

O PROFESSOR PDE E OS DESAFIOS
DA ESCOLA PÚBLICA PARANAENSE

2012

VOLUME I

FATORES QUE DIFICULTAM O TRABALHO DOS PROFESSORES: CAUSAS, IDENTIFICAÇÃO E PREVENÇÃO.

Emerson de Souza¹

Orientador: Me. Almir de Oliveira Ferreira²

RESUMO

O presente artigo relata estudos realizados durante o ano de 2012 e a intervenção pedagógica realizada com professores QPM que atuam Escola Estadual Ruth Martinez Correa, cujo objetivo foi possibilitar aos professores conhecimentos de diversos fatores, que possam melhorar seu Estilo de Vida, fortalecendo seus vínculos a fim de propiciar melhores condições de trabalho. O Tema de Estudo propicia aos Professores, uma reflexão sobre determinadas situações presente no seu cotidiano, que venham dificultar o seu trabalho de qualidade. Neste aspecto enfatizaremos as possíveis causas que vem aumentando o nível de estresse no seu dia, ressaltando o caráter preventivo para que eles se fortaleçam, não só fisicamente, mas também emocionalmente, afim de, aumentar sua resistência e equilíbrio mental para lidarem com as diversidades em sala de aula, prevenindo de forma consciente, o esgotamento físico e emocional, sem deixar ocorrer a desmotivação na aplicação de seus conhecimentos, com prejuízos não só ao Processo Educacional, mas também principalmente para si próprio. Uma pratica pedagógica de qualidade depende também de um bom estilo de vida do educador.

Palavras-chave: Condições de Trabalho, Indisciplina dos Alunos, Estilo de Vida.

¹ Professor de Educação Física na rede estadual de ensino do Estado de Paraná desde 1991 e participante do Programa de Desenvolvimento Educacional do Estado do Paraná, turma 2012, com lotação na Escola Estadual Ruth Martinez Correa, Núcleo Regional de Jacarezinho. formaativa@yahoo.com.br

² Graduado em Educação Física pela Universidade Estadual do Norte do Paraná - UENP, Professor Mestre em Tecnologias da Inteligência e Design Digital, pela Universidade Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Atualmente professor Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, PR. al_riferreira@uenp.edu.br

ABSTRACT

This article reports on studies conducted during the year 2012 and pedagogical intervention conducted with teachers who work QPM State School Ruth Martinez Correa , whose goal was to enable teachers knowledge of several factors , which can improve their quality of life , strengthening their ties to to provide better working conditions . The theme provides the Teachers Study , a reflection on certain situations present in your daily life that will hamper your work quality . In this respect we emphasize the possible causes is increasing the level of stress in their daily lives , highlighting the preventive so that they become strong , not only physically , but also emotionally , in order to increase their endurance and mental balance to deal with the diversity in the classroom , preventing consciously, the physical and emotional exhaustion , while demotivation occur in the application of their knowledge , with damage not only to the educational process , but also mostly to himself . A pedagogical practice quality also depends on a good lifestyle educator .

Keywords : Working Conditions , Student Indiscipline Lifestyles .

INTRODUÇÃO

O Estilo de Vida, apesar de ser um tema que vem sendo estudado há pouco tempo, tem sido objeto de reflexão e preocupações, nas mais variadas formas de profissões, principalmente aquelas que se deparam com ambientes desfavoráveis a sua prática, como por exemplo, a forma que as escolas vem se apresentando nos dias de hoje.

O Professor exerce um papel fundamental na efetivação das relações interpessoais com toda comunidade escolar, sendo imprescindível que ele esteja sempre bem emocionalmente para estabelecer vínculos sadios no seu dia a dia.

Com excesso de responsabilidades, sobrecarga na jornada de trabalho, alunos cada vez mais desinteressados, entre outros, faz-se necessário tomar alguns cuidados para que o Professor possa ser sensibilizado quanto à importância de prevenir - se, cuidando atentamente a sua rotina, pois a qualidade do ensino também depende da Qualidade de Vida.

No primeiro momento será tratado o Estilo de Vida dos Educadores: Prevenção ou Estresse, diante de uma situação em que deparamos com colegas, cada vez mais descontentes com ambiente de trabalho, com autoestima baixa, com um problema cada dia mais comum: o desenvolvimento de doenças físicas e emocionais decorrentes do alto nível de estresse que os professores são submetidos.

No Segundo momento abordaremos as Condições de Trabalho dos Professores: Ambiente de estresse ou Ambiente favorável? Que será apresentado aos Professores um conteúdo que leva a refletir como a escola pode estar no seu contexto atual e como pode ser mais favorável de acordo com suas realidades, buscando sensibilizar e encontrar meios que possam suprir as desvantagens nela encontradas.

No Terceiro momento será abordado sobre A Indisciplina dos alunos: Problemas externos ou internos? Visto que, quarenta anos atrás estes problemas não existiam, porque as escolas seguiam um sistema Tradicional, exigindo dos alunos um comportamento quase militar, e que hoje, as coisas mudaram e a escola passa não mais adotar uma postura repressiva, vivendo uma época de valorização da democracia e respeito. Como conquistar este respeito hoje, sem conflitos entre professores e alunos.

O objetivo geral deste artigo é possibilitar aos professores conhecimentos de diversos fatores, que possam melhorar seu Estilo de Vida, fortalecendo seus vínculos a fim de propiciar melhores condições de trabalho e os específicos: (a) identificar os principais fatores que dificultam a qualidade de Vida dos Professores no dia a dia, (b) propiciar aos professores, uma reflexão, por meio de informativos teórico e prático, a fim de orientá-los quanto aos riscos pela falta de um melhor Estilo de Vida, (c) estimular a adoção de medidas e ações para promoção de Qualidade de Vida no ambiente escolar.

O desenvolvimento será feito nos aspectos teóricos e práticos, com finalidade de oferecer medidas e ações preventivas, para que os professores saibam como melhorar sua qualidade de vida, minimizando assim, os fatores estressantes no ambiente de trabalho e possíveis transtornos causados no decorrer de suas vidas.

Para Julião (2001) a adoção de programas de qualidade de vida e promoção da saúde proporcionariam para o aumento da resistência ao estresse, maior estabilidade emocional, maior motivação e melhor relacionamento. Por outro lado as empresas seriam beneficiadas com uma força de trabalho mais saudável, menor absenteísmo/rotatividade, menor número de acidentes, menor custo de saúde assistencial, maior produtividade, melhor imagem e, por último, um melhor ambiente de trabalho.

Promover a qualidade de vida dos profissionais envolvidos com o processo ensino-aprendizagem é um desafio que depende de todos no contexto escolar, desta forma tentaremos propor aos Professores medidas de fortalecimento para que continuem buscando sentido na docência, resgatando sua alegria e satisfação pelo processo de transmissão e assimilação de conteúdos.

