

O bem-estar subjetivo de professores: uma investigação em tempos de pandemia

The subjective well-being of teachers: an investigation in times of pandemic

El bienestar subjetivo de los docentes: una investigación en tiempos de pandemia

Luiz Gonzaga Lapa Junior*

Resumo

As pandemias, como a da Covid-19, afetam uma quantidade relativamente grande de pessoas e impõem novas regras e novos hábitos sociais para a população mundial. O distanciamento social e o fechamento de escolas, bem como a nova forma de o docente trabalhar, podem promover mudanças no sistema emocional. O objetivo deste estudo foi investigar o bem-estar subjetivo (BES) em docentes de três municípios de Goiás. Participaram 481 docentes, com idades entre 25 e 64 anos, sendo 319 do gênero feminino (66,3%). Utilizou-se a escala de bem-estar subjetivo (EBES) de Albuquerque e Tróccoli (2004). Apesar dos momentos de pandemia, os resultados apontam a predominância de afetos positivos e uma indefinição quanto à satisfação com a vida. Destacam-se os afetos negativos apresentando uma correlação direta com satisfação com a vida ($r=0,206$, $p<0,01$), e o fator geral do BES teve uma forte correlação positiva com os afetos negativos ($r=0,721$, $p<0,01$). Investigar o BES de docentes é importante no campo da Educação, para o planejamento de ações e políticas públicas referentes à saúde coletiva e à felicidade desses sujeitos.

Palavras-chave: bem-estar subjetivo; docentes; afetividade; satisfação com a vida.

Abstract

Pandemics, like that of Covid-19, affect a relatively large number of people and impose new social rules and habits on the world population. Social distance and school closings, as well as the new way for teachers to work, can promote changes in their emotional system. The objective of this study was to investigate the subjective well-being (BES) in teachers from three municipalities in Goiás. 481 teachers participated, aged between 25 and 64 years, in which 319 are female (66.3%). The Subjective Well-Being Scale (EBES) of Albuquerque and Tróccoli (2004) was used. Despite the pandemic moments, the results point to the predominance of positive affects and an uncertainty regarding satisfaction with life. Negative affects stand out, presenting a direct correlation with life satisfaction ($r=0.721$, $p<0.01$) and the general BES factor had a strong positive correlation with negative affects ($r=0.721$, $p<0.01$). Investigating the subjective well-being of teachers is important in the field of Education for planning public actions and policies regarding the collective health and happiness of these subjects.

Keywords: subjective well-being; teachers; affection; satisfaction with life.

Recebido em: 30/10/2020 – Aprovado em: 27/11/2021

<http://dx.doi.org/10.5335/rep.v28i3.11808>

* Mestre e doutor em Educação pela Universidade de Brasília (UnB), participante de grupos de pesquisa pela UnB e pela Universidade Estadual Paulista (Unesp). Tem experiências docentes nas redes pública e particular de educação básica pela Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal, bem como no ensino superior dessa localidade. Orcid: <https://orcid.org/000-0003-3488-947X>. E-mail: lapalipe@gmail.com

Resumen

Las pandemias, como la Covid-19, afectan a un número relativamente grande de personas e imponen nuevas reglas y hábitos sociales para la población mundial. El distanciamiento social y el cierre de escuelas, así como la nueva forma de trabajar de los docentes, pueden promover cambios en su sistema emocional. El objetivo de este estudio fue investigar el bienestar subjetivo (BES) de docentes de tres ciudades de Goiás, participaron un total de 481 docentes, con edades comprendidas entre los 25 y los 64 años, de los cuales 319 eran mujeres (66,3%). Se utilizó la Escala de Bienestar Subjetivo (EBES) de Albuquerque y Tróccoli (2004). A pesar de los momentos de La pandemia, los resultados muestran el predominio de afectos positivos y una indefinición sobre La satisfacción con la vida. Se destacan los afectos negativos, que muestran una correlación directa con la satisfacción con la vida ($r = 0,206, p < 0,01$) y el factor general de la BES tuvo una fuerte correlación positiva con los afectos negativos ($r = 0,721, p < 0,01$). Investigar el bienestar subjetivo de los docentes es importante en el campo de la Educación para planificar acciones y políticas públicas en torno a la salud y felicidad colectiva de estos sujetos.

Palabras clave: bienestar subjetivo; maestros; afecto; satisfacción con la vida.

