

### Resiliência em Docentes Universitários

### Resilience in University Professors

### Resiliencia en profesores universitarios

 Danielle Guimarães Negrão de Deus<sup>1</sup>  
 Deborah Cristinny Ximenes Oliveira<sup>1</sup>  
 Karine Teodoro dos Santos<sup>1</sup>  
 Rodrigo Marques da Silva<sup>1</sup>

1. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires.  
Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.

#### RESUMO

**Objetivo:** analisar a produção científica sobre a resiliência em Docentes Universitários. **Método:** Foi realizado uma revisão da literatura, abrangendo toda a bibliografia publicada em livros, revistas, jornais, monografias, teses. Os dados foram coletados das bases de dados SciELO, LILACS e MEDLINE. Foram incluídos artigos em português, gratuitos e publicado em até dez anos, foram excluídos trabalhos em outros idiomas, incompletos. **Resultados:** Foram selecionados e utilizados 16 trabalhos na formulação da revisão, contando artigos originais, artigos de revisão, trabalhos de conclusão de curso. **Conclusão:** Os docentes universitários resilientes demonstram flexibilidade, perseverança e uma atitude positiva diante das adversidades. Eles conseguem lidar com o estresse, mantendo o equilíbrio emocional e a saúde mental.

**Descritores:** Resiliência Psicológica; Docência; Estresse.

#### ABSTRACT

**Objective:** to analyze the scientific production on resilience in University Professors. **Method:** A literature review was performed, covering all the bibliography published in books, magazines, newspapers, monographs, theses. Data were collected from the SciELO, LILACS and MEDLINE databases. Articles in Portuguese, free of charge and published in up to ten years, were included, and papers in other languages, incomplete, were excluded. **Results:** We selected and used 16 papers in the formulation of the review, counting original articles, review articles, course conclusion papers. **Conclusion:** Resilient university professors demonstrate flexibility, perseverance and a positive attitude in the face of adversity. They are able to cope with stress while maintaining emotional balance and mental health.

**Descriptors:** Psychological Resilience; Teaching; Stress.

#### RESUMEN

**Objetivo:** analizar la producción científica sobre resiliencia en Profesores Universitarios. **Método:** Se realizó una revisión bibliográfica, abarcando toda la bibliografía publicada en libros, revistas, periódicos, monografías, tesis. Los datos fueron recolectados de las bases de datos SciELO, LILACS y MEDLINE. Se incluyeron artículos en portugués, gratuitos y publicados en hasta diez años, y se excluyeron los artículos en otros idiomas, incompletos. **Resultados:** Se seleccionaron y utilizaron 16 artículos en la formulación de la revisión, contando artículos originales, artículos de revisión, documentos de conclusión del curso. **Conclusión:** Los profesores universitarios resilientes demuestran flexibilidad, perseverancia y una actitud positiva frente a la adversidad. Son capaces de lidiar con el estrés mientras mantienen el equilibrio emocional y la salud mental.

**Descritores:** Resiliencia Psicológica; Enseñanza; Estrés.

## Introdução

Atualmente, a resiliência é definida como a capacidade que um ser tem de cultivar padrões de crenças estruturadas a fim de lidar com as adversidades e superá-las por meio de virtudes e força, resultando em condutas resilientes e no desenvolvimento pessoal. Dentro das ciências humanas, essa característica passou a ser abordada como a capacidade de resistência há adversidades e como fator de desenvolvimento pessoal, profissional e social.<sup>1</sup>

A resiliência é um tema investigado há muitos anos e em contextos distintos no campo do conhecimento. Dentro do convívio profissional, a resiliência vem sendo abordada como uma maneira de minimizar consequências de estresse e pressões sofridas por profissionais em seu ambiente laboral.<sup>2</sup>

