

IDEAU

**PSICOLOGIA POSITIVA E IDENTIDADE DOCENTE: UMA  
ANÁLISE DAS EXPERIÊNCIAS DO PROFESSOR DE INGLÊS DA  
ESCOLA PÚBLICA**

**POSITIVE PSYCHOLOGY AND TEACHING IDENTITY: AN  
ANALYSIS OF THE EXPERIENCES OF PUBLIC-SCHOOL  
ENGLISH TEACHERS**

**PSICOLOGÍA POSITIVA E IDENTIDAD DOCENTE: UN ANÁLISIS  
DE LAS EXPERIENCIAS DE PROFESORES DE INGLÉS DE  
ESCUELAS PÚBLICAS**

**Fernando Jorge Moreira**

Mestrando em Educação, Linguagem e Psicologia pela Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo (USP), EMEF Maurício Goulart. São Paulo, São Paulo, Brasil. E-mail: fernandojm@usp.br  
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7116-9351>

**Maria de Lourdes Ramos da Silva**

Doutora em Filosofia e Ciências de Educação pela Universidade Complutense de Madri, Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo (USP), São Paulo, São Paulo, Brasil. E-mail: mlramos@usp.br  
Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3456-3218>

**RESUMO**

Este trabalho visa analisar mediante literatura selecionada quais são os principais desafios enfrentados pelo professor de inglês da escola pública em relação a sua identidade docente e de que modo a Psicologia Positiva pode ajudá-lo a superar esses desafios. Como método de pesquisa, optou-se por uma revisão bibliográfica narrativa exploratória, com o propósito de procurar por tendências, pontos em comum e/ou pontos divergentes da literatura existente sobre esse tema. Pretende-se não apenas sintetizar os diversos materiais existentes sobre o tema, mas buscar compreender mecanismos que podem ser utilizados para *linkar* a identidade profissional docente com a Psicologia Positiva em uma tentativa de produção de novos conhecimentos. Nos resultados obtidos na análise, verificou-se que a teoria do bem-estar pode ajudar o professor de inglês na articulação e construção de práticas que podem ajudá-lo na sobreposição de obstáculos diários da docência.

**Palavras-chave:** Identidade Docente. Professor de Inglês. Psicologia Positiva. Bem-estar.

---

Submitted on: 11.08.2023 | Accepted on: 04.04.2024 | Published on: 05.29.2024

## ABSTRACT

This work aims to analyze, through selected literature, what are the main challenges faced by public school English teachers in relation to their teaching identity and how Positive Psychology can help them overcome these challenges. As a research method, we opted for an exploratory narrative bibliographic review, with the purpose of looking for trends, common points and/or divergent points in the existing literature on this topic. The aim is not only to synthesize the various existing materials on the topic, but to seek to understand mechanisms that can be used to link the teaching professional identity with Positive Psychology in an attempt to produce new knowledge. In the results obtained in the analysis, it was found that the theory of well-being can help English teachers in articulating and building practices that can help them overcome daily teaching obstacles.

**Keywords:** Teaching Identity. English Teacher. Positive Psychology. Well-being.

## RESUMEN

Este trabajo tiene como objetivo analizar, a través de literatura seleccionada, cuáles son los principales desafíos que enfrentan los profesores de inglés de escuelas públicas en relación con su identidad docente y cómo la Psicología Positiva puede ayudarlos a superar estos desafíos. Como método de investigación se optó por una revisión bibliográfica narrativa exploratoria, con el propósito de buscar tendencias, puntos comunes y/o puntos divergentes en la literatura existente sobre este tema. El objetivo no es sólo sintetizar los diversos materiales existentes sobre el tema, sino buscar comprender mecanismos que puedan ser utilizados para vincular la identidad profesional docente con la Psicología Positiva en un intento de producir nuevos conocimientos. En los resultados obtenidos en el análisis, se encontró que la teoría del bienestar puede ayudar a los docentes de inglés en la articulación y construcción de prácticas que les ayuden a superar los obstáculos cotidianos en la enseñanza.

**Palabras clave:** Identidad docente. Profesor de inglês. Psicologia Positiva. Bienestar.

## 1 INTRODUÇÃO

Este artigo visa analisar as múltiplas experiências que o professor de inglês tem oportunidade de vivenciar em seu trabalho na escola pública. Assim, pretende-se investigar, com base em literatura selecionada, como se dão os processos de construção da identidade docente do professor de inglês, se os desafios enfrentados incidem sobre esses processos e, por meio do levantamento do conceito de bem-estar, presente nos estudos da Psicologia

Positiva, investigar contribuições para o fortalecimento da identidade profissional do educador.

Se considerarmos que a integração do ensino de uma língua estrangeira à formação do sujeito precisa ser um dos objetivos da escola, é preciso promover atividades que favoreçam o fortalecimento do “eu” considerando-as como formas de preservação da própria identidade (Scheyerl, 2004). A transposição didática do componente curricular e sua adequação à realidade dos estudantes são, portanto, aspectos essenciais para uma aprendizagem considerada significativa.