Introdução

Vivenciamos momentos de fragilidade e possível perda de identidade com o confinamento imposto pela Covid-19. Muitos indivíduos afloraram sentimentos e ações como cooperação, solidariedade, medo, ansiedade, solidão, companheirismo, entre outros. Independentemente das funções desempenhadas, as pessoas reduziram drasticamente o contato físico com o próximo. A repercussão da Covid-19 teve impactos sociais, econômicos, políticos, culturais e históricos para a humanidade. Possivelmente, muitas pessoas podem vir a desenvolver algum tipo de problema de saúde mental durante a pandemia. Situações como isolamento social, medo do contágio, luto pela perda de pessoas conhecidas, restrições de mobilidade, falta de trabalho, perdas financeiras relacionadas ao desemprego e novos desafios nas atividades diárias apontam possíveis sequelas na saúde mental e no bem-estar psicossocial dos indivíduos.

No cenário pré-pandemia a saúde docente chamava a atenção da sociedade para o sofrimento e o mal-estar decorrentes do trabalho. A análise da atividade docente revelou um processo de intensificação do trabalho (ARAÚJO *et al.*, 2019). Nessa ótica, Araújo *et al.* (2019, p. 5) comentam:

Tal característica relaciona-se ao processo de precarização social do trabalho, que envolve precarização econômica (condições salariais, jornada de trabalho, contrato) e precarização das condições de trabalho (mudanças na organização e processo produtivo com o uso de novas ferramentas e modelos de gestão flexível que alteram as rotinas laborais e as formas de controle).

A fragilização emocional dos docentes ficou mais evidenciada no processo de pandemia da Covid-19. A rotina alterou o modo como as aulas são preparadas, bem

como evidenciamos uma grande cobrança por produtividade. Em paralelo, há a realidade em lidar com diferentes recursos tecnológicos para a produção de aulas, reuniões *online* com gestores, elaboração e correção de inúmeras atividades, pensar e descobrir novas metodologias, manter o maior quantitativo de alunos concentrados em um ambiente virtual por turma, e todo esse processo tem que ser incorporado às novas práticas docentes. Os trabalhos domésticos e os cuidados com a família são ações incorporadas às outras exigências. Vivenciar essas demandas e manter a saúde mental satisfatória é o desafio para os docentes. Assim, no atual panorama social, torna-se significativo analisar o bem-estar afetivo dos docentes e compará-lo ao estado emocional, para implantar projetos interventivos nas instituições de ensino.

Diversos estudos buscam compreender o bem-estar dos indivíduos, seja como sinônimo de saúde, felicidade ou por conceitos que “buscam dar conta de uma multiplicidade de dimensões discutidas nas chamadas abordagens gerais ou holísticas” (TEIXEIRA; PEREIRA; SANTOS, 2012). No sentido de saúde, Diener e Chan (2011) confirmam que o bem-estar influencia tanto a saúde como a longevidade. Pesquisas apontam que o bem-estar positivo relaciona-se às baixas taxas de mortalidade em pacientes com HIV e insuficiência renal (CHIDA; STEPTOE, 2008). De forma inversa, as emoções negativas podem fortalecer doenças cardiovasculares (SULS; BUNDE, 2005). Como sinônimo de felicidade, Siqueira e Padovam (2008), entre outros, usam o conceito de bem-estar subjetivo (BES). A felicidade também é definida como emoção positiva duradoura revestida de estabilidade (CONTRERAS; ESGUERRA, 2006), como um estado emocional, subjetivamente definido por uma pessoa (SNYDER; LOPEZ, 2009).

Neste trabalho, o estudo do BES busca compreender a avaliação que as pessoas fazem de suas vidas (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004). O alto nível de BES é um estado que muitos indivíduos desejam, alguns alcançam e poucos desprezam como sendo um luxo desnecessário para si (DIENER; CHAN, 2011). Dada a estreita relação do BES como algo desejável e benéfico à saúde e à felicidade, torna-se importante analisar a afetividade dos docentes, prioritariamente neste momento de doença coletiva.

Para compreender como estão as emoções de professores e professoras nos aspectos pessoais durante o isolamento social, foi realizada uma pesquisa com docentes da rede pública de ensino da educação básica em municípios de Goiás. O objetivo desta pesquisa visou compreender o estado emocional do corpo docente desses municípios, para a implantação de projetos interventivos intentando melhorias no processo de acolhimento e auxílio para a produção de metodologias diferenciadas nas diversas áreas do conhecimento.