Diante destas definições e indagações, existem profissões que passam por pressões e responsabilidades constantes, podendo gerar o adoecimento de alguns profissionais. Dentro das diversas profissões que existem, destacam-se os professores universitários, que passam por diversos eventos adversos e desafios que de certa forma, podem gerar sentimentos de angústia, cansaço e sofrimento em relação as demandas de trabalho.<sup>3</sup>

Os docentes universitários possuem demandas acadêmicas e administrativas, dentre as atividades acadêmicas, os profissionais ministram aulas, acompanham alunos em período de estágio, elaboram avaliações, corrigem trabalhos e atividades, além de orientarem trabalhos acadêmicos, artigos, dissertações e publicações de produção científica. Dentre as atribuições administrativas, o profissional participa de reuniões, planejamento pedagógico, confecção de documentos técnicos e cargos de representação universitária.<sup>3,4</sup>

Além das atividades inerentes a profissão, os docentes procuram sempre se manterem atualizados, além de que o conjunto organizacional de trabalho, infraestrutura, afinidades interpessoais e fatores comportamentais que fazem parte da profissão, tem corroborado para possível adoecimento e desgaste do mesmo.<sup>3-5</sup>

Diante estes expostos, observa-se que o docente está exposto a conflitos, demandas e a exigências envolvendo seu trabalho que podem interferir diretamente em sua saúde física e mental. Nesse sentido, o objetivo desse estudo foi analisar a produção científica sobre a resiliência em Docentes Universitários.

## Método

A metodologia utilizada para elaboração deste trabalho foi a revisão bibliográfica. Essa compreende levantamento de toda bibliografia publicada em livros, revistas, jornais, monografias, teses. Norteados o pesquisador sobre todo o conteúdo científico produzido ao tema pesquisado.

Os dados foram coletados no período de Abril de 2023 á Maio de 2023 na biblioteca eletrônica *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e nas bases de dados Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências Sociais e da Saúde (LILACS), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDlaine). Para a busca, foram utilizados as seguintes Palavras Chave: Resiliência, Resiliência e docência, Estresse e docência.

Foram incluídos artigos publicados, em língua portuguesa (Brasil), disponíveis online, gratuitos e publicados dentro de uma faixa de até dez anos. Foram excluídos os publicados em Inglês e sem relevância com o tema ou estudos incompletos. Após seleção, realizou-se uma leitura dos artigos que atendiam os critérios de elegibilidade. Em seguida, foi realizada a formulação dos resultados e discussão, visando o entendimento sobre o tema norteador de pesquisa.

## **Resultados e Discussão**

### **Processo de trabalho dos Docentes universitários**

O ensino universitário superior possui papel fundamental no desenvolvimento tecnológico e econômico de um país.<sup>6</sup> As mudanças recentes nos últimos vinte anos no Brasil, salientando a Lei de Diretrizes e Bases (LDB) em 1996 fez com que ocorresse uma grande expansão nos diversos níveis educativos, principalmente em instituições públicas de ensino superior e privadas.<sup>7</sup>

Estudos mostram que a expansão do setor e a diversificação do ensino superior atinge diretamente o cenário do trabalho docente, por isso, essa realidade e o processo de trabalho são diferentes e estão diretamente relacionados ao formato institucional que está ingressado.<sup>8,9</sup> Dentro do ensino dos cursos da saúde, há um vazio nas produções científicas a respeito do tema. Estudos mostram que as características do trabalho docente em circunstâncias institucionais determinadas, segundo o âmbito administrativo ou acadêmica das instituições de ensino superior, tomando como ponto inicial o processo de trabalho docente em diferentes contextos, mas em perspectivas específicas, como qualidade de vida e satisfação no trabalho.<sup>10,11</sup>

No processo trabalhista do docente, principalmente na saúde, os agentes são os docentes e os estudantes seus conhecimentos, atitudes e habilidades, cujo o foco de trabalho é outro ser humano.<sup>6</sup> Como citam Leonello e Oliveira (2014):

Observou-se que o processo de trabalho docente nos três contextos assume formatos distintos no que se refere às práticas organizativas e didáticas. Entretanto, como características comuns, foram identificadas a intensificação e a precarização do trabalho (Leonello & Oliveira, 2014, Pág. 8).

