

UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS
BACHARELADO INTERDISCIPLINAR EM CIÊNCIAS HUMANAS

Jessica Aparecida Pires de Jesus

**A DOCÊNCIA NA SOCIEDADE DO CANSAÇO: O SOFRIMENTO EMOCIONAL E A
CULTURA DA VIGILÂNCIA**

Artigo apresentado ao Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas, da Universidade Federal de Juiz de Fora, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel (Trabalho de Conclusão de Curso).
Orientador: Rafael Siqueira Machado

Juiz de Fora
2026

DECLARAÇÃO DE AUTORIA PRÓPRIA E AUTORIZAÇÃO DE PUBLICAÇÃO

Eu, **JESSICA APARECIDA PIRES DE JESUS**, acadêmico do Curso de Graduação Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas, da Universidade Federal de Juiz de Fora, regularmente matriculado sob o número 202273074A, declaro que sou autor do Trabalho de Conclusão de Curso intitulado **A DOCÊNCIA NA SOCIEDADE DO CANSAÇO: O SOFRIMENTO EMOCIONAL E A CULTURA DA VIGILÂNCIA**, desenvolvido durante o período de DATA DO INÍCIO DO TCC a DATA DO FINAL DO TCC sob a orientação de Rafael Siqueira Machado, ora entregue à UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA (UFJF) como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel, e que o mesmo foi por mim elaborado e integralmente redigido, não tendo sido copiado ou extraído, seja parcial ou integralmente, de forma ilícita de nenhuma fonte além daquelas públicas consultadas e corretamente referenciadas ao longo do trabalho ou daquelas cujos dados resultaram de investigações empíricas por mim realizadas para fins de produção deste trabalho.

Assim, firmo a presente declaração, demonstrando minha plena consciência dos seus efeitos civis, penais e administrativos, e assumindo total responsabilidade caso se configure o crime de plágio ou violação aos direitos autorais.

Desta forma, na qualidade de titular dos direitos de autor, autorizo a Universidade Federal de Juiz de Fora a publicar, durante tempo indeterminado, o texto integral da obra acima citada, para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação do curso de Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas e ou da produção científica brasileira, a partir desta data.

Por ser verdade, firmo a presente.

Juiz de Fora, ____ de _____ de _____.

JESSICA APARECIDA PIRES DE JESUS

Marcar abaixo, caso se aplique:

Solicito aguardar o período de () 1 ano, ou () 6 meses, a partir da data da entrega deste TCC, antes de publicar este TCC.

A DOCÊNCIA NA SOCIEDADE DO CANSAÇO: O SOFRIMENTO EMOCIONAL E CULTURA DA VIGILÂNCIA

Jessica Aparecida Pires de Jesus¹

RESUMO

Com a introdução da tecnologia no cotidiano sofremos profundas alterações no modo de vida da sociedade, de maneira que, o que a princípio facilitaria, acabou por aumentar o fluxo diário, se antes tínhamos acesso a poucas notícias, hoje temos notícias em período integral, do mundo todo e em tempo real, da mesma forma, ao contar que a tecnologia é aliada ao desempenho de inúmeras tarefas, o nível de exigência da sociedade aumentou, fazendo com que os próprios indivíduos internalizassem o modo de vida acelerado e com multitarefas, resultando em uma sociedade de cansaço, o que tem repercutido em inúmeras esferas da vida humana, inclusive na laboral, desta forma, o presente trabalho tem por objetivo discutir a influência das mudanças sociais e da sociedade do cansaço no ofício da docência. Para tanto, foram utilizadas duas metodologias, revisão bibliográfica de vasto material sobre o tema e pesquisa de campo realizada com docentes, para enfim a produção textual concluir que a sociedade de esgotamento tem influenciado diretamente na docência, moldando professores a se tornarem indivíduos cansados física e mentalmente.

PALAVRAS-CHAVES: Docência. Vigilância. Cansaço. Esgotamento.

1. INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a sociedade tem sofrido intensas e profundas transformações que modificaram os sujeitos e suas relações com repercussão em vários âmbitos da vida humana sem quaisquer brechas para retrocesso. Dentre essas modificações destacam-se as relações profissionais com a inserção de novos direitos, novas demandas, novas profissões e até mesmo a reformulação de profissões tradicionais, como por exemplo, a docência.

Acompanhando a sociedade atual, a docência tem sofrido mudanças diversas e aceleradas, as quais são diretamente influenciadas pelas demandas contemporâneas de hiperprodutividade e pela ampliação das responsabilidades atribuídas ao professor. Nesse contexto, tais atividades ultrapassam os muros físicos das escolas e se estendem para a vida pessoal dos docentes, ocupando o tempo, a mente e o corpo dos profissionais muito além da jornada oficial de trabalho.

Em meio a este cenário, relatos recentes extraídos de pesquisa com docentes apontam que o ofício acompanha o professor após o expediente, seja na preparação de aulas, na correção de atividades, na busca por atualização profissional ou até mesmo nos momentos de lazer. Sendo assim, existe uma necessidade interna de disponibilidade contínua, emocional, organizacional de produtividade que tem inviabilizado a vivência de uma pausa ou descanso real por parte dos profissionais.

Neste interm, Han (2017) em sua obra, salienta que vivemos em um tempo no qual o sujeito se torna o principal responsável pelo próprio esgotamento. Além disso, o autor aponta que esse sujeito emerge inserido na lógica da hiperprodutividade, cobrando-se insistentemente a operar de forma contínua. Assim, o sofrimento emocional dos professores não surge isoladamente, mas como reflexo de uma cultura que normaliza o excesso, a aceleração e exigência sem limites.