Estudos do bem-estar subjetivo

Continuamente, os indivíduos fazem avaliações acerca de suas vidas e geram emoções prazerosas ou desgostosas. Essas emoções afetam atitudes e comportamentos, e estes podem ser indicadores do bem-estar das pessoas. Diversos autores citam o bem-estar como o funcionamento positivo ou a experiência e o funcionamento psicológico positivo (RYFF, 1989; RYAN; DECI, 2001; DECI; RYAN, 2008; WATERMAN, 1993). Outros o descrevem como experiências de prazer e desprazer construídas pelas pessoas para julgar sobre o que é bom ou mau em suas vidas (RYAN; DECI, 2001).

O bem-estar subjetivo (BES) tem um amplo conceito e inclui duas dimensões correlacionadas entre si: uma cognitiva (satisfação com a vida) e outra afetiva (positivos e negativos). É uma área que integra conceitos como a qualidade de vida e o afeto. O BES vem sendo pesquisado e mensurado em diversas culturas no mundo. As investigações sobre o tema o coloca sob os olhares de várias áreas da Psicologia, como Psicologia Social, Psicologia da Saúde e Psicologia Clínica (GALINHA, 2008), além da Educação.

Para Nascimento, Taissun e Martins (2019, p. 245), o BES engloba amplas avaliações, “como julgamentos de satisfação consigo mesmo, com a própria saúde e com sentimentos específicos que refletem como as pessoas estão reagindo aos eventos e circunstâncias correspondentes”. Os autores também comentam:

Em síntese, a dimensão cognitiva refere-se ao julgamento da satisfação global com a vida e da satisfação com seus diferentes domínios, como trabalho e família. A dimensão afetiva se refere às reações emocionais aos eventos e circunstâncias e são compostas por afetos positivos (alegria, contentamento), bem como por afetos negativos (culpa, vergonha, tristeza). Nesse sentido, um bom nível de bem-estar subjetivo ocorre quando o indivíduo reconhece um elevado nível de satisfação global com a vida, assim como um balanço positivo da vivência de afetos positivos e negativos.

O termo felicidade é utilizado na área de estudo sobre o bem-estar como sinônimo de BES, pois enfatiza a felicidade como busca pelo prazer – aquilo que minimiza o sofrimento, proporciona uma vida prazerosa e favorece a satisfação com a vida (SNYDER; LOPEZ, 2009). O bem-estar subjetivo satisfatório é definido pela predominância de experiências de afetos positivos, baixos índices de afetos negativos e elevada satisfação com a vida. Assim, o BES não somente é influenciado pela ausência dos afetos negativos, como também necessita da vivência de afetos positivos.

Com relação ao bem-estar e à saúde, Ryff, Singer e Love (2004) demonstraram que níveis altos de bem-estar estão associados positivamente às melhorias em doenças, como cardiovasculares e processos inflamatórios crônicos, por exemplo. O olhar sobre a saúde se remete à relação entre indivíduo e trabalho, cujos resul-

tados buscam a satisfação nas atividades desenvolvidas. Quando os indivíduos se encontram desmotivados na sua profissão, sentem-se desvalorizados por contínuos acréscimos de exigências profissionais, constante contato com violência e indisciplina, os níveis de bem-estar reduzem. Surgem o esgotamento, a fadiga, o descontentamento e o desencanto pelo trabalho (ARAÚJO *et al.*, 2019).

Gill e Feinstein (1994) explicam que a qualidade de vida não se relaciona somente aos fatores relacionados à saúde, mas também a trabalho, família, circunstância de vida, entre outros. Dessa forma, “o elemento subjetivo é essencial na avaliação da qualidade de vida de um indivíduo ou de um grupo (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004, p. 154). Estudos envolvendo o BES englobam indicadores afetivos de felicidade e de qualidade de vida. Assim, diversos estudiosos concordam que o BES engloba três dimensões: satisfação com a vida, afetos positivos e afetos negativos (RYAN; DECI, 2001; DECI; RYAN, 2008; RYFF; KEYES; SHMOTKIN, 2002; ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004).

Albuquerque e Tróccoli (2004, p. 154) comentam que o afeto positivo “é um contentamento hedônico puro experimentado em um determinado momento como um estado de alerta, de entusiasmo e de atividade”, como um estado emocional, um sentimento transitório de prazer ativo. Os autores citam que o afeto negativo refere-se “a um estado de distração e engajamento desprazível que também é transitório, mas que inclui emoções desagradáveis como ansiedade, depressão, agitação, aborrecimento” (2004, p. 154). A dimensão satisfação com a vida é um processo de avaliação da própria vida do indivíduo de acordo com critérios próprios. Dessa forma, “o julgamento da satisfação depende de uma comparação entre as circunstâncias de vida do indivíduo e um padrão por ele escolhido” (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004, p. 154).