### **Estresse e os fatores estressantes no trabalho de docentes**

O trabalho do docente envolve responsabilidades a mais por conta do papel exercido na formação de novos profissionais, durante esse processo o docente pode sentir-se mais cobrado por conta desta responsabilidade, como a participação de eventos, publicações, orientações de bancas e montagem de planejamento de aulas, podendo esgotar suas capacidades físicas, psicológicas e afetivas.<sup>12</sup>

A inaptidão em lidar com estes tipos de pressão, podem fazer com que desencadeie fatores estressores no ambiente de trabalho<sup>13,14</sup>, causando prejuízos na vida do docente em diversas ocasiões, salientando que este estresse também pode ser refletido fora do âmbito trabalhista, como nas relações sociais, conjugais e familiares, podendo provocar consequências físicas e psicológicas.<sup>15,16</sup>

Os altos níveis de estresse no trabalho identificado nos professores, principalmente na dimensão da demanda psicológica, evidencia o constante desgaste ao qual muitos profissionais podem estar submetidos no ambiente do trabalho. Observou-se uma diferença do estresse entre os sexos, sendo que as mulheres apresentaram maiores níveis em todas as dimensões da escala. É importante ressaltar que não foram avaliadas as condições socioculturais que podem levar as mulheres a despender maior esforço para lidar com as cobranças da vida diária, como exercer, além das atividades profissionais, a responsabilidade pela casa, marido e filhos.<sup>17</sup>

## **Resiliência em Docentes universitários**

Durante o processo de formação do docente, são construídas representações pessoais sobre o processo de ensino e aprendizagem, mesmo não havendo a possibilidade de alguns profissionais terem essa experiência, fazendo com que alguns professores se inspirem em outros que foram significativos durante sua vida e formação, representando um ponto importante de ancoragem diante do desenvolvimento de atividades futuras.<sup>18</sup>

Algumas referências profissionais fazem com que os futuros professores ganhem força, principalmente durante a formação, influenciando diretamente em suas atividades acadêmicas, abstraindo da construção profissional somente no exercício direto, mas sim, do que é produzido durante a aprendizagem.<sup>19</sup>

Apenas das grandes demandas que o docente enfrenta, o desenvolvimento de percepções sobre o ensino, trajetórias e experiências pessoais, refletem na construção do professor/educador, criando bases sólidas no exercício de suas funções.<sup>20</sup>

Pivetta e colaboradores (2010, p. 36) reiteram:

Nesse contexto, percebemos que é no enfrentamento das situações cotidianas de sala de aula que este professor se mobiliza a refletir, a fim de encontrar alternativas para o êxito de suas ações. Os elementos que impulsionam o professor a construir novos modos de ação docente estão implicados com a sua preocupação em responder as exigências do ensino com relação aos alunos.

Vale ressaltar os avanços com que o sistema educacional de IES tomou, sendo acrescentados novos cursos, horários, modalidades como a semipresencial, aumento do número de vagas, trazendo novos desafios para o docente, sendo necessário resiliência e desenvolvimento para lograr êxito em relação as novas demandas. Sendo assim, esse processo exigem dedicação, preparação e estudos por parte do educador, sendo ele iniciante ou já atuante, um exemplo disto foi a forma educacional durante a pandemia do coronavírus em 2020, onde os professores necessitaram reinventar-se para educar longe das salas de aula. Apendendo a docência em meio a docência: a resiliência docente, momento de enfrentamento de conflitos, caracteriza-se um processo de reinvenção docente frente as adversidades, como um novo processo de aprendizagem.<sup>20,21,22</sup>