¹ Graduanda em Ciências Humanas pela Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF. E-mail: Jessicapires123@gmail.com Artigo apresentado ao Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel. Orientador: Prof. Dr. Rafael Siqueira Machado.

No contexto escolar, essa dinâmica tem se intensificado nos últimos tempos. Inclusive, o cansaço docente tem sido naturalizado, tanto pelos colegas quanto pelas próprias instituições. Que exigem a adoção de posturas que demandam o controle e a repressão das emoções, de modo que determinadas atitudes sejam padronizadas tanto no ambiente escolar quanto fora dele, ainda que em detrimento do bem-estar emocional dos docentes.

Essa experiência dialoga com as análises de Le Breton (2007) sobre o corpo na sociedade e de Foucault (1987) do corpo disciplinado, segundo o qual as instituições modernas moldam os corpos, regulam atitudes, organizam comportamentos e instauram uma vigilância constante que produz sujeitos obedientes e úteis.

Diante desse cenário, algumas questões primordiais surgem, para nortear essa pesquisa, quais sejam: como a cultura da vigilância e hiperprodutividade acontece dentro dos espaços escolares e fora deles; como estes mecanismos institucionais impactam no sofrimento emocional dos professores atualmente; e como o corpo e mente atuam dentro e fora desse ambiente

Com base nas problematizações supracitadas o objetivo deste estudo foi compreender como as lógicas da hiperprodutividade atuam no corpo do docente refletindo no bem estar e como a cultura da vigilância impacta neste cenário, articulando as reflexões teóricas dos autores Han, Foucault, Le Breton e Richard Sennett. A necessidade já no fato de que a sociedade de esgotamento é um fenômeno do século que têm afetado diversas profissões e caso não seja reconhecida como um mal, pode levar à falência de muitas mentes promissoras e corpos saudáveis. Ou seja, faz-se necessário o surgimento de um meio termo onde o homem, nesse caso em específico, o docente, conseguirá atingir suas expectativas internas e externas, sem comprometer sua saúde mental ou corporal. Logo, é imperativo dar visibilidade à essas formas de sofrimento que tem atravessado a prática docente, pois diante do cenário de adoecimento emocional crescente, torna-se fundamental refletir sobre como a instituição de diversas maneiras podem contribuir ao combate a esses novos males.

Para tanto inicialmente, realizou-se uma pesquisa de campo em que profissionais da educação relatam seu cotidiano. Em seguida discute-se a chamada sociedade do cansaço e seus reflexos no adoecimento docente com exemplificação dos relatos feitos pelos docentes entrevistados; em seguida, aborda-se a noção de corpo disciplinado e moldado para o desempenho; posteriormente, analisam-se a corrosão do corpo, o docente à deriva e os processos de subjetivação. Tais discussões são articuladas a dados que evidenciam e comprovam a problemática investigada. Por fim, conclui-se a sociedade de esgotamento como a grande responsável por pressionar as mentes humanas a naturalizarem o cansaço constante e como repercute da docência em todos os seus ambientes.

2. OS CAMINHOS METODOLÓGICOS PERCORRIDOS

A pesquisa desenvolvida foi realizada através de uma abordagem qualitativa, uma vez que se busca não somente captar com profundidade os significados e as percepções atribuídas pelos docentes às suas vivências, bem como perceber as experiências relacionadas ao sofrimento emocional e a cultura da vigilância constante e hiperprodutividade vivenciados por aqueles que diariamente atravessam tanto o ambiente laboral, enquanto docentes, quanto suas rotinas pessoais. Além disso, o estudo se caracteriza também como exploratório, pois procura ampliar a compreensão acerca de fenômenos ainda pouco discutidos na prática docente cotidiana atual, sendo motivada por indagações pessoais que emergem da observação do cenário educacional.

O estudo foi realizado com uma amostra de dez professores da educação básica, selecionados por conveniência, onde lecionam em escolas particulares, estaduais ou municipais, considerando a disponibilidade para a contribuição da pesquisa, os docentes responderam a um questionário estruturado composto por dez questões onde foi possível discorrer sobre suas experiências cotidianas.

As perguntas foram elaboradas e fundamentadas a partir do referencial teórico deste trabalho, incitando especialmente as contribuições de Byung-Chul Han (2017), Michel Foucault (1987), Manuel Castells (1999), David Le Breton (2007) e Richard Sennett (2009). Estes autores forneceram bases conceituais fundamentais para compreender os aspectos das estruturas na docência hoje. Han contribui com a noção de sociedade do cansaço e auto exploração, Foucault ajuda a pensar as relações de poder e disciplina do corpo docente, Castells sobre a ideia da sociedade em rede e uso de tecnologias. Por sua vez, Le Breton e Sennett aprofundam a discussão sobre como o corpo é uma construção social, para além do biológico e sobre a identidade dos trabalhadores no capitalismo.

A coleta de dados ocorreu de forma presencial e voluntária, nas salas de reunião das escolas, possibilitando uma melhor aproximação com as participantes, favorecendo uma escuta ativa e respeitosa e garantindo privacidade para os professores se sentirem confortáveis com a entrevista. Ficou assegurado o anonimato dos participantes evitando que os mesmos sejam reconhecidos ou expostos. Cabe ressaltar que todos foram previamente informados no que se refere aos objetivos da pesquisa e utilização dos dados para uso acadêmico. Os resultados obtidos na entrevista foram articulados com as contribuições teóricas possibilitando a construção de uma análise interpretativa dos fatos narrados permitindo compreender melhor sobre as condições do trabalho docente que ultrapassam o espaço físico da escola.