Podemos concluir que o quando o educando entende que pode contar com a atenção, o apoio, o carinho e o respeito tanto da família quanto dos professores, ele passará a valorizar mais a escola e seus componentes, por sentir que pode usufruir daquilo que está aprendendo, melhorando sua vida e a de seus familiares.

1. ESTILO DE VIDA DOS EDUCADORES: PREVENÇÃO OU ESTRESSE.

Até o presente momento percebe-se que, ainda tem muito a melhorar o Estilo de vida dos professores, para que estes possam dar conta da exigência da sociedade no que se diz respeito a uma Educação de Qualidade. O bem-estar e saúde são fatores relevantes, e também envolvem dimensões: física, intelectual, emocional, espiritual e social.

A instituição pública precisa se preocupar mais ainda com a valorização dos professores, propondo incentivo à formação e capacitação, desempenho profissional, avaliação de desempenho e também principalmente estimular um programa de um melhor Estilo de Vida dos Professores.

O Professor exerce um papel fundamental na efetivação das relações interpessoal com toda comunidade escolar, sendo imprescindível que ele esteja sempre bem emocionalmente para estabelecer vínculos sadios no seu dia a dia.

Percebe - se dificuldades nos estudos relacionados ao Estilo de Vida saudável por ser um tema ainda muito novo, e com relação ao que mais aproxima – se deste tema, que é a Qualidade de Vida, os autores também encontram dificuldades para definir, porque está no fato de envolver muitos fatores e, ainda, porque Qualidade de Vida muda de pessoa para pessoa, dependendo do tipo de vida e de expectativa de vida de cada um.

Algumas características de Estilo de Vida envolvem um conjunto de fatores que devem existir para se viver cada vez melhor, isto quer dizer que com esta concepção é necessária mudança de comportamento quanto à vivência de princípios, valores, crescimento profissional e humano, disciplina, respeito, cuidados com os alimentos, ambientes, equipamentos, atenção à saúde e espiritualidade.

E além daqueles fatores, dos laços efetivos da pessoa, existe o conjunto de oportunidades reais que ela escolhe em seu favor. O Estilo de Vida não deve, portanto, ser entendida como um mero conjunto de bens, serviços e confortos, ele é extrínseco, e independente. Um processo que desencadeia tranquilidade, é de conciliar Estilo de Vida com o corre-corre da rotina de trabalho e interação com outras pessoas.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu a qualidade de vida como sendo “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto de sua cultura

e dos sistemas em que vive e em relação a suas expectativas, seus padrões e suas preocupações” (OMS, 1995 apud ROCHA e DELCONTI, 2012, p.6).

Minayo et al (2000 apud Rocha e Delconti, 2012) destaca como o IDH passou de um indicativo puramente econômico para um indicativo que avalia a vida social e cultural da população. Nas palavras do autor:

desenvolvimento de aspectos puramente econômicos - como nível de renda, produto interno bruto e nível de emprego - para aspectos de natureza social e também cultural. Embutida nesse indicador encontra-se a concepção de que a renda, a saúde e educação são três elementos fundamentais da qualidade de vida de uma população. O IDH se baseia na noção de capacidades, isto é, tudo aquilo que uma pessoa está apta a realizar ou fazer. Nesse sentido, o desenvolvimento humano teria como significado mais amplo, a expansão não apenas da riqueza, mas da potencialidade dos indivíduos de serem responsáveis por atividades e processos mais valiosos e valorizados. (MINAYO et. al, 2000, p.10 apud ROCHA e DELCONTI, 2012, p.6).

Tanto a saúde como o estilo de vida são concepções que estão atreladas ao nosso cotidiano, entretanto tais conceitos não se apresentam com clareza diante dos profissionais de saúde.

A saúde é um direito fundamental para homem, sendo reconhecida como o maior e o melhor recurso para o desenvolvimento social, econômico, e pessoal, como também uma das mais importantes dimensões da qualidade de vida (ROCHA e DELCONTI, 2012).

Assim, faz pouco sentido centrar um sentido de saúde na dimensão estritamente orgânica. "Saúde" não é um conceito universal, ao contrário, varia entre distintas condições sociais. Ela é o resultado de um conjunto de fatores sociais, econômicos, políticos, culturais, coletivos e individuais, que se combinam, de forma particular, em cada sociedade, resultando em comunidades mais ou menos saudáveis (ROCHA e DELCONTI, 2012).

A saúde pode ser analisada em diferentes perspectivas, ela pode ser vista tanto como ausência de doenças, como completo bem-estar físico – psíquico - social, como a capacidade de superação de dificuldades físicas, psíquicas, sociais, culturais e simbólicas (SILVA, JESUS e SANTOS, 2002).

Diante das citações acima, podemos dizer que a saúde não é apenas um processo de intervenção na doença, mas um processo globalizado em que o ser

humano e sociedade, tem como recursos para a manutenção ou recuperação do estado de saúde.

O Estilo de Vida em relação ao trabalho pode ser entendido como uma forma de pensamento envolvendo professores, trabalho e escola. Aspectos como o bem estar dos professores, a participação dos professores nos problemas da escola, assume um papel importante na Educação.

A Qualidade de Vida representa em que graus os membros da organização são capazes de satisfazer suas necessidades pessoais através de seu trabalho na organização (CHIAVENATO, 1999 apud SILVA, 2008)

É importante ressaltar a questão de compreendermos a dinâmica da saúde mental dos trabalhadores em educação para o sucesso da escola. Por isso faz - se necessário considerar as contribuições de Lipp, onde destaca que “o trabalho satisfatório determina prazer, alegria e sobre tudo, saúde” - trata-se de um investimento afetivo. Quando o trabalho é desprovido de significação, ou é fonte de ameaças à integridade física e/ou psíquica, acaba por determinar o sofrimento do trabalhador (GUIMARÃES, JÚNIOR E AMORIM, 2007).

Para Julião (2001) a adoção de programas de qualidade de vida e a promoção da saúde, proporcionaram o aumento da resistência ao estresse, maior estabilidade emocional, maior motivação e melhor relacionamento. Por outro lado, as empresas seriam beneficiadas com uma força de trabalho mais saudável, menor absenteísmo e rotatividade, menor número de acidentes, menor custo de saúde assistencial, maior produtividade, melhor imagem e, por último, um melhor ambiente de trabalho.

Promover o estilo de vida dos profissionais envolvidos com o processo ensino-aprendizagem é um desafio que depende de todos no contexto escolar, desta forma estaremos proporcionado medidas de fortalecimento aos professores para que continuem buscando sentido na docência, resgatando sua alegria e satisfação pelo processo de transmissão e assimilação dos conteúdos.