Com base na complexidade dos obstáculos enfrentados pelo professor no que tange às garantias educacionais dos estudantes e na importância da aprendizagem da língua inglesa como ferramenta de inclusão linguística dos alunos das escolas públicas, a proposta desse artigo é a de responder ao seguinte problema de pesquisa: Quais são os principais desafios enfrentados pelo professor de inglês da escola pública em relação a sua identidade docente e de que modo a Psicologia Positiva pode ajudá-lo a superar esses desafios?

Ao contar com uma abordagem voltada para o bem-estar que busca a compreensão e a promoção das emoções positivas e dos traços de caráter positivos do sujeito (Seligman, 2012), a Psicologia Positiva pode ser aliada nos processos de fortalecimento de valores como a resiliência (Yunes, 2003), a esperança, a perseverança, o otimismo e a criatividade, que por sua vez impactam de forma afirmativa sobre a identidade do professor de inglês.

Nossa hipótese é a de que o professor de inglês da escola pública, durante o desenvolvimento da docência, enfrenta inúmeros desafios, alguns deles muito particulares, por conta de especificidades da língua e da cultura dos falantes de língua inglesa, que são importantes e precisam ser trabalhadas com os estudantes. Entendemos, portanto, que esses desafios impactam sobre a identidade profissional desse docente e a Psicologia Positiva pode oportunizar formas de fortalecimento dessa identidade, já que tem a ver com a felicidade nos aspectos de emoção positiva, engajamento e sentido (Seligman, 2012).

Por meio da promoção do contato com novas identidades culturais, o professor deve incentivar o estudante a valorizar e preservar a sua própria cultura (BRUN 2004). A preparação, o engajamento e a resiliência do educador

diante de situações adversas são elementos importantes, pois as dificuldades podem ser potencializadas por conta dos significados e dos sentidos atribuídos pelos estudantes com relação à aprendizagem de um idioma diferente e de uma cultura diferente. Isso ocorre também porque, hierarquicamente, o componente curricular de Inglês, na escola pública, está abaixo de outros, colocado à margem, por ter sua carga horária reduzida em relação a outras disciplinas (Dutra e Oliveira, 2006).

Dessa forma, o objetivo geral desta pesquisa é investigar quais são os principais desafios enfrentados pelo professor de inglês da escola pública em relação a sua identidade docente e de que modo a Psicologia Positiva pode ajudá-lo a superar esses desafios. Os objetivos específicos são verificar como a identidade do professor de inglês é construída na escola pública, se os desafios enfrentados incidem sobre esse processo e analisar o conceito de bem-estar subjetivo na Psicologia Positiva bem como as possíveis contribuições para o fortalecimento da identidade docente.

A relevância social e científica da pesquisa se juntam à relevância profissional, visto que, pelo fato de sermos professores e lecionarmos na escola pública, consideramos importante que existam mais estudos que estimulem discussões a respeito da construção da identidade docente do professor de inglês na perspectiva da Psicologia Positiva. Isso porque os processos de construção e reconstrução identitários dos professores, por serem inconstantes e precários, são responsáveis por inquietações, crises emocionais e até existenciais em educadores os quais, muitas vezes, recorrem a licenças médicas extensas movidos por causas psicológicas que não são abordadas nem discutidas em nenhum momento, na maioria das unidades escolares.

Por essa razão, entendemos que não basta analisar ou demonstrar que os desafios existem e que as dificuldades são diárias. Não basta que o professor seja escutado depois que os problemas ocorrem. É necessário que haja discussões, estudos e investigações que busquem a melhoria do bem-estar subjetivo do professor, para que ele possa ter tranquilidade para educar seus estudantes.

## 2 METODOLOGIA UTILIZADA

Como método de pesquisa, optou-se pela revisão bibliográfica narrativa e exploratória com o propósito de procurar por tendências, pontos em comum e/ou pontos divergentes na literatura selecionada. Pretende-se, com esse processo, não apenas fazer uma síntese de materiais existentes sobre o tema, mas buscar compreender mecanismos que podem ser utilizados para *linkar* a identidade profissional docente com a Psicologia Positiva em uma tentativa de produção de novos conhecimentos e novos saberes que possam servir de apoio para os profissionais da educação em reuniões pedagógicas e debates com a finalidade principal de auxiliar o professor de inglês no seu dia a dia de trabalho.

Por tratar-se de uma revisão de literatura do tipo narrativa exploratória, não foram utilizados critérios sistemáticos e/ou explícitos para a busca e a análise crítica do material utilizado. Assim, o mapeamento do material utilizado para a pesquisa foi resultado da busca por artigos, livros, teses e dissertações disponíveis na *internet* que têm como tema Identidade do professor de inglês da escola pública, desafios do professor de inglês da escola pública e contribuições da Psicologia Positiva para a identidade.

O quadro conceitual utilizado como referencial teórico base para os conceitos de identidade e identidade profissional docente foi pautado na interdisciplinaridade, com autores do campo da psicologia e da sociologia. Para os conceitos de identidade e identidade profissional docente, foram utilizadas obras dos autores Stuart Hall, Claude Dubar, Antônio Nóvoa, Zygmunt Bauman e Maria de Lourdes Ramos da Silva. Para o conceito de Psicologia Positiva, foram utilizadas, principalmente, as obras de Martin Seligman e Mihaly Csikszentmihalyi.

