

SAÚDE MENTAL E TRABALHO DOCENTE NA ERA DIGITAL: UM ESTUDO ACERCA DA RESILIÊNCIA EM PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL DE EDUCAÇÃO PRIVADA DO RS

Gilson Leonardo Barth¹
Dr. Honor de Almeida neto²
Dra Dóris Cristina Gedrat³
gilsonbth@gmail.com
Universidade Luterana do Brasil

Introdução: Ao longo da história, o trabalho evoluiu de mera sobrevivência para busca de riqueza e identidade. No cenário contemporâneo, marcado pela era digital, os trabalhadores enfrentam desafios psicológicos, com destaque para o crescente adoecimento laboral, particularmente entre os professores. A resiliência surge como um conceito vital para a saúde mental no trabalho, independente da diversidade regional de interpretações.



Objetivos: Este estudo visa investigar a relação entre resiliência e estresse no trabalho entre professores de duas escolas privadas em Porto Alegre/RS.

Metodologia: A pesquisa adota uma abordagem mista, combinando coleta de dados quantitativos e qualitativos. Os dados serão obtidos por meio de questionários sociodemográficos e da Escala de Vulnerabilidade de Estresse no Trabalho (EVENT). Além disso, entrevistas semiestruturadas serão conduzidas com os professores com baixos níveis de estresse no trabalho para entender suas estratégias de resiliência

Resultados Parciais: A literatura científica indica que a resiliência não é uma característica estática, mas está interligada com diversos fatores, como qualidade de vida, autoestima, otimismo, autoeficácia, esperança, espiritualidade, criatividade, assertividade, habilidades sociais, controle dos impulsos, flexibilidade cognitiva, estratégias de enfrentamento, hábitos saudáveis e neuroticismo.

Referências:

- BAUMAN, Zygmunt. Vida Líquida. Editora Zahar, 2009.
DEJOURS, Christophe. A Psicodinâmica do Trabalho: contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas, 2004.
OLIVEIRA, Carina da Silva. Resiliência: Teoria, Avaliação e Prática em Psicologia. São Paulo: Hogrefe, 2021.
TAPSCOTT, Don. A Hora da Geração Digital. São Paulo: Editora Agir Negócios, 2010.