Para a mensuração do BES, utilizam-se diversas escalas, geralmente com uso de autorrelato, em que o indivíduo julga a satisfação que possui com relação à sua vida e relata a frequência de recentes emoções afetivas de prazer e desprazer (DIENER; OISHI; LUCAS, 2003 *apud* ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004). Esta pesquisa utilizou uma escala brasileira de mensuração, a escala de bem-estar subjetivo (EBES), de Albuquerque e Tróccoli (2004), composta de itens representativos dos fatores satisfação com a vida e afeto positivo e negativo.

Metodologia

Trata-se de uma investigação quantitativa de pesquisa *survey* para a coleta de dados e informações sobre o bem-estar de docentes da educação básica em mu-

nicípios de Goiás durante o período de pandemia. A participação foi voluntária, mantendo o anonimato dos participantes.

Participantes

A amostra consistiu de 481 docentes (319 do gênero feminino, 66,3% do total), com idades entre 25 e 64 anos, a maioria apresentou estado civil casado(a) (54,9%), 42,8% pertencem à religião católica, 62,8% possuem pós-graduação com especialização, 62,4% atuam no ensino médio. A descrição demográfica detalhada da amostra se encontra na Tabela 1.

Tabela 1 – Dados demográficos da amostra (N = 481)

Variável	Descrição	Frequência	Porcentagem
Gênero	Feminino	319	66,3
	Masculino	162	33,7
Estado civil	solteiro(a)	145	30,1
	casado(a)	264	54,9
	separado(a)	10	2,1
	divorciado(a)	54	11,2
	viúvo(a)	8	1,7
Faixa etária	20 a 29	59	12,3
	30 a 39	144	29,9
	40 a 49	183	38,0
	50 a 59	81	16,8
	60 a 69	14	2,9
Religião	Católica	206	42,8
	Budista	1	0,2
	Espírita	21	4,4
	Evangélica	167	34,7
	Umbanda	8	1,7
	Candomblé	0	0,0
	Outra	78	16,2
Escolaridade	Curso superior completo	141	29,3
	Pós-graduação (especialização)	302	62,8
	Mestrado (em andamento)	18	3,7
	Mestrado	15	3,1
	Doutorado (em andamento)	3	0,6
	Doutorado	2	0,45
Nível de ensino	Ensino fund. (anos iniciais)	9	1,9
	Ensino fund. (anos finais)	136	28,3
	Ensino médio	300	62,4
	EJA*	36	7,5
Formação acadêmica	Pedagogia	33	6,8
	Humanas e Sociais	103	21,4
	Ciências da Natureza	86	17,9
	Linguagens e Códigos	150	31,2
	Matemática	95	19,8
	Outra	14	2,9

Fonte: elaboração do autor.

* Educação de Jovens e Adultos.

Instrumentos

Foram utilizados a EBES (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004) e um questionário sociodemográfico, para caracterizar o perfil dos docentes e identificar suas relações com o BES. O EBES é composto por duas subescalas tipo Likert de cinco pontos com 62 itens distribuídos nas três dimensões – afetos positivos, afetos negativos e satisfação com a vida. A primeira subescala trata dos afetos positivos e negativos, contendo 47 itens, em que a tarefa do docente é responder como tem se sentido ultimamente, variando de 1 (nem um pouco) a 5 (extremamente). Exemplifica-se como variáveis: “entusiasmado” ou “incomodado”. Na segunda subescala, a dimensão da qualidade de vida é constituída por 15 itens com assertivas sobre a vida atual dos docentes. Exemplificam-se como variáveis: “estou satisfeito com minha vida” e “minha vida poderia estar melhor”, com uma escala que varia de 1 (discordo plenamente) a 5 (concordo plenamente).

Procedimentos

O formulário foi elaborado no Google Forms e distribuído ao corpo docente dos municípios, sob a coordenação das respectivas equipes pedagógicas. Inicialmente, deu-se o prazo de duas semanas para o preenchimento do instrumento, sendo prorrogado por mais uma semana. Os dados foram analisados pelo programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 23.

A EBES mostrou-se um instrumento válido e preciso para o uso e a avaliação do BES em docentes, atendendo à recomendação dos autores Diener *et al.* (1999) sobre a construção de instrumentos de medida de BES que avaliem separadamente seus componentes (SANTOS, 2012; MEDEIROS, 2019).