Dentre as abordagens da Psicologia Positiva, o conceito de bem-estar subjetivo foi o que nos pareceu mais relevante para o fortalecimento de aspectos identitários positivos e, por isso, foi o principal conceito analisado no artigo.

De modo geral, destacamos dois aspectos básicos a serem considerados nos resultados obtidos: 1-) Os desafios da educação pública: um olhar sobre a

identidade do professor de inglês; 2-) Bem-estar e identidade profissional: explorando a psicologia positiva no ensino de inglês.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

#### 3.1 OS DESAFIOS DA EDUCAÇÃO PÚBLICA: UM OLHAR SOBRE A IDENTIDADE DO PROFESSOR DE INGLÊS

Professores de línguas são promotores da competência comunicativa de seus alunos, isto é, têm a responsabilidade profissional de contribuírem para o desenvolvimento comunicacional dos educandos. (Matos, 2004, p. 27)

Lecionar inglês na educação básica não é tarefa fácil. O professor de língua inglesa que atua na escola pública contribui de maneira fundamental na construção dos saberes culturais e linguísticos dos estudantes. Se considerarmos que a escola pública, principalmente na periferia, atende a um perfil de estudante que, em grande parte, vem das camadas sociais mais vulneráveis da cidade, não é difícil perceber que aprender inglês pode significar um sentimento de inclusão. Isso porque em um mundo cada vez mais globalizado no qual a língua inglesa se faz presente de forma decisiva, não é justo que estudantes menos favorecidos fiquem à margem de um conhecimento que, atualmente, se faz essencial.

O professor de inglês da escola pública tem a responsabilidade de acreditar, lutar e adequar o seu “fazer docente” em prol da aprendizagem dos estudantes, possibilitando que eles vislumbrem as diferentes possibilidades que a aprendizagem do idioma pode acrescentar. Para Sacristán (1999, p. 48) “os professores são principalmente agentes culturais e suas posições, aquilo que desenvolvem e acreditam que devem difundir, são determinantes para suas práticas”.

Em relação ao *status* de “língua global” que o inglês alcança nos dias atuais e o número de não nativos falantes, que supera o número de nativos, o professor de inglês tem o desafio de refletir sobre qual inglês deve ensinar

(Flávius, 2020). Essa é uma questão difícil de lidar e cabe ao educador o entendimento do que será melhor para os estudantes e qual variante da língua inglesa será melhor aceita e absorvida por eles. Isso faz com que o professor lide com a própria formação e rememore as abordagens que o fizeram aprender inglês para poder também ensinar de maneira satisfatória.

Mesmo sendo de fundamental importância para a formação de cidadãos plurais e críticos, o componente curricular de língua inglesa não está localizado, hierarquicamente na “prateleira de cima” dentre as disciplinas consideradas essenciais na escola pública. Assim, a carga horária reduzida e a falta de espaços de interação fora dos contextos formais de ensino fazem com que a aprendizagem de língua inglesa pareça deslocada da realidade dos estudantes e, portanto, desnecessária (Marzari e Gehres, 2015).

Em adição a isso, os estudantes da periferia sofrem preconceitos de diversas índoles. O preconceito com a aprendizagem de língua estrangeira é um deles. O ensino de inglês pode ser considerado distante da realidade diária e os estudantes, muitas vezes, questionam quais as razões para estudar a matéria ou um conteúdo específico (Vilaça, 2010). Dessa forma, possibilitar aos alunos das periferias a crença de que podem falar inglês e que o idioma é necessário no contexto social deles é uma das tarefas mais difíceis para o professor da escola pública.

Muitas falas perigosas contaminam o ambiente escolar e discursos discriminatórios e perigosos rodeiam, inclusive, a sala dos professores. Ouvir que os estudantes não conhecem a língua portuguesa suficientemente e que por conseguinte não precisam aprender inglês, por incrível que possa parecer, não é raro dentro das unidades escolares periféricas. A superação dessa condição preestabelecida e a proposição de uma nova cultura em relação à aprendizagem de língua estrangeira é um dever do professor de língua inglesa.

Por isso, a atuação do professor de inglês passa, obrigatoriamente, pelo entendimento de que seu papel é fundamentalmente o de defender o componente curricular frente aos estudantes, mostrando a eles e para toda a estrutura educacional a grandiosidade e a importância do estudo aprofundado do idioma (Vilaça, 2010).

Contudo, para firmar-se como educador e garantir o direito à aprendizagem de língua inglesa dos estudantes, o professor se depara com obstáculos diários que dificultam significativamente sua ação docente. Os obstáculos são múltiplos e podem impactar a identidade profissional do professor de inglês de diversas formas. Esses desafios são constantes e uma identidade forte se torna parte da valorização da profissão docente. O professor de inglês precisa da criticidade e do entendimento de que não se pode firmar a posição como educador, se, ao mesmo tempo, não afirmar a profissão docente (Novoa, 2017).