Aumento do estresse no trabalho pode causar problemas de saúde, hoje o inimigo número um do trabalho dos colaboradores de uma organização, o estresse tem causado cada vez mais danos à saúde mental e física dos profissionais de uma empresa. Isso porque tal doença costuma agir de forma discreta e silenciosa, atacando em áreas onde um trabalhador já apresenta alguma sensibilidade, o que dificulta seu diagnóstico de imediato.

“O estresse costuma afetar os colaboradores em regiões do organismo em que o mesmo já apresenta alguma sensibilidade. Se ele tiver um problema no estômago, por exemplo, a pessoa poderá desenvolver uma gastrite, uma úlcera e assim por diante” explica a psicóloga e vice-presidente de projetos da ABQV (SIMURO, 2012, p. 2)

É muito comum ainda que pessoas com problemas para dormir sofram de insônia em situações de estresse intenso ou que apresentem hipertensão, caso já tenham pré-disposição para problemas cardiovasculares. Contudo, nestes casos, o importante é que as mesmas passem a observar os sinais do corpo com atenção ao seu organismo, se ele começar a falhar ou algumas dores de cabeça surgirem, é bom observar; outros sintomas de alerta são ainda o cansaço, a falta de atenção, a irritabilidade, a depressão e a perda ou excesso de apetite (SIMURO, 2012)

Para Simuro (2012) o estresse também pode influenciar no peso de um indivíduo. Uma pessoa estressada com o trabalho pode ter um significativo aumento ou perda de peso, de acordo com os hábitos alimentares pré-estabelecidos, a pessoa busca alimentos calóricos, açúcares e carboidratos como forma de compensação ela certamente engordará e se a forma de compensação dela for o tabaco e a cafeína, ela emagrecerá.

Para solucionar a questão, a melhor dica é que os profissionais que estiverem ainda sob os efeitos de alerta, já procurem reverter tal quadro de estresse, buscando meios de melhorar a própria qualidade de vida, aprendendo a identificar os sinais emitidos pelo corpo e respeitando os próprios limites (SIMURO, 2012)

Segundo o mesmo autor ao entender o que o corpo diz, o professor deve ir para casa mais cedo em um dia que sua produtividade estiver baixa ou que estiver com sintomas de uma enxaqueca crônica, por exemplo. É importante entender a hora de descansar e, paralelamente a isso, adotar hábitos mais saudáveis para a própria vida.

Outra recomendação para quem deseja evitar um quadro de estresse crônico, este mais difícil se tratar, é começar a mudar as próprias atitudes, por exemplo, deixando de levar trabalho para casa, (SIMURO, 2012).

“O estresse atinge pessoas centralizadoras, competitivas e que ficam o tempo todo em estado de alerta. Estes profissionais não descansam e, por isso, levam o organismo à exaustão”, esclarece a psicóloga (SIMURO, 2012).

De acordo com a profissional, para sobreviver ao dia a dia das organizações, os colaboradores precisam saber separar o trabalho da vida pessoal e reservar um momento para o descanso.

O trabalhador precisa fazer mudanças na vida dele que quebrem a rotina de trabalho, descansar, separar o trabalho da vida social e familiar, por exemplo, são bons exemplos de como começar (SIMURO, 2012)

De acordo Nádía Leite, devemos estar atentos aos estressores laborais crônicos, sendo mais frequente em profissões com altas demandas emocionais e que exigem interações intensas, como é o caso, por exemplo, dos professores e dos profissionais de saúde. No caso dos profissionais de saúde, as demandas emocionais estão ligadas à compaixão, à onipotência de poder salvar vidas e à impotência por perdê-las. Já no caso do professor, as demandas são de outra natureza; estão relacionadas ao cuidado, à possibilidade ou não de se estabelecer um vínculo afetivo com o aluno que favoreça o processo de aprendizagem e permita ao professor realizar um bom trabalho, desencadeando a Burnout, que é resultado de longa exposição a estes estressores (SOUZA, 2009).

Para Souza (2009) os principais sintomas de Burnout são: exaustão emocional, despersonalização e sentimento de baixa realização profissional. A exaustão emocional é uma sensação de perda de energia, de esgotamento, quando o profissional comumente relata que, embora querendo, já não consegue mais se envolver emocionalmente com o seu trabalho. Em decorrência dessa exaustão surgem dois mecanismos reativos, a despersonalização, que é o desenvolvimento de atitudes negativas em relação às pessoas destinatárias do trabalho (escola, aluno) e o sentimento de baixa realização profissional, ou seja, uma sensação de fracasso profissional, de ineficácia.

Todos devem tomar os cuidados necessários, qualquer movimento no sentido de reduzir a vulnerabilidade do professor aos estressores do seu cotidiano, particularmente aqueles relacionados com as demandas emocionais, seria uma medida preventiva no sentido de minimizar as possibilidades de o indivíduo vir a desenvolver a síndrome de Burnout. Dessa forma, aplicam-se à prevenção, todas as estratégias voltadas para ajudar o indivíduo a lidar com o estresse. Por isso, o apoio dos pares e da direção da organização é muito importante. A direção da escola tem papel fundamental no sentido de minimizar problemas estruturais como, por exemplo, as condições de trabalhos inadequados.

Com relação aos colegas, a troca de vivências e de problemas comuns favorece a reorganização cognitiva no sentido do trabalhador rever suas expectativas e encontrar formas possíveis de lidar com suas frustrações, e ideais inalcançáveis (SOUZA, 2009).

Outro aspecto importante que deve ser observado, quanto ao Sedentarismo, com a industrialização e a tecnologia da vida moderna, as pessoas estão se acomodando e ficando cada vez mais sedentários.

Sedentarismo é o estado de quem pouco se mexe, vive sentado, evita o movimento. Caracteriza-se como sedentário quem não realiza atividades físicas extras dia-a-dia, o que em um adulto corresponde a um gasto energético abaixo de 2.500 kcal (quilocalorias) por semana.

No contexto da vida moderna, sedentarismo é o hábito de substituir movimentos básicos como caminhar, correr, saltar e carregar pelo movimento dos dedos diante de um teclado, do controle remoto, do computador ou do telefone (SABA, 2011).

Para Saba (2011) seja qual for à ordem dos fatores, (controle remoto, telefone sem fio, computador, etc.), o produto criado, foi a progressiva diminuição da quantidade de movimentação corporal dos cidadãos, incentivada pelas máquinas que substituem a ação humana e que são aceitas, desejadas e compradas por todos que tem condições financeiras de adquiri-las.

O corpo, essa máquina particular, foi feito para trabalhar. Todas as suas partes, todas as peças movem, os fluidos lubrificantes, os gases e as substâncias circulantes, tudo está aí para desempenhar um conjunto de funções. E há, aí, um detalhe importantíssimo que a sociedade moderna está esquecendo: muitas dessas funções mecânicas e orgânicas só acontecem se o corpo se movimentar. Se ficar muito tempo parado não funcionará plenamente (SABA, 2011).