Resultados

Os resultados indicam que os docentes apresentaram maiores médias (M) para os aspectos afetivos positivos (M=3,18) do que os negativos (M=2,34). Os três afetos positivos que apresentaram maior intensidade foram: ativo (M=3,59), atento (M=3,51) e amável (M=3,44); enquanto os de menor intensidade foram: estimulado (M=2,84), empolgado (M=2,83) e vigoroso (M=2,79). De forma inversa, os três afetos negativos com maior presença foram: preocupado (M=3,25), apreensivo (M=2,93) e aflito (M=2,84); e os com menor presença foram: transtornado (M=1,73), envergonhado (M=1,63) e agressivo (M=1,54).

Relações entre afetividade, satisfação com a vida e variáveis sociodemográficas

Encontramos diferenças nas médias dos afetos positivos entre os gêneros, indicados na Tabela 2, contendo os três afetos com as maiores intensidades. O estudo apontou que os três principais afetos negativos demonstrados pelos docentes foram os mesmos entre os gêneros, diferenciando apenas no índice geral da média.

Tabela 2 – Os três principais afetos positivos e negativos entre os gêneros

Gênero	Afeto positivo (M)	Afeto negativo (M)
Feminino	amável (3,46) decidido(a) (3,39) determinado(a) (3,38)	preocupado(a) (3,31) apreensivo(a) (2,98) aflito(a) (2,94)
Masculino	ativo(a) (3,65) atento(a) (3,63) interessado(a) (3,57)	preocupado(a) (3,12) apreensivo(a) (2,82) aflito(a) (2,64)

Fonte: elaboração do autor.

Demonstra-se, pelas técnicas de ANOVA e Teste-t, que o gênero masculino apresentou predominância nos aspectos afetivos positivos [$t(479) = -3,56$, $p < 0,01$], ou seja, os homens demonstraram maior afetividade positiva que as mulheres. Pelas estatísticas, há indícios de que os participantes das faixas etárias de 20 a 29 anos e 40 a 49 anos possuem maior satisfação com a vida do que os da faixa etária de 50 a 59 anos. Da mesma forma, docentes com mestrado ou doutorado e os que atuam no ensino fundamental (anos iniciais) indicam expressar maior satisfação com a vida.

É interessante relatar os afetos prioritários entre as faixas etárias, indicando possíveis características de suas emoções nestes momentos de pandemia. Enquanto os docentes mais jovens demonstram preocupação, os de maior idade demonstram priorizar a atenção. A crise gerada pelo novo coronavírus tem um forte impacto na vida de jovens pela perda da intensa rotina diária, desde a vida profissional até os momentos de lazer com amigos e família. Para os de maior idade, provavelmente a intensa divulgação da fragilidade e consequências práticas da Covid-19, desde o início da pandemia, tenha promovida emoções de cautela. O Quadro 1 apresenta os afetos mais frequentes e prioritários indicados por faixas etárias.

Quadro 1 – Afetos prioritários dos docentes por faixa etária

Faixa etária	Afetos percebidos (ordem de prioridade por médias)
20 a 29 anos	preocupado(a), atento(a), ativo(a), produtivo(a), ansioso(a)
30 a 39 anos	ativo(a), decidido(a), atento(a), interessado(a), preocupado(a)
40 a 49 anos	ativo(a), atento(a), decidido(a), amável, preocupado(a)
50 a 59 anos	amável, ativo(a), decidido(a), determinado(a), preocupado(a)
60 a 69 anos	atento(a), determinado(a), interessado(a), disposto(a), preocupado(a)

Fonte: elaboração do autor.

Avaliaram-se os aspectos descritivos das dimensões da EBES, sendo os resultados apresentados na Tabela 3. A maior média foi obtida pelo fator dos afetos positivos seguido pelo fator da satisfação com a vida. A menor média foi obtida pelo fator dos afetos negativos. Em geral, os docentes apresentaram um bem-estar subjetivo moderado.

Tabela 3 – Estatística descritiva das dimensões da EBES

Dimensões	Média	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
EBES – fator geral	2,80	0,34	1,77	4,00
Afetos positivos	3,18	0,71	1,10	5,00
Afetos negativos	2,34	0,80	1,00	4,77
Satisfação com a vida	3,07	0,26	2,33	4,13

Fonte: elaboração do autor.

A avaliação de fidedignidade da EBES foi analisada pelo Coeficiente de Alpha de Cronbach, obtendo o valor de 0,963, o teste de esfericidade de Bartlett com um Qui-Quadrado de 22442,353 (sig.<0,000), sendo considerado alto e adequado para as análises. Para medir o grau de relacionamento entre as variáveis da EBES, utilizou-se a técnica estatística de correlação com aplicação do índice de correlação de Pearson (r), conforme Tabela 4. As correlações, na maioria, foram positivas e significativas ($p < 0,01$), apenas a correlação entre afetos positivos e satisfação com a vida não obteve significância ($p > 0,05$). O fator geral da EBES teve uma forte correlação positiva com os afetos negativos ($r=0,721$, $p < 0,01$), e, como esperado, os afetos positivos e negativos obtiveram correlação moderada negativa ($r= -0,424$, $p < 0,01$).