Já para o referencial teórico foi escolhido a revisão bibliográfica na qual após a escolha do tema, foram realizadas pesquisas em plataforma acadêmicas com os seguintes descritores “sociedade”; “esgotamento”; “docência”; + “Byung-Chul Han”, “Michel Foucault”; “Manuel Castells”; “David Le Breton” e “Richard Sennett”. Em seguida após separação do material, foi feito a leitura com fichamento para o início da produção textual.

3 A SOCIEDADE DO CANSAÇO E O ADOECIMENTO DOCENTE

Na atualidade, inseridos em um cenário de rotinas cada vez mais aceleradas e desenfreadas, marcadas por inúmeras transformações tecnológicas que impactam o estilo de vida e a maneira como se leva o dia a dia, faz-se necessário pensar em como esse processo de mudanças além de atravessar o cotidiano também impacta atividades laborais, o que faz com que atualmente vivenciamos um tecnocapitalismo (o qual a forma de acúmulo do capital vem principalmente do uso de plataformas digitais, não sendo mais marcado pelo modelo fordista da produção e indústrias mudando a forma de ganho de capital e isso influencia diretamente na visão das pessoas, onde indivíduos de gerações diferentes mesmo vivenciando o mesmo sistema de acumulo de capital, enxergam como alcançar o ganho dele de formas diferentes, a relação que as duas gerações tem com o dinheiro é distinta). Singularmente, na realidade do trabalho docente, as intensas mutações refletem de forma direta no desempenho do profissional, onde é possível notar uma ampliação de exigências por parte das instituições, logo, os profissionais internalizam essas cobranças sendo elas refletidas no interior do sujeito, contribuindo com a exaustão mental e física dos professores.

As reivindicações institucionais para com o professor, o aumento das responsabilidades pedagógicas, administrativas somadas às demandas tecnológicas ajudam a moldar um cenário de sobrecarga constante. Através de um dos relatos da entrevista feita para o trabalho, o docente intitulado como P2, corrobora a problemática acima, ao afirmar que:

“O trabalho com certeza me acompanha pra casa, até agora a pouco eu estava resolvendo algumas pendências. É muita coisa e se a gente não fizer isso, não dá conta. Às vezes é tarde e eu to mexendo com coisa de trabalho eu acordo e já vou mexer com isso em casa mesmo e isso me impactou negativamente a minha vida familiar por exemplo porque era fim de semana e eu tinha que fazer as coisas de trabalho e não dava atenção pra minha mãe por exemplo, mas eu também tento dar um basta. Falo que vou sair com meus amigos e família... eu tento não desaparecer, às vezes a gente fica em tempo de ficar doido, né mas quando as coisas dão certo é tão bom.” (P2).

Na obra “A sociedade do cansaço”, Byung Chul Han (2017) busca caracterizar o cenário patológico dos tempos modernos. Como as pessoas se encontram adoecidas e sua ideia central é baseada no conceito de que a busca por produtividade e eficiência, insere-se em um contexto de hiperprodutividade levando o indivíduo a um colapso emocional, podendo até mesmo ocasionar doenças como a síndrome do burnout onde a pessoa deixa de ser ela mesma, perde sua subjetividade para cumprir metas. Han(2017) assevera ainda que cada época possui suas enfermidades, e o século XXI não é definido como bacteriológico, nem viral mas neuronal, argumentando que as grandes crises de saúde contemporâneas derivam de um excesso de interioridade e autoexigência. Esse estado patológico se dá devido a um exagero de positividade.

Para exemplificar um pouco mais a problemática acima será utilizado o depoimento da docente intitulada como P9:

“acho que essa questão da produtividade parte tanto de nós mesmos, uma autocobrança, quanto da escola, porque há uma demanda muito grande a ser cumprida de projetos a serem desenvolvidos, cumprir conteúdos dos livros didáticos e tem coisas também que nós como professores individuais queremos levar para desenvolver com os alunos e aí tem pouco tempo de aula e você começa a se cobrar e aí acaba de a escola vir em cima “como que vai fazer” e os pais também, nas escolas privadas, quando pulamos uma página eles querem saber porque, como vai fazer e quando, e isso afeta no físico de tá sempre correndo não para pra ir ao banheiro não bebe uma água e no emocional sempre essa questão da sobrecarga vai de uma escola pra outra isso tudo vai impactando o físico o emocional e vira uma bomba, né prestes a ser explodida a qualquer momento”.(P9)

Disposto a refletir as razões pelas quais as pessoas se encontram esgotadas na vida moderna, o excesso de positividade supracitado está relacionado com o fato de internalizarem as exigências sob um viés de que é preciso dar conta e eu consigo, pois “*o poder ilimitado é o verbo modal positivo da sociedade do desempenho. O plural coletivo da afirmação yes, we can expressa precisamente o caráter de positividade da sociedade do desempenho*” (HAN, 2017, p.24).

Esse raciocínio vai de encontro ao sentimento relatado pela P6:

“eu sinto que naturalizei esse cansaço, me sinto cansada e penso é assim mesmo, a profissão que escolhi, é assim que tem que ser, acontece eu reconheço perfeitamente o quanto ser professora exige de mim e quanto isso ocupa na minha vida, minha vida é basicamente dedicada a isso mas a sociedade como um todo não reconhece o esforço e o trabalho que a gente tem fora da escola, sabe, a gente precisa se especializar, fazer curso, a gente precisa dar conta dos planejamentos e correções de atividades são vários trabalhos que acabam sendo invisibilizados e no final somos resumidos a pessoas preguiçosas que tem férias duas vezes no ano e trabalham pouco e reclamam demais então não há um reconhecimento da sociedade a respeito do nosso trabalho mas eu particularmente reconheço que isso ocupa muito da minha vida” (P6).