Segundo o mesmo autor, se há, de fato, pessoas com preguiça suficiente para almejar o eterno barranco, os avanços tecnológicos e as mudanças que estes trouxeram para todas as atividades econômicas e sociais, favorecem e servem de justificativa para a instalação da vida sedentária, mas o ser humano ainda tem razão para não entregar os pontos. (SABA, 2011).

A vida dos tempos modernos está cada vez mais agitada e as pessoas têm que enfrentar situações críticas para sua subsistência, moradia, transporte, saúde, educação, emprego e momentos geradores de stress. Mas esta preocupação não é

consequência da era moderna e pode-se constatá-la com fragmento do filósofo Hipócrates: "Toda parte do corpo se tornará sadia, bem desenvolvida e com envelhecimento lento se exercitadas; no entanto, se não forem exercitadas, tais partes se tornarão suscetíveis a doenças, deficientes no crescimento e envelhecerão precocemente" (LIMA, 2007, p. 3).

2. CONDIÇÕES DE TRABALHO DOS PROFESSORES: AMBIENTE DE ESTRESSE OU AMBIENTE FAVORÁVEL?

O ambiente de trabalho de uma forma ou de outra é um gerador de estresse. A preocupação com as atribuições, os prazos de entrega, a legislação, a comunicação, a convivência com os colegas de trabalho e outras rotinas existentes, são alguns dos exemplos de atividades que podem ocasionar uma série de problemas físicos e emocionais nos servidores. Alguns passam horas trancados em salas de aulas, ou sentados defronte a um computador, outros em suas atividades laborais e não deixando de destacar, aqueles em más condições climáticas, por exemplo de uma quadra descoberta.

A rotina, a postura inadequada, equipamentos não ergonômicos, movimentos repetitivos são grandes responsáveis pelas chamadas L.E.R. (Lesões por Esforços Repetitivos) e D.O.R.T. (Distúrbios - Ósteos musculares Relacionados ao Trabalho), mas somente cada um dos envolvidos pode e deve iniciar uma prevenção a sua saúde para melhorar seu Estilo de Vida.

As demandas emocionais, no caso do docente, são inerentes à sua profissão, podem ser agravadas, por exemplo, por políticas educacionais que aumentam a sobrecarga de trabalho sem a devida contrapartida, ou por condições inadequadas de trabalho, ou pela presença de alunos particularmente difíceis (alunos violentos, com grande déficit de aprendizagem) ou ainda pelo sentimento de injustiça, de não reconhecimento do seu esforço e da importância do seu papel na sociedade (SOUZA, 2009).

Tudo isto faz necessário tomarmos alguns cuidados para que o Professor possa refletir a importância de prevenir - se, cuidando atentamente a sua rotina, pois a saúde é a base de tudo.

O trabalho sempre ocupou lugar na vida da humanidade. Nós nos organizamos e nos estruturamos em função do trabalho que constitui a atividade fundamental para o desenvolvimento do ser humano. Conforme o ditado popular, “O trabalho dignifica o homem”. Porém, em alguns casos, ele também pode causar estresse ou trazer distúrbios psicológicos.

Através do trabalho o homem se constrói, o modo de existir está diretamente ligado ao seu trabalho. Sua identidade se dá pela sua realização. Sua subsistência e de sua família depende do trabalho (JULIÃO, 2001).

Para Silva (2008) atualmente é empregado não apenas a qualidade no trabalho, mas também a qualidade de vida dos empregados, pois os empregados precisam ser felizes, para que sejam produtivos, devem sentir que o trabalho que executam é adequado a sua habilidade e que são tratados como pessoas. É importante ressaltar a importância de compreendermos a dinâmica interna de uma escola. Segundo Lipp (2008), destaca que a escola tem de enfrentar um problema crucial na atualidade acadêmica: as pressões sofridas pelos docentes, que os levam a apresentar uma série de comprometimentos biopsicossociais, prejudicando a qualidade de ensino e gerando problemas para os alunos, para administração, para os pais e para a comunidade.

Voltando o olhar para escola e todo o contexto político, econômico, social e cultural que a educação está inserida, percebemos que há uma sobrecarga de trabalho em especial aos professores.

O ambiente e a pressão sobre determinadas tarefas, tem alterado experiências no trabalho e seus significados, fatos que afetam o psicológico dos envolvidos. Na docência os desgastes físico e mental, ocasionados pelas exigências permanentes desta profissão, trazem certamente, impactos em termos de bem estar e saúde para a maioria dos profissionais.

Segundo a assessoria de comunicação do Ministério da Educação (MEC), dados de 2002 apontam que 46% dos educadores de todos os sistemas de ensino de nível básico (ensino fundamental e médio) enfrentam exaustão emocional, seja moderada ou alta e 32% tem baixo envolvimento no trabalho.

De acordo com Roberto de Leão (2010), presidente da Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação a escola pública brasileira há muitos anos passa por problemas sérios e bastante discutidos, e assim ele comenta a situação das escolas, dos professores e dos alunos de hoje. Segundo ele, o professor tem

como principal tarefa disseminar o conhecimento, porém, tem dividido seu tempo para desempenhar atividades que não deveriam estar no seu dia-a-dia. “Eles passaram a ter funções que, na verdade, são de psicólogos, assistentes sociais, e até dos pais”. É uma escola que passa por uma enorme dificuldade e é frequentada, em sua maioria, por pessoas de poucas posses, da classe média baixa, ou seja, pessoas que estão em situação econômica problemática. Enfim, é a escola que o povo frequenta e que passa hoje por dificuldades de estrutura, de funcionamento, etc. A escola pública brasileira se sustenta hoje muito mais pela solidariedade dos profissionais da educação que atuam nela, do que por conta das políticas públicas que deveriam fazê-la funcionar direito.

Hoje as escolas apresentam turmas muito grandes e está havendo um descompasso entre a realidade da escola e o mundo fora dela. O aluno tem, dentro da escola, acesso a coisas que lá fora, muitas vezes, ele não tinha, como o computador e o acesso às novas tecnologias. Mas os professores são obrigados a exercer diversas atividades para além daquelas que são inerentes a eles. Com isso, perde muito tempo nessas funções, dando bronca, conversando com os alunos, fazendo sempre a função de um psicólogo, querendo organizar a vida do aluno por um caminho menos problemático, tentando entender aquele tipo de comportamento. Evidentemente, isso tira o tempo destinado à transmissão de conhecimento.

A escola está sobrecarregada, mas ela também tem o papel de preparar o jovem no sentido de fazê-lo crescer para o mundo, para a vida. Muitas vezes uma aula, que teoricamente é perdida porque o conteúdo não foi dado, pode ser uma vitória porque, a partir dali, pode haver uma mudança de comportamento dos alunos ou de algum aluno em especial.