A afirmação da profissão e o fortalecimento da identidade profissional docente não é tarefa simples, pois o professor de inglês, muitas vezes, se vê sozinho e com muitos desafios para lidar. De acordo com Flávius (2020, p. 3) os professores de inglês têm de lidar

[...]por um lado, com os fatores logísticos inadequados, tais como o livro didático impróprio, o grande número de alunos por turma, a heterogeneidade do grupo, e a carga horária ínfima com que o componente é ofertado. E por outro, com o descaso oficial, em que o governo nada faz para mudar essa realidade (Flávius, 2020, p. 3).

Além dos problemas citados anteriormente, há muitos outros que, inclusive, afetam o estado emocional do professor, como a cobrança excessiva e a falta de apoio e recursos. Outro fator dificultador da preparação e execução das aulas se dá porque muitos desses professores precisam ter acúmulo<sup>1</sup> de cargo por conta da baixa remuneração oferecida pela escola pública. Soma-se a esses fatores o fato de que a teoria aprendida pelo professor na universidade não o prepara para os reais desafios da docência (Arroyo, 2004).

O professor de inglês não pode achar que o que aprendeu é definitivo e que dará conta de todas as demandas do dia a dia. É necessário que o educador esteja sempre buscando a reformação profissional, como forma de atualização para um mundo que muda o tempo todo de forma dinâmica (Flávius, 2020).

---

<sup>1</sup> Acúmulo de cargo é o nome dado quando o servidor público (nesse caso, o professor) atua em mais de um cargo, lecionando em mais de uma escola.

Esses desafios causam impactos identitários diretos, pois, segundo Erikson (1998, apud Dubar, 2005, p. 134), "[...] a identidade nunca é instalada, nunca é 'acabada', visto que o entorno do Ego é móvel e que os indivíduos passam necessariamente por crises de identidade ligadas a fissuras internas no ego".

Erikson (1998) defende que as identidades são moldadas por meio do enfrentamento de crises que, resolvidas ou não, vão configurando o sujeito. O enfrentamento e a sobreposição de barreiras específicas do ensino de língua inglesa são vivenciadas pelo professor de maneira subjetiva. Ou seja, mesmo que haja problemas semelhantes nas escolas públicas, cada professor percebe esses desafios de forma única e lida com eles de maneira singular. A identidade profissional docente do professor de língua inglesa é construída, portanto, de maneira própria, particular, por meio das consecutivas interações que se sucedem entre o sujeito e o meio no qual está inserido (Silva, 2009).

Woodward (2000) aponta para a íntima relação entre identidade e subjetividade. Para a autora, os conceitos de identidade e subjetividade podem ser utilizados, inclusive, de maneira intercambiável. Assim, por mais que se possa ter uma certa clareza das problemáticas enfrentadas pelo professor de inglês inserido em um sistema educacional limitado, é extremamente complexo entender como os processos identitários se dão individualmente.

Todavia, há características que podem ser consideradas essenciais e que podem, em um contexto adverso, ajudar o professor no fortalecimento de sua identidade profissional. De acordo com Paiva (1997, p. 9) "O professor de inglês deveria ter, além de consciência política, bom domínio do idioma (oral e escrito) e sólida formação pedagógica com aprofundamento em linguística aplicada." Entretanto, os cursos universitários de formação de professores não parecem ser capazes de formar professores com essas competências.

O professor de inglês, portanto, precisa buscar estratégias e ferramentas para que uma melhora na sua condição como educador seja possível. Paiva (1997, p. 9) ressalta que

A boa formação é, muitas vezes, fruto apenas de esforço próprio, pois os cursos de licenciatura, em geral, ensinam sobre a língua e não aprofundam conhecimentos na área específica de aprendizagem de língua estrangeira (Paiva, 1997, p. 9).

A construção identitária do professor de inglês é, portanto, um processo complexo, subjetivo e multifacetado. As identidades, em uma perspectiva não essencialista, são chamadas por Hall (2006) de descentradas, deslocadas e fragmentadas. A identidade profissional docente do professor de inglês é o que Dubar (2005) chama de identidade “especializada” fruto de interações constantes com o meio. Elas são construídas, desconstruídas e reconstruídas conforme essas interações.

Essa construção envolve a percepção do professor enquanto educador, sua formação, seus valores centrais e periféricos, a autoexigência do professor, seu senso de propósito e de pertencimento, além de sua interação com os estudantes, colegas de trabalho e comunidade. Isso ocorre, pois, de acordo com Hagemeyer (2004, p. 73), “o ensino, como ofício, é um conjunto de tarefas técnico-didáticas, decorrentes do conhecimento científico e de relações humanas estruturadas de determinada maneira na escola”.

Os processos identitários docentes dos professores de inglês estão sempre em movimento, em construção e dependem da significação social da profissão, de uma constante revisão de seus significados sociais e da revisão das tradições (Pimenta, 2000). Ou seja, não se trata de achar que tudo está errado e jogar tudo fora. É necessário que se entenda que a ressignificação da profissão e de sua própria identidade como educador não depende de um desmanche completo e sim da percepção e da análise crítica do fazer docente.