## **Fatores associados à resiliência em docentes universitários**

Por muitas vezes as situações que necessitam resiliência, possibilitam a superação de limitações, seja por meio da aprendizagem compartilhada ou apoiada pelos colegas docentes, diante destas circunstâncias, pode-se observar fatores associados à resiliência e atuação do docente, como:

- Compromisso e paixão por ensinar: muitos docentes mencionam o prazer em exercer a profissão, além da satisfação em ensinar coisas novas. O valor atrelado do amor ao ensino, pautado no compromisso, na colaboração e na inspiração em relação ao crescimento dos alunos e o potencial que cada um possui.<sup>17</sup>
- Disponibilidade de compartilhar ensinamentos: é evidente por parte docente, a dimensão de solidariedade, pensando no ensino como um bem que deve ser passado coletivamente para melhoria da sociedade.<sup>17</sup>
- Cuidado com o rendimento e bem-estar dos estudantes: empatia pelos estudantes como fator de resiliência, atenção ao desenvolvimento, além de tentarem agradar os discentes e fazerem com que criem um apreço pelo que é ministrado, além do compromisso com a pesquisa e sociedade.<sup>17</sup>

## **Conclusão**

Os docentes universitários resilientes demonstram flexibilidade, perseverança e uma atitude positiva diante das adversidades. Eles conseguem lidar com o estresse, mantendo o equilíbrio emocional e a saúde mental, o que impacta diretamente na qualidade do ensino. Além disso, a resiliência permite que os professores sejam modelos para seus alunos, inspirando-os a superar obstáculos e desenvolver habilidades de enfrentamento. A resiliência também está relacionada à capacidade de inovar e adaptar-se às mudanças no ensino superior. Os docentes resilientes estão dispostos a experimentar novas abordagens pedagógicas, incorporar tecnologias educacionais e buscar aprimoramento profissional constante. Essa mentalidade aberta e resiliente promove um ambiente acadêmico dinâmico, propício ao aprendizado e ao crescimento.

## **Agradecimento**

Essa pesquisa não recebeu financiamento para sua realização.

## **Referências**

1. Marchezini V, Almeida Forini H. Dimensões sociais da resiliência a desastres. *Redes. Revista do Desenvolvimento Regional* [Internet]. 2019;24(2):9-28. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=552064521002>
2. Schultz CC, Corrêa KID, Vaz SMC, Colet C de F, Stumm EMF. Resilience of the nursing team in the hospital scope with emphasis on the pandemic COVID-19. *RSD* [Internet]. 2020 Nov. 4 [citado 2023 Mai 19];9(11):e539119466. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/9466>

3. de Oliveira EC, dos Santos VM. Adoecimento mental docente em tempos de pandemia / Teaching mental health in pandemic times. Braz. J. Develop. [Internet]. 2021 Abr. 15 [citado 2023 Mai 19];7(4):39193-9. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/28307>
4. de Oliveira KL, Fernandes CC. A profissão docente frente as exigências da sociedade contemporânea: um olhar dirigido à saúde do professor para a prevenção da Síndrome de Burnout. SES [Internet]. 2023 Mar. 27 [citado 2023 Mai 19];4(1):118-35. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/ses/article/view/1016>
5. Silva MS e. Teacher illness: analysis of the profile of leave from work in the district division of the central-south zone of the municipal education department in Manaus-Am/Brazil. RSD [Internet]. 2022 Dez. 20 [citado 2023 Mai 19];11(17):e55111738701. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/38701>
6. Leonello VM, Oliveira MA de C. Higher education in nursing: the faculty work process in different institutional contexts. Revista da Escola de Enfermagem da USP. 2014 Dez;48(6):1093-102.
7. Brasil. Lei n. 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. [Internet]. Brasília; 1996 [citado 2023 mai. 15]. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm)
8. Pimenta SG, Anastasiou L das GC. Docência no ensino superior. Docência no ensino superior, 4. Ed. 2010;[citado 2023 maio 10].
9. Balbachevsky E. Academic careers in Brazil: the legacy of the past. J Prof. 2011;4(2):121-95.
10. Silvério MR, Patrício ZM, Brodbeck IM, Grosseman S. O ensino na área da saúde e sua repercussão na qualidade de vida docente. Revista Brasileira de Educação Médica [Internet]. 2010 Mar 1 [citado 2023 mai. 15];34:65-73. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/QfCSMnRynHqRY5CZkTfFDL/abstract/?lang=pt>
11. Lemos MC, Passos JP. Satisfação e frustração no desempenho do trabalho docente em enfermagem. REME Rev Min Enferm. 2012;16(1):48-55.
12. Carlotto MS. Síndrome de burnout características de cargo em professores universitários. Revista Psicologia Organizações e Trabalho [Internet]. 2004 Dez 1 [citado 2023 mai. 15];4(2):145-62. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-66572004000200007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572004000200007).
13. Sun W, Wu H, Wang L. Occupational Stress and Its Related Factors among University Teachers in China. Journal of Occupational Health. 2011 Jul;53(4):280-6.
14. Coronetti A, Nascimento ERP do, Barra DCC, Martins J de J. O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: o enfermeiro como mediador. ACM arq catarin med [Internet]. 2006 [citado 2023 mai. 15]; Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-445575>.