Neste cenário, a categoria docente surge como um dos grupos vulneráveis a essa lógica, é um sofrimento que apesar de ser particular e individualizado, se dá devido ao excesso de estímulos e atividades, tornando-se algo social também, está natural e típico do capitalismo contemporâneo onde o sujeito é estimulado a não somente produzir, mas se aperfeiçoar, se atualizar. É interessante, além do mais, refletir o papel que as tecnologias têm neste processo, segundo Castells (1999), a tecnologia e as relações técnicas de produção se difundem pelo conjunto de relações e estruturas sociais, alcançando as esferas do poder e experiência cotidiana. Assim, os modos de desenvolvimento tecnológico exercem influência sobre o comportamento social.

Através de relatos da entrevista que corroboram a questão da tecnologia,

“o professor precisa se manter atual, principalmente no que se refere a tecnologias, algumas escolas adotam o diário online, e outras demandas também, mas acho que isso acaba pesando mais para as professoras que anteriormente não tinham tanto contato com essa rotina de tecnologia, Mas hoje em dia é inevitável, não dá pra correr” (P7).

Partindo destes pontos, Han (2017) dialoga com Michel Foucault (1987) com o conceito da sociedade disciplinar. Enquanto Foucault (1987) opera por meio da disciplina, normas e punição externa, Han (2017) tem a ideia de que a contemporaneidade é marcada pela transição do paradigma disciplinar focada na negatividade da proibição e no dever, para a sociedade do desempenho, o qual o sujeito está inserido em uma lógica de hiperprodutividade, ele opera de uma maneira em que o sujeito é forçado a produzir mais estimulando sua motivação interna, como expõe o autor:

Para elevar a produtividade, o paradigma da disciplina é substituído pelo paradigma do desempenho ou pelo esquema positivo do poder, pois a partir de um determinado nível de produtividade, a negatividade da proibição tem um efeito de bloqueio,

impedindo um maior crescimento. A positividade do poder é bem mais eficiente que a negatividade do dever. Assim, o inconsciente social do dever troca de registro para o registro do poder. O sujeito de desempenho é mais rápido e mais produtivo que o sujeito da obediência. O poder, porém, não cancela o dever. O sujeito de desempenho continua disciplinado. Ele tem atrás de si o estágio disciplinar. O poder eleva o nível de produtividade que é intencionado através da técnica disciplinar, o imperativo do dever. (HAN, 2017, p. 25, 26)

Neste sentido, os paradigmas da positividade do poder e da negatividade do dever caminham juntos, exercendo foras sobre o mesmo sujeito onerando-o duplamente, e acentuando seu grau de exigência interna. Logo as idéias de Han e Foucault seriam complementares na medida em que uma não supera a outra mas se sobrepõe no mesmo sujeito.

É possível entender que, na docência, isso não surge de maneira isolada, mas sim como uma consequência de uma cultura que normaliza a aceleração, e ao internalizar a ideia de produtividade contínua, o professor internaliza essas questões se tornando um grande responsável pelo seu próprio esgotamento, evidenciando que a problemática provém de uma coerção externa que culmina em uma autoexigência.

4 A SOCIOLOGIA DO CORPO E O CONTROLE E SUBJETIVAÇÃO DO SUJEITO EU DOCENTE

Este tópico buscará melhorar a compreensão sobre a docência na contemporaneidade assim sendo indispensável analisar as transformações sociais que refletem sobre o corpo e os processos pelos quais ele passa a ser explorado e subjetivado na vida social. O trabalho docente que é historicamente ancorado no cuidado e na ética da formação humana hoje se encontra em um cenário precisamente marcado por profundas mudanças como a precarização das relações institucionais, intensificação de demandas burocráticas e aceleração, que produz novos modos de adoecimento e sofrimento emocional. Para verticalizar a reflexão, dois autores serão explorados como base fundamental para o entendimento: David Le Breton e Foucault, onde se empenham para explicar como o corpo se dá na sociedade para além do olhar biológico e como este mesmo corpo sofre um “processo de adestramento” com o poder disciplinar que, se estrutura basicamente em três pilares: olhar hierárquico; sanção normalizadora e exames.

“O poder disciplinar é invisível, pode vigiar sem ser visto, se expressando pelo olhar e exercendo seu controle sobre os corpos em questão. Mantendo o indivíduo disciplinado. Além disso, o exame faz com que a individualidade de cada corpo entre para uma documentação administrativa, pois tudo é anotado.” (FOUCAULT, 2009 apud BRIGHENTE; MESQUIDA, 2011, p. 3)

Assim, objetivo do poder disciplinar é tornar o corpo dócil, e moldado as finalidades dos disciplinadores.

A partir da Sociologia do corpo, é possível compreender que indivíduo não é apenas biológico, ele é moldado socialmente, é um objeto de representações onde se relaciona com o mundo, e é por meio do corpo que os sentidos da experiência social são produzidos, como a expressão de sentimentos e gestos (LE BRETON, 2007) sendo percorrido por normas e valores que moldam as experiências individuais. Portanto, o corpo é uma construção social e cultural que se torna alvo de regulações oriundas do trabalho e instituições que tem o condão de exercer poder sobre ele dialogando aproximadamente com as análises de Michel Foucault (1987) sobre o corpo disciplinado. Como explica Le Breton:

A expressão corporal é socialmente modulada mesmo sendo vivida de acordo com o estilo particular do indivíduo. Os outros contribuem para modular os contornos de seu universo e a dar ao corpo o relevo social que necessita, oferecem a possibilidade de construir-se inteiramente com o ator do grupo de pertence. No interior de uma mesma comunidade social todas as manifestações corporais do ator são virtualmente significantes aos olhos dos parceiros elas só têm sentido quando relacionadas ao conjunto de dados da simbologia própria do grupo social não há nada de natural no gesto ou na sensação. (LE BRETON, 2007, p. 9)