Os desafios fazem parte da vida do professor da escola pública e, para que esses obstáculos sejam transpostos, o professor de língua inglesa precisa perceber para quem leciona, onde leciona e, principalmente, a importância do que leciona. A percepção do professor pode ajudá-lo a percorrer um caminho profissional mais agradável, gratificante e satisfatório para ele e para os estudantes, que são a razão da existência dos processos educacionais e da escola.

### 3.2 BEM-ESTAR E IDENTIDADE PROFISSIONAL: EXPLORANDO A PSICOLOGIA POSITIVA NO ENSINO DE INGLÊS

Por trás da psicologia positiva existe uma política. Mas não é uma política de esquerda *versus* uma política de direita. Esquerda e direita são políticas dos meios – capacitar o Estado *versus* capacitar o indivíduo -, mas, na essência, ambas defendem fins semelhantes: mais prosperidade material, mais riqueza. A psicologia positiva é uma política que não defende nenhum meio em particular e, sim, outro fim. Este fim não é a riqueza ou conquista, mas bem-estar. A prosperidade material interessa à psicologia, porém apenas se aumentar o bem-estar (Seligman, 2019, p. 96).

O movimento chamado de Psicologia Positiva surgiu de forma oficial em 1997, nos Estados Unidos, e teve como uma de suas referências fundamentais o psicólogo Martin Seligman (Scorsolini-Comin, 2012). Uma das principais razões para o surgimento das abordagens da Psicologia Positiva foi a identificação da necessidade de uma mudança no foco das pesquisas da psicologia realizadas até aquele período.

A psicologia tem seu foco, predominantemente, nas patologias dos seres humanos. Problemas emocionais, mentais relacionados a vivências ou influências do meio na vida dos indivíduos são constantemente investigados por pesquisadores da área da psicologia. Já a Psicologia Positiva concentra as suas abordagens em aspectos positivos das experiências humanas, mais especificamente no bem-estar subjetivo do sujeito.

Segundo Sheldon e King (2001, p. 216), a psicologia positiva

Nada mais é do que o estudo científico das forças e virtudes humanas comuns. A psicologia positiva revisita 'a pessoa comum', com interesse em descobrir o que funciona, o que é certo e o que está melhorando"<sup>2</sup> (Sheldon e King 2001, p. 216, tradução nossa).

Algumas interpretações simplistas e reducionistas a respeito do termo Psicologia Positiva podem minimizar a cientificidade e as contribuições da ciência para vida dos sujeitos. Por ser confundida, pelo senso comum, com

---

<sup>2</sup> Texto original, versão em inglês: It is nothing more than the scientific study of ordinary human strengths and virtues. Positive psychology revisits "the average person," with an interest in finding out what works, what is right, and what is improving.

autoajuda ou positividade, a Psicologia Positiva, muitas vezes, é mal interpretada e mal compreendida.

Há, ainda, muitos equívocos a respeito dos fundamentos da Psicologia Positiva. Parece haver uma falsa ideia de que se existe uma psicologia considerada positiva, a “outra” psicologia tem de ser, necessariamente, negativa.

O fato é que não há “outra”. A Psicologia Positiva é uma abordagem dentro da psicologia que visa entender e promover o bem-estar do sujeito em vez de tratar problemas e transtornos psicológicos ou mentais. O que ocorre é que a Psicologia Positiva atua em um campo no qual parece haver uma lacuna. A psicologia não está produzindo conhecimento suficiente a respeito do que faz a vida realmente valer a pena (Seligman E Csikszentmihalyi, 2000). De acordo com Passareli e Silva (2007, p. 2), “a psicologia não deve se ater apenas ao estudo da doença, da fraqueza e das perdas; semelhante atenção deve ser dada ao estudo de forças e virtudes humanas”.

Desde o seu surgimento, a Psicologia Positiva não tem sua divulgação e uso apenas nos meios acadêmicos, suas propostas e intervenções visam beneficiar também os “não acadêmicos” (Scorsolini-Comin, 2012). Ou seja, os estudos desenvolvidos pela Psicologia Positiva podem beneficiar todos os tipos de pessoas que buscam uma melhoria na qualidade de vida e a potencialização de seu bem-estar. Por isso, entendemos que a Psicologia Positiva pode ajudar o professor a fortalecer a sua identidade a partir da potencialização de sua resiliência e de sua condição de bem-estar na docência.

Como um de nossos objetivos com a pesquisa é investigar se a Psicologia Positiva pode trazer elementos que ajudem o professor de inglês a superar os desafios impostos pelas condições de trabalho e pelas adversidades enfrentadas no dia a dia, verificaremos, a partir daqui, se e como o professor pode buscar o fortalecimento de sua identidade docente a partir da teoria do bem-estar subjetivo.

O sociólogo e filósofo polonês Zygmunt Bauman, em seu livro intitulado “Identidade”, argumenta que “a questão da identidade também está ligada ao colapso do Estado de bem-estar social [...]” (Bauman, 2005, p.11). Para o autor, a identidade é afetada pela sensação de bem-estar. Mas o que seria, então, o

que a Psicologia Positiva chama bem-estar e como o fortalecimento dessa condição pode ajudar o professor de inglês na docência?