15. Couto H de A, Vieira FLH, Lima EG. Estresse ocupacional e hipertensão arterial sistêmica. Rev bras hipertens [Internet]. 2007 [citado 2023 mai. 15];112-5. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-463847>.
16. Rabia S, Christopoulos TP. Professional and personal incompatibilities with demands on managers . REGE Rev. Gest. (Online) [Internet]. 2008Sep.1 [citado 2023 mai. 15];15(3):37-54. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rege/article/view/36645>.
17. Da Cunha MI. Calidad de la docencia: Resiliencia y compromiso en las historias y contextos de docentes universitarios con experiencia. Educ. Sup. Soc [Internet]. 29 de julio de 2022 [citado 13 de maio de 2023];34(1):206-29. Disponível em: <https://iesalc.unesco.org/ess/index.php/ess3/article/view/v34i1-8>.
18. Cunha MI da, Zanchet BMBA. A problemática dos professores iniciantes: tendência e prática investigativa no espaço universitário. Educação [Internet]. 2010 Dec 1 [citado 13 de maio de 2023];33(03):189-97. Disponível em: [http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981-25822010000300004&script=sci\\_abstract](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981-25822010000300004&script=sci_abstract).
19. Pires D, Maria S, Moreira A. Formação de professores: a construção da docência e da atividade pedagógica na Educação Superior. Revista Diálogo Educacional [Internet]. 2013 [citado 13 de maio de 2023];13(38):49-68. Disponível em: [http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981416x2013000100003&script=sci\\_abstract&lng=pt](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981416x2013000100003&script=sci_abstract&lng=pt).
20. Braun JR, Bolzan DPV. Resiliência docente e alternância pedagógica na aprendizagem dos professores iniciantes: os movimentos em meio aos contextos emergentes. Rev. Inter. Educ. Sup. [Internet]. 12º de maio de 2022 [citado 13 de maio de 2023];9(00):e023010. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/riesup/article/view/8664900>.
21. Pimenta SG, Anastasiou L das GC. Docência no ensino superior. Docência no ensino superior, 4. ed. 2010 ;[citado 2023 maio 13].
22. Moreira JAM, Henriques S, Barros D. Transitando de um ensino remoto emergencial para uma educação digital em rede, em tempos de pandemia. Dialogia. 2020 Jun 3;(34):351-64.

---

**Autor de Correspondência:**

Danielle Guimarães Negrão de Deus  
Rua Acre, Quadra 02. Lotes 17/18. CEP: 72876-241- Setor  
de Chácaras Anhanguera. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.  
[cursosmamaenf@gmail.com](mailto:cursosmamaenf@gmail.com)

Recebido: 16/04/2023  
Aceito: 15/06/2023