Tabela 4 – Correlações entre as dimensões da EBES

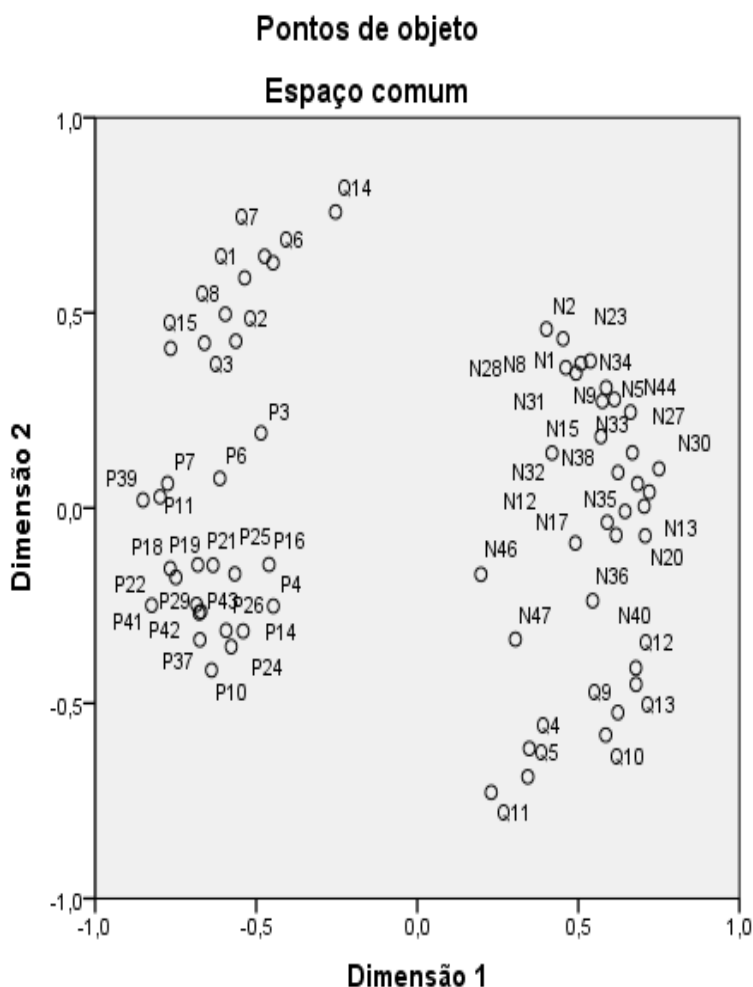
Dimensões	1	2	3	4
1 EBES – fator geral	1			
2 Afetos positivos	0,301**	1		
3 Afetos negativos	0,721**	-0,424**	1	
4 Satisfação com a vida	0,437**	0,072	0,206**	1

Fonte: elaboração do autor.

** $p < 0,01$.

Para verificar as relações entre os itens da dimensão da EBES, realizou-se uma análise de escalonamento multidimensional (MDS). Foram usadas transformações intervalares, com medida de dissimilaridade por distância euclidiana e a transformação de dados em escores-Z. A Figura 1 apresenta a projeção bidimensional do MDS para os 62 itens da EBES, com o índice de Stress-1 de 0,157, com índice de dispersão (DAF) de 0,975 e o coeficiente de congruência de Tucker (TCC) de 0,987. Esses resultados indicam que a projeção representa bem o ordenamento dos itens decorrentes da EBES.

Figura 1 – MDS dos itens da EBES



Fonte: SPSS, v. 23.

P = afetos positivos; N = afetos negativos; Q = satisfação com a vida.

Em termos gerais, o MDS corrobora a distribuição dos itens da EBES, exceto alguns itens de satisfação com a vida terem se aproximado dos afetos negativos, corroborando os resultados de correlação entre essas duas dimensões. Essa aproximação é um indicativo do estado emocional dos docentes, qual seja que, nestes momentos vivenciados na pandemia, o sistema emocional encontra-se fragilizado por preocupações e medos, colocando os estados de apreensão e aflição, entre outros, presentes no cotidiano.