Para Seligman e Csikszentmihalyi, (2000, p. 9) “na prática, bem-estar subjetivo é um termo mais científico para o que as pessoas geralmente entendem por felicidade” (tradução nossa)<sup>3</sup>.

Para Passareli e Silva (2007, p. 2)

O bem-estar subjetivo é um importante componente da Psicologia Positiva. É um aspecto que pode favorecer a maneira como vemos a nós mesmos e as outras pessoas, o que pode resultar em maior prazer em vivenciar as situações cotidianas e o relacionamento com nossos pares. Torna-se importante, cada vez mais, conhecer os aspectos relacionados a esse tema (Passareli e Silva, 2007, p. 2).

Seligman (2019, p. 16), argumenta que “O bem-estar possui cinco elementos mensuráveis”: a emoção positiva (felicidade e satisfação com a vida são aspectos dela), o engajamento, os relacionamentos, o sentido e a realização (grifo nosso).

Para o autor, nenhum elemento, isoladamente, define a condição de bem-estar, mas todos contribuem para ela (Seligman, 2019).

A teoria do bem-estar subjetivo leva em consideração as forças pessoais do sujeito, suas virtudes, como pilares de sustentação para os cinco elementos citados.

Linkando a teoria do bem-estar com a teoria da felicidade autêntica, em relação à emoção positiva podemos dizer que tem a ver com o que o sujeito sente: prazer, entusiasmo, conforto etc. Tem a ver com a sensação de êxito e de “vida agradável” (Seligman, 2019) ou, no caso do professor de inglês, um ambiente de trabalho agradável, gratificante e os significados que a docência tem para ele.

Considerando que alguns elementos essenciais para uma boa atuação do professor de inglês na escola pública são estruturais, portanto, demandam investimento das autoridades, além de uma boa relação com os estudantes e

---

<sup>3</sup> Texto original, versão em inglês: in practice, subjective well-being is a more scientific-sounding term for what people usually mean by happiness.

com a comunidade escolar, pode se inferir que o esforço solitário do educador não garante a melhoria desejada.

A subjetividade no que diz respeito ao enfrentamento de situações adversas e, principalmente, em relação à maneira como o professor lida com essas situações reflete no fortalecimento ou no enfraquecimento de elementos estruturantes de sua identidade. Elementos como a resiliência que consiste em uma variação individual do professor em relação aos riscos aos quais é exposto (Rutter, 1987) é construída com base na subjetividade dos sujeitos.

Por isso, a iniciativa individual do professor de inglês na busca pela identificação de suas forças pessoais, habilidades, virtudes e desejos na docência pode ser essencial em uma perspectiva de ajuste das atividades e das relações estabelecidas com os outros de forma a potencializar a promoção de elementos geradores de satisfação pessoal.

Para Seligman (2019, p. 12), o engajamento depende de “uma posição de entrega: entregar-se completamente, sem se dar conta do tempo, e perder a consciência de si mesmo durante uma atividade envolvente.” O autor aponta para a questão de o engajamento não ser exatamente uma emoção positiva, e, sim, algo oposto. Algo que produz uma espécie de fusão entre o sujeito e o objeto. Algo, de certa forma, automático e que em alguns casos, sequer produz sensações. No caso do professor de inglês, a criação de um ambiente positivo, com a participação ativa de seus estudantes por meio de atividades que tenham sentido e que considerem os elementos de interação necessários nos processos educativos podem ajudar o educador na construção dos processos de aprendizagem.

Essa construção coletiva que, se considerar elementos importantes para os estudantes e para o professor, pode se tornar um estimulante, resultando no engajamento de todos. Não é raro escutar na sala dos professores, quando tudo dá certo em uma aula dada, expressões como: “Hoje deu tudo certo!”, “Nem vi a hora passar!”, “Que aula!”. Esse tipo de sentimento potencializa o engajamento do educador também, que passa a trabalhar mais satisfeito e com o desejo de que momentos como aqueles se repitam.

A questão é que isso não ocorre sempre. É difícil manter uma condição assim. Daí a importância da resiliência e do foco para o professor. A construção de metas claras, o conhecimento a respeito dos estudantes, a variedade de situações de aprendizagens e o aprimoramento profissional podem ajudar o educador a ter mais controle sobre o que acontece e o que pode acontecer nas aulas, melhorando a atuação do professor. Na perspectiva de grupo, algumas virtudes cívicas como responsabilidade, educação, altruísmo, civilidade, moderação, tolerância e trabalho ético (Seligman e Csikszentmihalyi, 2000) podem ser trabalhadas para além do ensino do idioma e servem para a orientação dos indivíduos no sentido de que sejam melhores cidadãos

O sentido, ou significado, no caso do professor de inglês da escola pública, pode ser elementos poderosos na promoção da motivação, tanto do educador quanto dos estudantes.