Para Castro (2009) um bom ambiente de trabalho é aquele, onde os professores e funcionários, tem a liberdade para desempenhar suas funções da melhor forma possível. Isso não é anarquia e muito menos utopia, como muitos pensam. É a realidade da era do conhecimento em que vivemos, para isso devemos destacar alguns pontos muito importantes.

O “bom humor” é a fonte do bem estar de qualquer pessoa. Pessoas só produzem e raciocinam bem, quando estão de bem com elas mesmas. Um ambiente descontraído, onde as essências e as interações são valorizadas, serão sempre mais produtivos. Um chefe que jamais dá um “bom dia” a seus funcionários ou que

nunca sorriu na vida fará com que seus funcionários vivam num terror desnecessário (CASTRO, 2009).

Segundo mesmo autor nenhuma escola sobrevive se possuir uma equipe medíocre. Um bom “processo de seleção”, com competências bem definidas e, principalmente, “atitudes bem avaliadas”, fará com que a escola possua uma equipe de alta performance, que terá grandes chances de inovar mais do que o normal.

O mundo em que vivemos é de uma “diversidade complexa”. Uma escola jamais será composta por pessoas de um perfil igual. Portanto é preciso respeitar a diversidade. E isso significa entender como cada pessoa funciona melhor e garantir que todos tenham o mesmo tratamento, mas com as variações que sejam adequadas (CASTRO, 2009).

Segundo Castro (2009) não basta ter os melhores cérebros para sua escola. É preciso “praticar o reconhecimento” sempre que fizerem algo que mereça tal distinção. Nenhuma pessoa se sentirá encorajada a pensar se souber que não receberá nenhuma distinção das demais.

Bem alinhado com o feedback, está o “processo de ouvir”, ouvir é sempre melhor do que falar. A escola que não escuta os seus funcionários trabalha em um processo de ditadura, onde a voz do “professor” nunca tem vez. Grandes idéias nascem dos professores e funcionários, sua escola não crescerá jamais sem eles (CASTRO, 2009).

É preciso “envolver as pessoas”. Todos nós trabalhamos para sermos parte de algo importante na vida. As escolas que conseguem envolver seus professores e funcionários a ponto de que todos acreditem e, usando aquele termo antigo, “vistam a camisa”, são aquelas que inovam mais e que tem sua equipe mais feliz. Esta tarefa não é fácil. É preciso ter certeza de que todos estejam essencialmente fiéis aos seus valores (CASTRO, 2009).

Castro (2009) relatou que “incentivar a capacitação” constante de seus professores e funcionários. O mundo da tecnologia principalmente é muito dinâmico. Uma escola de qualidade é aquela que está sempre inovando em formas de aprendizagens através das tecnologias diversas, principalmente aquelas, que facilitam a transmissão. A escola, só se beneficiará se apostar na capacitação de seus funcionários. Um curso pode causar desfalques, mas pense nos benefícios da disseminação dos conhecimentos adquiridos dentro da sua escola.

Ser “transparente sempre”: não existe nada pior para uma escola do que os funcionários descobrirem as coisas por meios não oficiais. Por pior que seja a notícia, não tenha medo de expô-la à sua equipe. Desprezar seu funcionário por semanas, tirando responsabilidades aos poucos, é ferir a autoestima de qualquer um (CASTRO, 2009).

‘Criar e incentivar a colaboração’: conhecimento é poderoso quando compartilhado na sua instituição. As escolas mais eficientes são aquelas onde as pessoas colaboram umas com as outras. Cabe a todos garantir que essa colaboração funcione de forma orgânica. E, principalmente, buscar eliminar obstáculos que atuem contra a colaboração (CASTRO, 2009)

Para Castro (2009) numa gestão de eficiência, jamais poderá “podar novas idéias”. Um pensamento comum em empresas comuns é: o que funcionou até agora, não precisa ser mexido. Esse é um dos maiores erros de gestão, pois vai exatamente contra a inovação. Seus funcionários constantemente virão com novas ideias, conceitos e paradigmas. Um professor ou funcionário que traz novas ideias demonstra que está engajado em buscar melhorar a escola. Um corte mal feito pode desencorajar qualquer atitude inovadora em sua equipe.

Existem dezenas de outras maneiras de criar um bom ambiente de trabalho. Procure praticar algumas que são bastante simples de serem aplicadas. Não ache que aplicando meia dúzia delas você estará com uma escola feliz. Seja inovador sempre, com seus colegas professores e funcionários (CASTRO, 2009).

3. A INDISCIPLINA DOS ALUNOS: PROBLEMAS EXTERNOS OU INTERNOS?

A indisciplina por parte de determinados alunos nas salas de aulas, é um tema muito delicado que necessita ser estudado, pois se apresenta de forma polêmica, é considerado um dos principais obstáculos da educação, comprometendo muito as condições de trabalho dos professores.

Sabemos que a indisciplina na escola tem sido uma preocupação crescente nos últimos anos entre os educadores. Ela vem aumentando gradativamente e prejudicando a Qualidade de Vida no Trabalho dos Professores. Precisamos de muito estudo e reflexão sobre o assunto quando se trata do processo ensino

aprendizagem, pois a indisciplina é um problema que nem as várias teorias estão conseguindo resolver e vem se tornando uma barreira pedagógica difícil de transpor (LEPRE, 2009).

Atualmente, dentro do âmbito escolar, considerada umas das queixas mais frequentes, feitas por professores, a ponto de ocupar um lugar de destaque, é a indisciplina, já se tornou um fato comum tanto nas escolas públicas, quanto nas privadas. É possível notar que na definição do termo, por parte dos professores, há um misto de preocupação, impaciência e indignação. Segundo a maioria deles, tal comportamento, apresentado por certas crianças, prejudica excessivamente o andamento do trabalho pedagógico desenvolvido na sala de aula. Entre os prejuízos, cita o barulho excessivo, a não realização das tarefas propostas, a falta de obediência, além da queixa de que a indisciplina cria um clima de “anarquia geral” que parece contaminar as demais crianças.

A indisciplina permanece sendo atualmente, um dos maiores problemas pedagógicos enfrentados pelos professores na escola. Como afirma Aquino (1996, apud LEBRE 2009, p.09), “há muito os distúrbios disciplinares deixaram de ser um evento esporádico e particular no cotidiano das escolas brasileiras, para se tornarem, talvez, um dos maiores obstáculos pedagógicos dos dias atuais”.

Para Parrat-Dayana (2008 apud Lepre, 2009 p.07), “os problemas de indisciplina manifestam-se com frequência na escola, sendo um dos maiores obstáculos pedagógicos do nosso tempo”.