Relações entre afetividade e satisfação com a vida

A satisfação com a vida é um julgamento cognitivo de alguns domínios específicos na vida, como saúde, trabalho, condições de moradia, relações sociais, autonomia, ou seja, um processo de juízo e avaliação geral da própria vida de acordo com critérios próprios (SILVEIRA *et al.*, 2015). Para Albuquerque e Tróccoli (2004), satisfação reflete, em parte, o BES individual, ou seja, o modo e os motivos que levam as pessoas a viverem suas experiências de vida de maneira positiva.

Dessa forma, foram efetuadas as correlações entre os itens de satisfação com a vida e afetos. Por questão de espaço, consideram-se as duas maiores correlações entre as variáveis, conforme no Quadro 2.

Quadro 2 – Correlações entre os itens de satisfação com a vida e os afetos da EBES

(continua...)

Descrição	Afeto	Correlação
Estou satisfeito com minha vida	bem	0,342**
	entusiasmado(a)	0,289**
Tenho aproveitado as oportunidades da vida	decidido(a)	0,323**
	determinado(a)	0,364**
Avalio minha vida de forma positiva	empolgado(a)	0,380**
	entusiasmado(a)	0,386**
Sob quase todos os aspectos minha vida está longe do meu ideal de vida	desanimado(a)	0,289**
	nervoso(a)	0,285**
Mudaria meu passado se eu pudesse	chateado(a)	0,275**
	agressivo(a)	0,307**
Tenho conseguido tudo o que esperava da vida	contente	0,315**
	entusiasmado(a)	0,285**
A minha vida está de acordo com o que desejo para mim	contente	0,316**
	bem	0,310**
Gosto da minha vida	inspirado(a)	0,314**
	bem	0,404**

(conclusão)

Minha vida está ruim	deprimido(a) aborrecido(a)	0,422** 0,411**
Estou insatisfeito com minha vida	bem nervoso(a)	- 0,354** 0,358**
Minha vida poderia estar melhor	ansioso(a) irritado(a)	0,227** 0,233**
Tenho mais momentos de tristeza do que de alegria na minha vida	deprimido(a) triste	0,526** 0,503**
Minha vida é “sem graça”	deprimido(a) triste	0,467** 0,470**
Minhas condições de vida são muito boas	bem agressivo(a)	0,225** - 0,157**
Considero-me uma pessoa feliz	alegre bem	0,427** 0,461**

Fonte: elaboração do autor.

** Nível de significância de 0,01.

Considerações finais

O objetivo deste estudo foi compreender o estado emocional de professoras e professores de municípios de Goiás, nos momentos da pandemia da Covid-19, utilizando a escala de bem-estar subjetivo (EBES) de Albuquerque e Tróccoli (2004). Muitos são os olhares para esses profissionais, mas poucos são os estudos englobando a afetividade e a satisfação com a vida. A EBES mostrou atender satisfatoriamente aos interesses da pesquisa, composta pelas duas dimensões: afetividade (afetos positivos e negativos) e satisfação com a vida.

Os resultados apontaram que, em geral, o(a) professor(a) tem dúvida sobre sua qualidade de vida. Os participantes demonstraram nem discordar, nem concordar com as opções da pesquisa sobre o nível de satisfação ou insatisfação sobre a própria vida. Esse particular é uma indicação de que, nos momentos de pandemia, os docentes não têm certeza nem segurança do porvir. Incluem-se, possivelmente, o uso compulsório dos novos recursos tecnológicos e a brusca mudança nas atividades diárias.

A fragilidade da saúde mental dos docentes durante o isolamento social e a pandemia é evidenciada por meio dos frequentes resultados apontando momentos de infelicidade e insatisfação na qualidade de vida. As adversidades na saúde mental podem causar a sensação de pânico, evidenciando aborrecimentos e desprazeres na vida. Torna-se prudente ponderar as possíveis consequências decorrentes desse

estado emocional dos docentes no momento de retorno às atividades escolares presenciais. No retorno presencial, é fundamental que os docentes estejam em condições satisfatórias, aceitáveis e adequadas de saúde, para manterem o contato com os estudantes e promoverem a continuidade da formação acadêmica e a preparação para a vida.

Diante disso, verifica-se a contribuição desta pesquisa para a construção de uma percepção mais complexa acerca do bem-estar subjetivo dos docentes, destacando-se a relação entre os aspectos positivos e negativos do funcionamento psíquico, como também trazendo uma discussão interdisciplinar sobre a saúde mental coletiva, considerando-se a relevância de aspectos psicológicos, sociais, cognitivos e institucionais sobre a situação investigada.