Encontrar sentido em seu trabalho pode ter a ver com diferentes situações motivadoras: o desafio intelectual, a conexão pessoal ou profissional com o idioma ensinado ou mesmo a constatação do impacto que a sua ação tem na vida dos estudantes. Essa construção depende de elementos localizados em um outro pilar da teoria do bem-estar, que são os relacionamentos.

A Psicologia Positiva se torna ainda mais relevante nos processos relacionais pelo fato de oferecer insights valiosos para a avaliação dos contextos de trabalho e para a compreensão da maneira como as interações psicológicas, cognitivas e emocionais dos professores se desenvolvem dentro das escolas que são, em síntese, organizações de trabalho (Mendonça; Ferreira, 2018; Martins; Costa; Siqueira, 2014).

O bom relacionamento faz parte da construção das relações potencialmente enriquecedoras no ambiente educacional. Ter um bom relacionamento no ambiente de trabalho, com os estudantes e com a comunidade escolar pode potencializar o sentimento de realização, que é um aspecto relevante para que o professor siga e queira melhorar na docência.

É importante, sobretudo, saber que não há atalhos para a promoção de situações que possam gerar bem-estar no educador. Contudo, “se a psicologia

positiva tem como objetivo produzir o bem-estar no planeta, o bem-estar deve ser passível de ser produzido” (Seligman, 2019, p.20).

A Psicologia Positiva, portanto, não negligencia as condições de saúde mental, o sofrimento humano ou os desafios que as pessoas enfrentam em suas vidas. Em vez disso, concentra-se de maneira primordial nas qualidades positivas e virtudes inerentes aos seres humanos (Pacico; Bastianello, 2014).

Seligman (2019) acredita que o bem-estar pode ser firmemente elevado e o fortalecimento da autoestima, do otimismo, da resiliência e a busca de relacionamentos geradores de emoções positivas podem ser elementos fundamentais na construção identitária do professor de inglês. Sobretudo para professores que atuam em unidades escolares mais afastadas dos grandes centros, onde há ainda mais desafios.

Cabe ressaltar que, de acordo com Yunes (2003, p. 80) “a perspectiva no indivíduo é notória também na introdução de diversos estudos que investigam resiliência”. Conforme a Psicologia Positiva, o professor de língua inglesa possui a capacidade de cultivar aptidões que têm um impacto benéfico em sua progressão na carreira e enriquecem suas vivências pessoais, conduzindo-o a níveis superiores de bem-estar (Pérez-Nebra; Queiroga; Oliveira, 2020).

Por isso, perceber o meio no qual está inserido e refletir com os pares e com a comunidade escolar sobre maneiras de promoção de situações que visem construir elementos de bem-estar comum podem favorecer a docência e a aprendizagem dos estudantes.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Por meio do estudo que nos propusemos a fazer, foi possível identificar que a Psicologia Positiva, com ênfase na teoria do bem-estar subjetivo, oferece uma abordagem abrangente que vai além das métricas e percepções tradicionais as quais detectam um problema e propõem intervenções com a finalidade de amenizar ou eliminar o problema.

A Psicologia Positiva, em vez disso, valoriza o impacto positivo que o bem-estar subjetivo pode proporcionar ao professor de inglês. A teoria do bem-estar

subjetivo propõem ênfase nas virtudes do professor, em sua satisfação pessoal e na realização que o ato de ensinar e os processos de fortalecimento das relações sociais podem proporcionar.

Ao direcionarmos o foco da ação docente em virtudes como a resiliência, os sentidos atribuídos pelos professores podem ser ressignificados, pois um professor resiliente que percebe a importância do ato de ensinar, percebe e entende o local no qual trabalha e que, fundamentalmente, entende para quem está lecionando tem grandes possibilidades de desenvolver estratégias de autoconhecimento e auto regulação emocional que servem como medida auxiliar no gerenciamento de situações de estresse na docência. Em síntese, a Psicologia Positiva e a teoria do bem-estar subjetivo oferecem uma abordagem valiosa que pode contribuir para o fortalecimento da identidade profissional do professor de inglês promovendo um senso de realização pessoal e profissional duradouros.

## REFERÊNCIAS

ARROYO, M. *Imagens quebradas: trajetórias e tempos de alunos e mestres*. Petrópolis: Vozes, 2004.

BAUMAN, Z. *Identidade: entrevista a Benedetto Vecchi*. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2005.

BRUN, M. (Re)Construção identitária no contexto da aprendizagem de línguas estrangeiras. In MOTA, K. e SCHEYERL, D. (Orgs.). *Recortes Interculturais na sala de línguas estrangeiras*. Salvador: Editora UFBA, 2004. p.73-103.

DUBAR, C. *A socialização: construção das identidades sociais e profissionais*. Tradução Andréa Stahel M. da Silva - São Paulo: Martins Fontes, 2005.

DUTRA, D. P.; OLIVEIRA, S. B. Prática reflexiva: tensões instrucionais vivenciadas pelo professor de língua inglesa. In: BARCELOS, A. M. F.; VIEIRA-ABRAHÃO, M. H. (Org.). *Crenças e ensino de línguas: foco no professor, no aluno e na formação de professores*. Campinas, São Paulo: Pontes, 2006, p. 177-188.