A indisciplina seria, talvez, o inimigo número um do educador atual, cujo manejo às correntes teóricas não conseguiriam propor de imediato, uma vez que se trata de algo que ultrapasse o âmbito estritamente didático pedagógico imprevisto ou até insuspeito no ideário das diferentes teorias pedagógicas. (AQUINO, 1996 apud LEPRE, 2009).

Podemos observar nos comportamentos que entram na lista dos indisciplinados, que é comum encontrarmos empurrões, chutes, tapas, grandes brigas, ofensas verbais acompanhadas de atos físicos, depredações e outros. Ocorrências desse tipo estão cada vez mais frequentes no cotidiano das escolas brasileiras, sejam elas públicas ou privadas.

Esta pesquisa tem como preocupação, levar o professor refletir as razões do mau comportamento e indisciplina dos alunos em sala de aula. Acredito que este estudo poderá ser relevante para que os principais interessados deste assunto,

reflita de maneira consciente e não ocorra situações de conflito e enfrentamento com os determinados alunos.

Para Vasconcellos (1994 apud Bretta e Bueno, 2007), um comportamento indisciplinado é qualquer ato ou omissão que vai de encontro aos princípios do regulamento interno ou regras básicas estabelecidas pela escola, pelo professor ou pela comunidade. Todavia, ir contra a indisciplina à base de humilhação, está ao invés de prevenir delitos, os promove. A saída é reforçar no aluno, o sentimento de sua dignidade como ser moral).

Para Paulo Freire, há uma marcante diferença entre disciplina, indisciplina e autodisciplina. Em entrevista concedida à Ilca Viana e outros (1988 apud Lepre, 2009), define:

Eu começaria por dizer que, para mim, toda disciplina envolve autodisciplina. Não há disciplina que não gere ao mesmo tempo o movimento de dentro para fora, como não há uma disciplina verdadeira se não há capacidade. O sujeito da disciplina tem de se disciplinar. Eu diria que há duas disciplinas, em relação às vezes, contraditória, que marcam a diferença com a indisciplina. Quer dizer, na indisciplina, tu não tens autodisciplina nem disciplina. Quer dizer, a indisciplina é a licenciosidade, é o fazer o que quero, porque quero. A disciplina é fazer o que posso, o que devo e o que preciso fazer. Fazer o que é possível na disciplina, tornar possível o que agora é impossível diz respeito necessariamente à vida interior da pessoa. É assim que eu vejo o movimento interno e externo da disciplina. E para isso acho que a presença da autoridade é absolutamente indispensável. (Paulo Freire, In. Vianna, 1989, p.12)

A disciplina precisa ser construída, pois na escola ocorre o seriíssimo risco de se cair no jogo da culpabilização, do “empurra – empurra”: os professores dizem que os responsáveis pela indisciplina em sala de aula são os pais (que não dão limites), que culpam os professores (que são incompetentes) e a escola (que não tem pulso firme), que culpa o sistema (que não dá condições), etc. e principalmente jogando culpa no aluno como único responsável e fazendo generalizações na escola para explicar as causas da indisciplina, partindo-se muitas vezes para uma verdadeira caça aos culpados (LIMA, 2008).

A indisciplina não como algo que é só da escola. A sociedade e o mundo estão muito violentos, hoje. A falta de perspectiva para nossa juventude é uma realidade e isso termina refletindo dentro da escola pública. Aliás, a escola é o único aparelho social que o Estado conta para poder fazer políticas de integração desse pessoal que vive mal, que não tem serviço, que têm poucas perspectivas num

mundo extremamente competitivo. Então, o único lugar que o Estado tem para que essas pessoas possam construir algo de forma solidária é a escola. E isso, no entanto, acaba sobrecarregando o trabalhador da escola, ou seja, os professores, pois eles passaram a ter funções que, na verdade, são de psicólogos, de assistentes sociais, e até de pais. Há professores que terminam atuando para além daquilo que seria sua função primeira, que é ensinar.

As pessoas isoladamente não são culpadas, a “culpa” se encontra na situação social, que estrutura as pessoas a tirar de si, a responsabilidade por algo que tem sua razão mais ampla e complexa, ficando mais fácil passar o problema para frente e se descomprometendo com o que mais possa acontecer. O caminho não é ficar se buscando o “culpado”, não podemos também nos omitir, enquanto ficamos de braços cruzados não encontraremos alternativas para amenizar o problema. É preciso o compromisso de cada setor responsável, dentro de uma visão de totalidade, articulada, cobrando e exigindo a participação de todos os envolvidos com a situação emergente, percebendo que ela faz parte de um sistema, que envolvem todos e, portanto, diz respeito a todos. O desafio emergente “é construir uma teoria que efetivamente possa contribuir no enfrentamento do problema” (VASCONCELLOS, 2000, LIMA, 2008, p.17).

É preciso inovar, adotar outras formas de direcionar as atividades escolares, pois para fora da escola tudo é tão envolvente, colorido e interativo, e na escola e na sala de aula é tudo monótono.

As perspectivas de ação devem considerar todas as relações possíveis, sabendo que os fatores que atuam no comportamento dos alunos levando à indisciplina estão relacionadas desde fatores gerais como: organização da sociedade, família, mídia, diversidade entre alunos, problemas de distúrbio de atenção, carência afetiva, entre outros, e fatores pedagógicos, como a imposição ou falta de regras, formação de professores e relacionamento professor e alunos desgastado de tanto pedir silêncio e atenção. (OLIVEIRA, 2005, apud LIMA, 2008).

A dinâmica da Escola tem grande importância na concretização de valores que fazem parte do contexto das relações entre seres humanos. É na Escola que os cidadãos aprendem a conviver, desenvolvem valores éticos e promovem – se relações de aprendizagem e de conhecimento de idéias que movem o mundo (SOUZA, 2009).

Segundo Souza (2009) a importância da Escola na formação de valores é muito grande e tem de ser discutida plenamente para que todos os que procuram - na não aprendam simplesmente conteúdos, mas principalmente tenham oportunidade de convivência, conhecimento da realidade, engajamento popular, espírito crítico e formação dentro dos princípios plenos da cidadania.

É importante para a Escola trabalhar com valores para que os educandos sejam impelidos a vivenciar cada valor ético no cotidiano da escola e no próprio cotidiano da vida. A escola pode ser a oportunidade de crescimento intelectual e de crescimento cidadão para o florescer de um espírito de conhecimento que seja útil para a sociedade e para todos os indivíduos (SOUZA, 2009)

Para formação de valores na Escola é preciso desenvolver no processo educativo a eticidade, espírito cívico, cidadania ativa, conhecimento crítico, pensamentos ecológicos e educação para o pensar, onde todos tenham na curiosidade como ponto de partida para uma formação adequada e vitoriosa (SOUZA, 2009).