Dado este trecho podemos entender que a expressão corporal apesar de particular é socialmente construída e orientada pelos direcionamentos em que o sujeito está inserido, onde as manifestações corporais são significantes e observadas pelos outros, o docente neste contexto, fica sob exposição. Através de um relato da pesquisa foi possível entender que as expressões corporais de um professor dentro do ambiente escolar podem vir a ser reguladas de formas sutis como certas proibições de vestimentas e comportamentos, sobretudo por valores e ética, os quais os comportamentos dos profissionais são observados por alunos e os demais presentes, como implica a fala de P7:

“o seu jeito de falar se portar e vestir, para evitar piadinha, principalmente a gente que se formou muito jovem, tem todas essas questões, algumas instituições exigem cor de calça mais escura, não pode legging, tem uma interferência muito grande e você tem que ver seu jeito de falar para não ser punido, como se comportar e isso interfere”. No mesmo sentido P6 discorre “como a gente segue um sistema específico de ensino não temos regras necessariamente com a vestimenta mas somos instruídos a falar num tom mais baixo, existem alguns comportamentos que são intrínsecos mas estamos no meio daquilo né”. (P7).

Para ser docente, existe o uso do corpo e das emoções a todo momento, é um corpo que vive constantemente exposição fruto de um processo disciplinar, que por vezes pode levar a um desgaste emocional. O corpo do professor funciona como um anteparo simbólico precisando projetar segurança e autoridade, mesmo quando a subjetividade possa estar sendo levada em conflito. Le breton reforça essa organização social dos sentimentos:

Os sentimentos que vivenciamos a madeira como repercutem e são expressos fisicamente em nós estão enraizados em normas coletivas implícitas. Não são espontâneos mais ritualmente organizados e significados visando os outros. Eles inscrevem-se no rosto no corpo nos gestos nas posturas etc o amor a amizade o sofrimento a humilhação alegria a raiva etc não são realidades em si indiferentemente transponíveis de um grupo social a outro as condições de seus surgimento e a maneira como são simbolizados aos outros implica uma mediação significativa. (LE BRETON, 2007, p. 52)

Da mesma forma em que o corpo é modulado socialmente, as emoções são socialmente organizadas porque elas são expressas e manifestadas através de expressões faciais e gestos, sendo o corpo um mediador das emoções, estando sempre voltado sempre voltado ao outro. Para além de sentir o corpo se expressar socialmente, é também a forma como ele vai se comunicar. Na docência, a comunicação corporal também se torna parte do trabalho, pois o professor está sempre se ajustando às expectativas éticas da instituição, conforme salienta P2; P6 e, respectivamente: “precisa reprimir emoções porque não pode dar aula morto de raiva, os alunos não tem culpa e acaba que precisa estar tranquilo pra estar com eles”; “já senti várias vezes que precisava reprimir emoções no trabalho sim, tem dia que eu tenho vontade de chorar mas eu, enfim, não posso, não choro. Esse é um tipo de repressão sim, tiveram vários dias que eu precisei chegar em casa e desabafar, e chorar.” P6; assim como corrobora P9:

“Essa questão das emoções reprimidas acontecem no ponto de que a partir do momento em que o professor entra na sala de aula a gente não tem mais uma vida pessoal, aquilo que você sente, você tem que cumprir demandas independente do que você tá sentindo, você põe uma máscara e vai dar a sua aula e eu vejo acontecendo não só comigo mas as demais pessoas da área também” (P9).

Aplicado à docência, o mesmo significa compreender que o professor não é apenas um mediador de conhecimento, ele é também um lugar onde o trabalho se visibiliza corporalmente, o corpo do professor se torna um espaço de expressão profissional, o qual se manifesta autoridade pedagógica, cuidado e compromisso com a formação humana. Para além disso, este mesmo corpo também fica sob exposição de cobranças, avaliações e formas de vigilâncias, sejam elas explícitas ou implícitas que levam a regular suas condutas e emoções.

5. A CORROSÃO DO CARÁTER E A DOCÊNCIA EM DERIVA

Neste tópico, será indispensável adentrar nas análises de Richard Sennett (2006) para o entendimento de como a docência se encontra à deriva na lógica de trabalho do cenário moderno.

No capítulo “à deriva” da obra “A corrosão do caráter”, o autor utiliza da história de Enrico e Rico para mostrar o contraste de gerações e explicar a sua ideia acerca da relação de trabalho atual. Nessa história é feita a associação de um pai (Enrico) e seu filho (Rico); no contexto em que, Enrico vive a realidade do capitalismo fordista, tem tempo previsível e rotina linear, trabalhando na mesma profissão a anos, sendo um pai provedor de família. Enrico, servia a família e trabalhava de uma maneira mais estável, economizando dinheiro para sua casa e para educação dos filhos, tinha vínculos duradouros e conquistas eram cumulativas ele sabia quando iria se aposentar. Essa linearidade da vida fazia sentido para ele. Em contrapartida, Rico, por sua vez, como supracitado o tecnocapitalismo ascendeu socialmente, e ao sair da escola estava sendo preparado para frequentes mudanças e trocas de empregos. Enquanto Enrico sentia vergonha com o fato de sua mulher trabalhar, Rico via sua esposa, Jeannette, como uma parceira igual de trabalho e se adaptou a ela, não fixou moradia a longos prazos, seja pelo trabalho ou pela companhia. A instabilidade fazia parte da rotina deles e tinham receio de perder o controle de suas vidas. Ele abre sua própria empresa e começa fazer todos os serviços da empresa sem que tenha um papel fixo, contexto no qual a segurança, previsibilidade e metas de longo prazo se tornam incertas como é possível observar:

