que existam espaços de elaboração coletiva, como os grupos operativos. Estes, segundo Pichon-Rivière (2009), são campos de aprendizagem e transformação que promovem vínculos e construção de sentido. Nos quatro encontros realizados, observou-se que o grupo funcionou como espaço seguro de escuta, apoio e troca de experiências. As participantes relataram sentimentos de frustração, solidão e esgotamento, mas também gratidão e pertencimento ao perceberem que suas vivências eram compartilhadas por outras colegas. As dinâmicas favoreceram o autoconhecimento, autocompaixão e fortalecimento emocional, permitindo que as docentes ressignificassem suas dificuldades. Além disso, o grupo estimulou a criação de uma rede de apoio entre as participantes, fortalecendo os vínculos interpessoais e reduzindo o isolamento. Essa vivência reafirma que espaços coletivos de acolhimento contribuem para a elaboração do sofrimento e a valorização do fazer docente, mesmo em contextos adversos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência revelou que os grupos operativos são uma estratégia eficaz para promover saúde mental e bem-estar entre professores. O acolhimento e a escuta proporcionaram alívio emocional, reforçaram o senso de pertencimento e estimularam estratégias individuais e coletivas de enfrentamento. Dessa forma, destaca-se a importância de institucionalizar práticas contínuas de cuidado entre docentes, contribuindo para um ambiente escolar mais saudável, colaborativo e humanizado – que refletirá em toda a comunidade escolar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- DEJOURS, Christophe. *A psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. 1. ed. São Paulo: Atlas, 1994.
- ESTEVE, José Maria. *O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores*. Porto Alegre: Artmed, 1999.
- MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. *The burnout challenge: managing people's relationships with their jobs*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press, 2022.
- PICHON-RIVIÈRE, Enrique. *O processo grupal*. 8. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2009.
- VROOM, Victor Harold. *Work and motivation*. Nova York: Wiley, 1964.