Os educadores, tem que despertar no aluno a visão do mundo em que vivemos, mostrar seus problemas, discutir a realidade e dar a cada educando a oportunidade de falar, de debater os problemas de sua comunidade e de sua escola. Escola é, sobretudo, local de diálogo, de surgimento de dúvidas, de formação de idéias e de exercício pleno da cidadania (SOUZA, 2009).

As escolas têm de mostrar o mundo aos seus alunos, discutir as ações dos gestores políticos, formar líderes e criar indivíduos que sejam agentes de mudanças; engajados na melhoria dos problemas do mundo e ativos na luta por uma sociedade melhor e mais justa.

É importante desenvolver na escola ações de respeito mútuo entre os membros da comunidade, procura incessante pela justiça e oportunidades de crescimento de seus educandos nos aspectos relativos à solidariedade, à democracia ativa, à justiça, à amizade e outros valores importantes para a melhoria da sociedade (SOUZA, 2009).

As Escolas devem discutir sempre os problemas da comunidade que faz parte e promover nos jovens o respeito a todos que a fazem, desde o diretor até o mais simples funcionário, que são efetivamente trabalhadores da educação. É importante reconhecer o valor dos que fazem a Escola e a importância de seu trabalho na concretização do trabalho educativo (SOUZA, 2009).

A Escola deve ser pautada em ações que levem seus membros a discutirem sua prática cidadã e seu engajamento na melhoria da sociedade e em um processo de formação que tenha sempre o desejo de servir, lutar e buscar um mundo livre de injustiças e segregações.

4 METODOLOGIA

Para realização desta pesquisa, num primeiro momento será realizada uma pesquisa bibliográfica referente ao tema, propiciando maior aprofundamento dos fundamentos envolvidos, sendo este mediado pelo orientador da IES.

Após conclusão desta pesquisa, será feita a implementação deste projeto, que será realizado com professores do quadro próprio do magistério da Escola Estadual Ruth Martinez Corrêa. Essa execução terá como propósito aumentar a conscientização dos professores sobre a importância de melhorar sua qualidade de vida, suas relações interpessoais no contexto o qual estão inseridos, bem como reconhecer, quais os principais fatores que dificultam a qualidade de vida no ambiente escolar.

O desenvolvimento será feito nos aspectos teóricos e práticos, com finalidade de oferecer medidas e ações preventivas, para que os professores saibam como melhorar sua qualidade de vida, minimizando assim, os fatores estressantes no ambiente de trabalho e possíveis transtornos causados no decorrer de suas vidas.

Esta pesquisa será desenvolvida de forma dinâmica, sendo este teórico e prático, o qual constará de grupos de estudos, trabalhos individuais, aplicações de testes, atividades relacionadas à qualidade de vida e aulas expositivas sobre o tema envolvido.

5 INTERVENÇÃO

A intervenção iniciou com um contato com a Diretora da Instituição de Ensino, para apresentar a proposta de trabalho e obter a autorização e o apoio para aplicação do Projeto de Implementação. Foi previamente explicado à Direção como

será o desenvolvimento do trabalho com os professores e combinar os horários para implementação, conforme a disponibilidade dos professores e da Direção, utilizando o horário de Hora Atividade dos mesmos para então realizar o levantamento dos grupos que irão participar dos estudos e distribuí-los conforme o cronograma realizado com a Direção.

Constitui-se no esclarecimento do professor PDE aos professores da escola, sobre a proposta de trabalho. Tem o objetivo de sensibilizar e apresentar o Tema a ser estudado: "Fatores que dificultam o Trabalho dos Professores: Causas, Identificação e Prevenção". Para apresentar o trabalho, inicialmente será exibido um vídeo sobre Estilo de Vida Saudável. Logo após o vídeo, serão expostos alguns passos importantes, sobre alguns fatores, que possam dificultar nosso trabalho no dia a dia, ressaltando a importância de estarmos atentos aos prejuízos que os mesmos possam trazer aos educadores. Em seguida será o momento de estabelecer parcerias com os professores para o desenvolvimento dos estudos, levando-os a ação reflexiva de sua prática pedagógica.

O terceiro momento tem por objetivo a apropriação dos participantes sobre o estudo proposto: "Fatores que dificultam o Trabalho dos Professores: Causas, Identificação e Prevenção". Para isto serão utilizados nesta etapa, recursos didáticos para apreensão do conhecimento: vídeos, apostilas de textos, data-show, etc. Inicialmente os participantes irão assistir ao vídeo sobre como melhorar seu Estilo de Vida, com objetivo de contribuir para o equilíbrio da Saúde dos professores, oferecendo-lhes um fortalecimento de seus vínculos, tornando-os profissionais mais preparados emocionalmente para lidarem com as diversidades em sala aula. Possibilitar aos Professores uma reflexão, para identificar a Indisciplina dos alunos, como um dos Fatores que mais causam prejuízos ao seu trabalho no cotidiano escolar. Levar os professores a refletir, as razões do mau comportamento e indisciplina dos alunos em sala de aula, sensibilizando-os de maneira consciente, para que não ocorra, situações de conflitos e enfrentamentos, com determinados alunos.

Após assistir ao vídeo terá uma discussão (plenária) sobre o tema proposto.

Serão apresentadas propostas de leituras de textos, a ser combinada com o grupo, onde poderão ser estudados os seguintes temas:

- Indisciplina, entender hoje para não sofrer mais amanhã.
- Indisciplina: Um dos maiores Problemas Pedagógicos.

- Indisciplina e a Autoridade dos Professores.
- A Indisciplina e a sua Culpabilização: Um Jogo de "empurra, empurra".
- Como combater a Indisciplina na Escola.
- Saúde Mental do trabalhador e qualidade de vida
- Indisciplina Escolar

As leituras dos textos serão sempre precedidas de discussão e plenária sobre os assuntos abordados, visando maior reflexão sobre a identificação, tratamento e prevenção da Síndrome de Burnout nos professores.

Em uma outra etapa, serão apresentados aos professores materiais informativos para sensibilizar os Professores através de apostila, com sugestões de procedimentos e técnicas de enfrentamento da Indisciplina entre por parte dos alunos, contendo estratégias voltadas para o grupo de professores.

É importante ressaltar que estes instrumentos são informais, serão apenas utilizados como uso informativo para melhor sensibilizar os Professores e não terão caráter diagnóstico.

Para encerrar será realizado com os participantes uma avaliação informal sobre o trabalho realizado, através de relatos individuais e/ou por escrito, onde destacarão os aspectos positivos e negativos da Implementação, com sugestões e propostas de ações simples e possíveis que poderão ser implantadas na escola a partir dos conhecimentos adquiridos.

Como sugestão foi indicado aos professores cursos grátis oferecidos pelo SESI (www.eadsesipr.org.br/loja/) relacionados á saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para lutar contra o desinteresse dos alunos é necessário aceitar que os alunos são como são e não como os professores gostariam que fossem. Com uma atitude irreverente, estão desafiando cada vez mais os professores, que tem dificuldades em entendê-los e ajudá-los.