FLÁVIUS A. dos A. Desafios postos ao professor de língua inglesa na contemporaneidade. *BABEL: Revista Eletrônica de Línguas e Literaturas Estrangeiras* ISSN: 2238-5754–n.17, jan/jul de 2020. Disponível em: <https://revistas.uneb.br/index.php/babel/article/view/8112/5960>. Acesso em 12/09/2023.

HAGEMEYER, R. C. de C. Dilemas e desafios da função docente na sociedade atual: os sentidos da mudança. In: *Revista Educar*, n° 24, Curitiba: Editora UFPR, 2004.

HALL, S. *A identidade cultural na pós-modernidade*. Tradução de Tomaz Tadeu da Silva e Guaracira Lopes Louro. 11. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.

MARTINS, V.; COSTA, L. V.; SIQUEIRA, M. M. M. O impacto do comprometimento afetivo e do engajamento no trabalho sobre os comportamentos de cidadania organizacional. *Revista de Administração, Contabilidade e Economia da Fundace*. v. 06, n. 02, p. 01-13, 2015. Doi: <http://dx.doi.org/10.13059/racef.V6i2.327>.

MARZARI, G. Q. GEHRES, W. B. S. Ensino de Inglês na Escola Pública e suas Possíveis Dificuldades. *Thaumazein*. Santa Maria, v. 7, n. 14, p. 12-19, dez. 2015. Disponível em: <http://www.periodicos.unifra.br/index.php/thaumazein/article/view/1559>. Acesso em: 10 ago. 2023.

MATOS, F. G. (2004). Um desafio aos professores: saber comunicar-se para o bem. In: Cruz, D. T. (Org.). *Recortes interculturais na sala de línguas estrangeiras*. Salvador: Editora UFBA, p. 27.

NÓVOA, A. Firmar a posição como professor, afirmar a profissão docente. *Cadernos de Pesquisa*. v. 47, n. 166, p. 1106-1133, out./dez. 2017.

PIMENTA, S. G. *Formação de professores: identidade e saberes da docência. Saberes Pedagógicos e Atividade Docente*. São Paulo: Cortez, 2000.

RUTTER, M. (1987) Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, (3), 316-331.

SACRISTÁN, J. G. *O currículo: uma reflexão sobre a prática*. 3 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

SCHEYERL, D. C. M. O novo “eu” sob a perspectiva ecosófica e como ele pode atuar em aula de língua estrangeira. In: MOTA, K. e SCHEYERL, D. (Orgs.). *Recortes Interculturais na sala de línguas estrangeiras*. Salvador: Editora UFBA, 2004. p. 63-72.

SCORSOLINI-COMIN, F. (2012). Por uma nova compreensão do conceito de bem-estar: Martin Seligman e a Psicologia Positiva. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Ribeirão Preto: Paidéia, 2012.

SELIGMAN, M. E. P. (2018). *Florescer: Uma nova e visionária interpretação da felicidade e do bem-estar*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2018.

SELIGMAN, M. E. P. & CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000). *Positive psychology: An introduction*. *American Psychologist*, 55, 5-14.

SHELDON, K. M., & KING, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56(3), 216-217, 2001.

SILVA, M. L. R. *A complexidade inerente aos processos identitários docentes*. Notandum Libro 12, São Paulo: Porto, 2009, pp 45-58.

PACICO, J. C.; BASTIANELLO, M. R. As origens da Psicologia Positiva e os primeiros estudos brasileiros. In: HUTZ, Claudio Simon. *Avaliação em Psicologia Positiva*. Porto Alegre: Artmed. 2014, pp. 13-21.

PAIVA, V. L. M. *A identidade do professor de inglês: APLIENGE: ensino e pesquisa*. Uberândia: APLIENGE/FAPEMIG, n.1, 1997. p.9-17. Disponível em: <https://www.veramenezes.com/identidade.htm>. Acesso em: 04 set.2023.

PASSARELI, P. M. SILVA J. A. da. Psicologia positiva e o estudo do bem-estar subjetivo. *Estudos de Psicologia* | Campinas | 24(4) | 513-517 | outubro - dezembro 2007

PÉREZ-NEBRA, A. R.; QUEIROGA, F.; OLIVEIRA, T. A. Presenteísmo de professores regentes: bem-estar como estado psicológico crítico na mediação de características do trabalho. *Revista de Administração Mackenzie*, v. 21, n. 01, p. 01-26, 2020. Doi: <https://doi.org/10.1590/1678-6971/eRAMD200123>.

VILAÇA, M. L. C. *Aprendizagem de língua inglesa: das dificuldades à autonomia*. Rio de Janeiro, 2010. Disponível em: <http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/reihm/article/view/1220/710>. Acesso em 22 ago. 2023.

WOODWARD, K. Identidade e diferença: uma introdução teórica e conceitual. In: SILVA, T. T. (org). *Identidade e diferença: a perspectiva dos estudos culturais*. Petrópolis: Vozes, 2000.

YUNES, M. A. M. (2003). Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. *Psicologia em Estudo*. Maringá, 2003.