Fiquei sabendo que seu receio de perder o controle ia muito mais fundo que a preocupação que a perda de poder no trabalho. Ele temia que as medidas que precisava tomar e a maneira como tinha de viver para sobreviver na economia moderna houvessem posto sua vida emocional, interior, à deriva. Rico me disse que ele e Jeannette fizeram amizade sobretudo com pessoas que viam no trabalho, e perderam muitas delas nas mudanças dos últimos doze anos “embora continuemos ‘em rede’” Ele busca nas comunicações eletrônicas o senso de comunidade que Enrico mais apreciava quando assistia às reuniões do sindicato de faxineiros, mas o filho acha as comunicações on-line breve e apressadas. (SENNETT, 2009, p.19)

Ao apresentar a ideia de Richard Sennett, observa-se que na realidade docente é possível perceber que a lógica da instabilidade se manifesta nas instituições de ensino privadas de forma que a figura dos pais de alunos tem um grande papel neste processo e contexto que estão inseridos causando sentimentos de insegurança nos professores, já que como a escola depende financeiramente das mensalidades dos pais, a lógica de mercado é que a instituição e os docentes devem agradar aos pais ou responsáveis por efetuar estes pagamentos, conforme relato:

“você sempre abre mão o tempo todo na sua profissão, não é só a sala de aula ela tá ali ocupando toda a sua vida você perde sua privacidade, tem sempre que ver se tem aluno na sua rede social se tiver aluno tem que ver o que vai postar e como vai fazer, os pais, a escola, se vão estar te seguindo, se não vão estar e no momento que você entra na sala de aula toda sua vida se volta a isso” (P7).

Ademais, o controle dos pais e instituições não se resume apenas ao ambiente escolar e tão pouco no que tange ao conteúdo lecionado:

“No ambiente profissional, o monitoramento eletrônico objetiva proporcionar segurança e coibir os atos incivis, conceituados como comportamento hostil, grosseiro e de ausência de gentileza entre os colegas de trabalho nas organizações.

...

Contudo, o monitoramento eletrônico de desempenho provoca um outro tipo de insegurança: medo e sensação incômoda de ser monitorado constantemente. Essas tecnologias passaram a ser utilizadas para aumentar o controle sobre os funcionários com o objetivo de elevar a produtividade. Nas escolas, a instalação de câmeras de monitoramento tem como discurso a proteção de alunos e profissionais. Porém, elas também são utilizadas pelos diretores para vigiar os professores Segundo Melgaço (2012) o monitoramento dentro do contexto escolar cria um ambiente desagradável e

indagativo, pois todos são vigiados a todo o momento como se estivessem numa prisão.” (LIMA et al, p.2025)

Essa interferência dos pais gera sensação de instabilidade. No caso de escolas particulares são os pais quem pagam mensalidade, e, levando isso em consideração, tanto a instituição quanto os professores devem agradar aos pagantes, essa insegurança dos educadores e o receio de serem mandados embora, agravado em caso de contratados (muitas vezes contrato anuais e temporários sem a certeza de emprego no ano seguinte), gera uma vulnerabilidade latente já que ficam impedidos de se fixar, realizarem planejamentos a longo prazo, em suma, “sem saber o dia de amanhã”, afinal se os pais tiram o filho da escola pelos comportamentos considerados inadequados dos professores, a escola como uma instituição particular pode falhir.

Traçando um paralelo com os pensamentos de Foucault, teríamos que a estrutura em que os professores se encontram acabam por se tornar panópticos (originalmente concebidos como prisões em que os presos não consigam perceber que estão sendo vigiados), nos quais ao professores estivessem constantemente presos nos moldes que as instituições querem, os quais, embora não saibam quem especificamente está exercendo o controle, sabe que estão sob constante vigilância, ocasionando uma prisão sobretudo mental e uma disciplina dos corpos refletidos no medo da demissão, afinal essa introjeção de vigilância tem condão de coagir o indivíduo, criando uma realidade comportamental induzida, de maneira que um grande número de pessoas possam ser disciplinadas por um número pequeno de controladores.

Surge assim um dos efeitos do panóptico, que é introjetar a sensação de vigilância. A ideia de observação contínua, mesmo que não seja efetivada em seu exercício, proporciona uma subjetivação do efeito da disciplina. O recluso é coagido sob a indução de que está sendo observado. A disciplina é um conjunto das minuciosas invenções técnicas que permitem ordenar a extensão útil das multiplicidades humanas e diminuir os inconvenientes do poder. (SPÍNOLA, 2019, p. 2).