Para combater a falta de interesse, os professores deveriam desafiá-los com atividades interessantes, estímulos à busca de respostas, aulas bem preparadas e nem sempre teóricas, propondo o diálogo em lugar de monólogos expositivos. Dessa forma, muitos dos problemas alegados como indisciplina ou desinteresse deixariam de existir em virtude do prazer proporcionado aos alunos pelo entendimento do assunto trabalhado em aula e pela apreensão de sua aplicabilidade na vida diária.

Contudo, nem todos os problemas podem ser solucionados pelos professores. Assuntos como insegurança, revolta, não aceitação de autoridade constituída (ninguém manda em mim), precisam ser tratados com a família. Os pais precisam participar de reuniões com palestras realizadas por pessoas especializadas (psicólogas, psicopedagogas, Conselho Tutelar, etc.), pois muitos deles deixam de formar valores morais e éticos em seus filhos por falta de conhecimento de como fazê-lo e, até mesmo do Estatuto inseguros quanto ao que podem ou não podem fazer na educação dos filhos, que acabam por entender que podem tudo.

Quando o aluno entender que pode contar com a atenção, o apoio, o carinho e o respeito tanto da família quanto dos professores, ele passará a valorizar mais a escola e seus componentes, por sentir que pode usufruir daquilo que está aprendendo, melhorando sua vida e a de seus familiares.

REFERÊNCIAS

BUENO, Ivonete. BRETTEA, Livia Cristina. **PROPOSTA PEDAGÓGICAS PARA A INDISCIPLINA EM SALA DE AULA.** 2007. Disponível em:

http://www.ceped.ueg.br/anais/lledipe/pdfs/propostas_pedagogicas_para.pdf
Acessado em: 25 de outubro 2012

CASTRO, Flávio Steffens. **CRIANDO UM BOM AMBIENTE DE TRABALHO.** 2009. Disponível em: <http://www.agileway.com.br/2009/09/29/criando-um-bom-ambiente-de-trabalho/>. Acessado em: 05 de novembro de 2012

Disponível em: <<http://www.artigos.com/artigos/humanas/educacao/a-escola-e-a-formacao-de-valores-5800/artigo/>> Acessado em: 28 de novembro de 2012

GUIMARÃES, Sirlene. JÚNIOR, Osvaldo Manzotti. AMORIM, Cloves. **O STRESS DO PROFESSOR.** Revista de Psicologia Argumento. V.25. n 48; Jan/Mar. 2007.

JULIÃO, Patrícia. **AVALIAÇÃO EM EMPRESA DO SETOR AUTOMOBILÍSTICO A PARTIR DO CLIMA ORGANIZACIONAL E DO SISTEMA DA QUALIDADE BASEADO NA ESPECIFICAÇÃO TÉCNICA ISO/TS 16.949.** 58 p. Trabalho de Conclusão de Curso. Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade. Universidade São Paulo: 2001. Acessado em: 25 de outubro de 2012

LEÃO, Roberto. **A ESCOLA PÚBLICA BRASILEIRA: UMA REALIDADE DURA.** 2010. Disponível em: <http://amaivos.uol.com.br/amaivos09/noticia/noticia.asp?cod_canal=35&cod_noticia=12879> Acessado em: 15 de setembro de 2012.

LEPRE, Rita Melissa. **REFLEXÕES SOBRE A INDISCIPLINA NA ESCOLA.** 2009. Disponível em: < <http://www.psicopedagogia.com.br/artigos/artigo.asp?entrID=1167>> Acessado em: 28 de novembro de 2012

LIMA, Genuzi. **QUALIDADE DE VIDA DO SERVIDOR PÚBLICO E A PRÁTICA DA GINÁSTICA LABORAL NA ESCOLA AGROTÉCNICA FEDERAL DE SATUBA - ALAGOAS.**2007. Disponível em:
<http://artigos.netsaber.com.br/resumo_artigo_15260/artigo_sobre_qualidade_de_vida_do_servidor_publico_e_a_pratica_da_ginastica_laboral> Acessado em: 28 de novembro de 2012

LIMA, Luiza de Fátima Weiber. **O FRACASSO ESCOLAR: CONSTRUINDO NOVOS SABERES.** Caderno pedagógico secretaria de estado da educação - Programa de Desenvolvimento Educacional: PDE, Ponta Grossa 2008

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. **STRESS DO PROFESSOR**. 2008; Disponível em: <<http://books.google.com.br/books?id=LCTrckjX6qlC&pg=PA9&lpg=PA9&dq=destaca+que+a+escola+tem+de+enfrentar+um+problema+crucial+na+atualidade+acad%C3%A2mica:+as+press%C3%B5es+sofridas+pelos+docentes,+que+os+levam+a+apresentar+uma+s%C3%A9rie+de+comprometimentos+biopsicossociais>> Acessado em: 28 de novembro de 2012.

ROCHA, Bruno Ribeiro da. DELCONTI, Wesley Luiz. **A RELAÇÃO ENTRE O LAZER E A QUALIDADE DE VIDA: INDICATIVOS À ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA**. Pré Projeto do Curso de Especialização em Saúde e Atividade Física do CESUMAR, Maringá – PR

SABA, Fábio, **Levante-se desse sofá!** 2011. Disponível em: <<http://www.fabiosaba.com.br /2011/05/25/levante-se-desse-sofa/>> Acessado em: 28 de novembro de 2012.

SILVA, Claudia Gabriela. **QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO E SUA INFLUÊNCIA NA PRODUTIVIDADE**. 184p. Trabalho de Conclusão de Curso em Administração. Centro de Educação Balneário Camboriú. Universidade do Vale do Itajaí: 2008.

SILVA, Diego Augusto Santos. JESUS, Karina Passos de. SANTOS, Roberto Jerônimo. Conceito de saúde e qualidade de vida para acadêmicos de educação física – um estudo descritivo. Disponível em: <http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/EDUCACAO_FISICA/artigos/saude-qualidade_vida.pdf> Acessado em: 28 de novembro de 2011

SIMURO, Sâmia. **Aumento do estresse no trabalho pode causar diferentes problemas de saúde**. Disponível em: <<http://www.administradores.com.br /informe-se /carreira-e-rh/aumento-do-estresse-no-trabalho-pode-causar-diferentes-problemas-de-saude/53976/>> Acessado em: 28 de novembro de 2012

SOUZA, Francisco Djacyr Silva de. **A escola e a formação de Valores**. 2010. Disponível em: < <http://www.artigos.com/artigos/humanas/educacao/a-escola-e-a-formacao-de-valores-5800/artigo/>> Acessado em: 28 de novembro de 2012