Acerca da realização de novos estudos, ressalta-se a importância de abranger-se tal pesquisa também para os docentes de outras regiões do país, bem como de discentes. Fato este que possibilitaria uma avaliação global acerca dos indicadores do bem-estar de profissionais da educação e alunos das instituições e, assim, proporcionaria o desenvolvimento de ações de promoção de saúde mental e bem-estar para toda a comunidade educacional. Em paralelo, recomenda-se a construção de projetos interventivos com o corpo docente, visando, entre outros aspectos, o acolhimento coletivo (autoestima e confiança) e orientações para produção de aulas mais criativas, por meio de metodologias diferenciadas para todas as áreas do conhecimento.

Referências

ALBUQUERQUE, Anelise Salazar; TRÓCCOLI, Bartholomeu Tôrres. Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 20, n. 2, p. 153-164, maio/ago. 2004.

ARAÚJO, Tânia Maria *et al.* Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 35, Sup 1, Rio de Janeiro, 2019. DOI: 10.1590/0102-311X00087318.

CHIDA, Y.; STEPTOE, A. Positive psychological well-being and mortality: a quantitative review of prospective observational studies. *Psychosomatic Medicine*, v. 70, p. 741-756, 2008.

CONTRERAS, F.; ESGUERRA, G. Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas*, v. 2, n. 2, p. 311-319, 2006.

DECI, Edward L.; RYAN, Richard M. Hedonia, Eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies*, v. 9, n. 1, p. 1-11, 2008.

DIENER, Ed *et al.* Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, v. 125, p. 276-302, 1999.

DIENER, Ed; CHAN, Micaela Y. Happy people live longer: subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and WellBeing*, v. 3, p. 1-43, 2011. DOI:10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x.

GALINHA, Iolanda Costa. *Bem-estar subjetivo: factores cognitivos, afectivos e contextuais*. Coimbra, Portugal: Quarteto, 2008.

GILL, T. M.; FEINSTEIN, A. R. A critical appraisal of the quality of quality-of-life measurements. *Journal of the American Medical Association*, Chicago, v. 272, n. 8, p. 619-626, 1994.

MEDEIROS, Lucélia Kelly Alencar. *Bem-estar subjetivo: a influência da avaliação cognitiva e afetiva na construção da saúde mental*. 2019. 121 f. Dissertação (Mestrado em Cognição, Tecnologias e Instituições) – Universidade Federal Rural do Semiárido, Mossoró, RN, 2019.

RYAN, Richard M.; DECI, Edward L. On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, n. 52, p. 141-166, 2001.

RYFF, Carol D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 57, n. 6, p. 1069-1081, 1989.

RYFF, Carol D.; KEYES, Corel L. M.; SHMOTKIN, Dov. Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 82, n. 6, p. 1007-1022, 2002.

RYFF, Carol D.; SINGER, Burton H.; LOVE, Gayle Dienberg. Positive health: connecting well-being with biology. *Philosophical Transactions of the Royal Society Lond. B.*, n. 359, p. 1383-1394, 2004.

SANTOS, Ana Cristina Teixeira. *Análise de projetos pessoais: adaptação pra o contexto brasileiro e sua relação com o bem-estar subjetivo*. 2012. 180 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento) – Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Coimbra, 2012.

SILVEIRA, Pablo M. *et al.* Criação de uma escala de satisfação com a vida por meio da Teoria da Resposta ao Item. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 64, n. 4, p. 272-278, 2015.

SIQUEIRA, M. M. M.; PADOVAM, V. A. R. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 24, 2, p. 201-209, 2008. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722008000200010>.

SNYDER, C. R.; LOPEZ, S. S. *Psicologia positiva: uma abordagem científica e prática das qualidades humanas*. Porto Alegre: Artmed, 2009.

SULS, Jerry; BUNDE, James. Anger, anxiety, and depression as risk factors for cardiovascular disease: the problems and implications of overlapping affective dispositions. *Psychological Bulletin*, v. 131, n. 2, p. 260-300, 2005.

NASCIMENTO, Alexsandro M.; TAISSUN, Amin Seba; MARTINS, Vanessa Bezerra C. Bem-estar subjetivo, bem-estar social e qualidade de vida relacionada à saúde: o caso da Fisioterapia. *Revista Científica da FASETE*, UniRios, n. 21, 2019.

TEIXEIRA, Érico Felden; PEREIRA, Clarissa Stefani; SANTOS, Anderlei dos. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 241-250, abr./jun. 2012.

WATERMAN, Alan S. Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 64, n. 4, p. 678-691, 1993.