Assim a ameaça velada pode compelir o docente a se comportar de forma satisfatória e exemplar, aos olhos dos paternos e maternos, tornando-se de forma invisível um controle mediante medo de desagradar, os responsáveis indiretos pelo seu salário. Neste sentido: *“a violência não precisa ser física, marcada no corpo, mas não deixa de ser uma violência psicológica, em que o próprio indivíduo com receio de ser punido ou excluído, se auto-vigia constantemente.”* (BRIGHENTE; MESQUIDA, p. 4, 2011)

O professor ao sentir que pode perder o emprego por conta da intromissão dos responsáveis, e que estão sendo observados vigiados dentro e fora do ambiente escolar, como por meio das redes sociais tende a moldar seus comportamentos inclusive fora da escola, onde em tese deveria ter liberdade, justamente pelo receio de vigilância pelas redes sociais, por exemplo, passando a se cercear nos lugares que frequente, a maneira como se veste e se porta nesses ambientes extra escolar. Até mesmo porque “a escola é, em grande escala, aquilo que as forças dominantes da sociedade desejam que ela seja. No sentido oficial, digamos assim, uma de suas funções fundamentais é manter o controle social através da estabilidade e do ajustamento” (MEDINA, 2000, p. 19 apud BRIGHENTE; MESQUIDA, p. 8, 2011)

O autor analisa como o novo capitalismo focado no curto prazo e na flexibilidade constante impede que o indivíduo construa senso de caráter. Dessa forma, o corpo docente é um instrumento de trabalho e objeto de controle que resulta em uma conduta de autocontrole em tempo integral, o que nada mais é que uma das formas de sofrimento profissional. Logo, a docência à deriva revela uma face perversa da contemporaneidade: o uso exaustivo da sensibilidade e da biologia humana em prol de um sistema que desvaloriza a própria humanidade do trabalhador.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Antes de adentrarmos na temática, segue tabel com dados compilados:

TABELA								
Participante	Idade	Tipo de Instituição em que atua	Número de vínculo	Regime de Trabalho	Nível de ensino	Região da cidade onde reside	Região da cidade onde trabalha	Classe social
P1	49	Escola Privada	1	Integral	Magistério	Sul	Sudeste	Média
P2	26	2 Escolas Públicas e 1 privada	3	Parcial/ Substituta	Superior Completo (letras)	Sul	Norte/ Centro	Média
P3	41	Escola Privada	1	Integral	Magistério	Sul	Sudeste	Média baixa
P4	39	2 Escolas públicas e 1 privada	3	Parcial	Superior Completo (Geografia)	Sul	Sul/ Sudeste	média
P5	28	Escola Pública	2	Efetivo e Temporário	Superior Completo (Química)	Leste	Centro	Média
P6	34	Escola Privada	1	Parcial	Superior Completo (Pedagogia)	Nordeste	Sul	Média
P7	25	1 Escola Privada e 1 Pública	2	Parcial/ Temporário	Superior Completo (Letras)	Nordeste	Centro/ Oeste	Média baixa
P8	36	Escola Privada	1	Parcial	Superior Completo (Pedagogia)	Leste	Sudeste	Média baixa
P9	28	2 Escolas Privadas	2	Parcial	Superior Completo (Biologia)	Sul	Sul/Centro	Média
P10	33	Escola Privada	1	Integral	Superior Completo (Pedagogia)	Norte	Sudeste	Média

Fonte: Pires, 2025

A partir dos dados obtidos, foram encontrados alguns elementos centrais passíveis de discussão que ilustram os objetivos da pesquisa e a forma como se encaminhou. Com base na análise realizada e com a bibliografia utilizada de apoio, revelou-se que a rotina docente ultrapassa sim, de forma significativa, os limites físicos das instituições de ensino e ocupa uma boa parte da vida privada dos docentes que responderam a este questionário.

Os relatos destacam que de modo recorrente, o planejamento de aulas, a correção de atividades, e a organização da rotina pedagógica precisam ser realizados fora do expediente, geralmente em casa.

Como disse uma das participantes a qual será intitulada como P1 preservando a sua identidade, ela destaca que:

“os finais de semana são ocupados para organizar as demandas da semana, e a casa acaba se tornando o ambiente para realizar essas atividades” (P1).

Baseando-se nisso, em consonância com Han (2017), pode ser feita alusão a lógica da hiperprodutividade onde mesmo longe do espaço de trabalho a cobrança e o excesso de atividades

fazem com que o profissional naturalmente passe a trabalhar e se privar de descanso e lazer em função disso. Ilustrando essa fala e versando com Han (2017) temos como demonstra a fala:

“O impacto é a privação do lazer e do descanso, porque sempre tem algo para adiantar da escola em casa” (P4)

Como a amostragem foi em sua maioria do sexo feminino, foi evidenciado também na fala das docentes que o corpo feminino especialmente é alvo constante de controle e vigilância, ou seja, acerca da postura, expressões, vestuários dentre outros elementos que mesmo que de forma indireta exercem controle sobre o corpo docente. Segundo uma delas:

“O corpo da mulher é sempre vigiado... roupas justas demais ou decotadas são inimigas das professoras. Esse controle vem da própria instituição, dos olhares e comentários de supervisoras e diretoras mesmo que de formas sutis” (P2).

Segundo deste pensamento temos que isso dialoga diretamente com a perspectiva foucaultiana sobre mecanismos disciplinares nas instituições modernas. Para Foucault (1987), práticas de vigilância, normalização e correção moldam corpos e comportamentos produzindo sujeitos disciplinados. Assim, a escola se mostra como espaço onde se regula não apenas o desempenho pedagógico, mas também o corpo da professora.

Um dos principais relatos obtidos e em comum na fala de toda amostragem discorre sobre a ampla necessidade de autocontrole emocional e de não expressar verdadeiramente suas emoções sejam elas de ansiedade, cansaço, esgotamento, frustração, dentre outros. Ambas se mantêm com uma postura ou conduta bastante profissional como relatou uma docente:

“Dentro do ambiente escolar é preciso um autocontrole das emoções porque a linguagem corporal é policiada” (P8).

Dando sequência na análise realizada, temos novamente aspectos atrelados à performance, hiperprodutividade e cobranças que também está presente na necessidade de ter tudo pronto como expressou a professora:

“professor precisa estar pronto pra cobrir aulas, ter materiais prontos e estar sempre atualizado sobre novidades” (P5)

Essa exigência constante conecta-se à análise de Castells(1999) sobre o papel das tecnologias na aceleração das rotinas e na ampliação das expectativas de eficiência.

A naturalização do cansaço também aparece de forma frequente. Diversas participantes afirmaram ouvir que:

*“É assim mesmo” (P3)
“Ser professor é isso mesmo” (P10).*

Uma delas relata que:

“O cansaço é constantemente invalidado... parece que é normal estar cansado o tempo todo” (P8)

Enquanto outra complementa:

“não tem a opção de você ser professor e não ser cansado, a profissão é o tempo todo desvalorizada, pelos alunos, pelo sistema, pela sociedade e a questão de como ocupa a nossa vida” (P7).

Com essa naturalização é possível discutir sobre a banalização do sofrimento docente e como isso muitas das vezes é tratado como uma característica típica da profissão e não como um resultado de condições estruturais precarizadas.

Em síntese, os resultados revelam que o sofrimento emocional das professoras não deriva de fragilidades individuais, mas de uma combinação de fatores estruturais tais como sobrecarga, vigilância corporal, controle emocional, intensificação tecnológica e naturalização do cansaço. Esses achados dialogam diretamente com a sociedade do desempenho descrita por Han (2017), com os mecanismos disciplinares apontados por Foucault (1987) e com a aceleração informacional analisada por Castells(1999).

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto temos que a sociedade de esgotamento é fenômeno moderno que se ampliou por várias camadas da sociedade, com repercussão em espaços e ambientes que se moldaram às novas exigências sociais, tecnológicas, de produtividade e utilidade.

Às pessoas não bastam mais produzirem na medida de suas possibilidades, mas além de suas possibilidades, para atenderem às demandas atuais, de maneira que o ideal de felicidade foi substituído pelo de serem multiscreams e assim serem úteis e não descartáveis.

Nesse viés as relações de trabalho foram intensamente impactadas pelas novas características, dentre os muitos ofícios afetados tivemos o do professor, que viu a profissão de ensinar e formar novos indivíduos se desdobrar em milhares de outras funções que se estenderam até à vida pessoal.

O docente que antes possuía suas atribuições atreladas ao horário de trabalho e ao ambiente escolar, se viu sobrecarregado de funções que não apenas se resumiam a “levar serviço para casa”, mas fora do ambiente escolar, se adequar as novas implicações dos tempos atuais (revolução tecnológica, acúmulo de funções administrativas, atualização do conteúdo e de metodologias e correspondência das expectativas pessoais, dos pais e das instituições), de forma que com o tempo naturalizou, por meio do poder da disciplina, esse comportamento árduo, tornando-se um indivíduo cansado, sobrecarregado e vigiado, em suma esgotado.

Assim o sujeito esgotado foi construído e moldado às exigências do capitalismo moderno, da mesma maneira que com o avanço dessas idéias ao longo de toda a sociedade a figura do professor esgotado também está sendo construída e normalizada, e, se nada for feito tende a se disseminar e consolidar, como se automaticamente ao escolher a docência esteja implícito ao sujeito, que será esgotado, o que por óbvio não é o sonho profissional de um indivíduo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRIGHENTE, Miriam Furlan; MESQUIDA, Peri. **Michel Foucault: corpos dóceis e disciplinados nas instituições escolares**. 2011. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/326274267_Michel_Foucault_Corpos_Doceis_e_Disciplinados_nas_Instituicoes_Escolares Acesso em 19 de dez.2025
- CASTELLS, Manuel. **A sociedade em rede**. São Paulo: Paz e terra, 1999
- FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. 20.ed.Petrópolis: Vozes, 1987.
- HAN, B-C. **A sociedade do cansaço**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2017.
- LE BRETON, David. **Sociologia do corpo**. Petrópolis: Vozes, 2007.
- LIMA, Maria Aurenides Barbosa Rodrigues et al . Os impactos da vigilância via câmeras na satisfação, no desempenho e na incivilidade experimentada pelos professores. **Rev. Port. de Educação**, Braga , v. 38, n. 1, e25010, jan. 2025 . Disponível em <http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0871-91872025000100204&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 21 jan. 2026. Epub 08-Set-2025. <https://doi.org/10.21814/rpe.32854>.
- SENNETT, R. **A corrosão do caráter: as consequências pessoais do trabalho no novo capitalismo**. 14. ed. Rio de Janeiro: Record, 2009.
- SPÍNDOLA O **panoptismo de Foucault: uma leitura não utilitarista**. 2019. Disponível em: [1548856708_23f41203ddea33cc065a2e79d0ae69fe.pdf](https://doi.org/10.21814/rpe.32854) Acesso em 20 de jan. 2026.

ANEXO

1. O trabalho acompanha você para casa? Como você acha que impacta na sua vida particular?
2. Você sente que seu corpo e suas emoções são controladas ou vigiadas dentro do ambiente escolar? E fora?
3. Você sente receio de ser mandado embora pela forma como se comporta dentro do ambiente escolar? E fora?
4. Como você percebe o controle institucional sobre a forma como deve se portar, falar ou se vestir na escola?
5. Você sente liberdade para expressar seu estilo, seu jeito de ser dentro do ambiente escolar? E fora?
6. Você sente que há reconhecimento do quanto a profissão ocupa sua vida como um todo?
7. A estrutura e as rotinas da escola permitem pausas, descanso ou momentos de respiro durante o dia ?
8. Você sente que há uma cobrança constante por produtividade no seu trabalho como docente?
9. Como a exigência por dar conta de tudo afeta sua saúde física e emocional?
10. Em algum momento você já sentiu que seu cansaço foi invisibilizado ou naturalizado por colegas, gestão ou sistema?