

---

---

## RELAÇÃO ENTRE A VIDA PESSOAL E A VIDA PROFISSIONAL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

### RELATIONSHIP BETWEEN THE PERSONAL AND PROFESSIONAL LIFE OF THE PHYSICAL EDUCATION TEACHER

Naline Cristina Favatto<sup>1</sup>, Jorge Both<sup>2</sup> e Isabela Caroline Belem<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Estadual do Paraná, Apucarana-PR, Brasil.

<sup>2</sup> Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Marechal Cândido Rondon-PR, Brasil.

<sup>3</sup> Universidade Estadual do Paraná, Paranavaí-PR, Brasil

---

#### RESUMO

O propósito deste estudo foi revisar de forma sistemática a literatura nacional e internacional acerca da relação entre a vida pessoal e a vida profissional dos professores de Educação Física. Esta revisão seguiu as recomendações do Preferred reporting items for Systematic Review and Meta-análise (PRISMA). A análise foi feita por meio da revisão sistemática de artigos publicados bases de Ebsco; Redalyc; Scopus; Web of Science; Science Direct; Scielo; e Lilacs, em português, inglês e espanhol. Foram identificados 16 estudos com delineamento transversal e longitudinal conduzidos, em sua maioria por meio de questionários e entrevistas estruturadas. Observou-se nos estudos nacionais que as questões profissionais que interferem na vida dos docentes estão associadas à violência e a falta de interesse dos alunos. Já dentro da perspectiva internacional, o impacto com o início da carreira docente, as questões curriculares e o *status* do professor de Educação Física interferem na vida pessoal do docente. Acerca dos fatores pessoais que impactam na profissão, tanto nos estudos nacionais como internacionais constatou-se que a maternidade, gênero, idade, estado civil e filhos são fatores que interferem significativamente na percepção do professor sobre sua vida pessoal, assim como em sua atuação docente.

**Palavras-chave:** Carreira Docente. Educação Física. Vida Pessoal. Vida Profissional.

---

#### ABSTRACT

The purpose of this study was to systematically review the national and international literature on the relationship between the personal and professional lives of Physical Education teachers. This review followed the recommendations of the Preferred reporting items for Systematic Review and Meta-analysis (PRISMA). The analysis was performed through a systematic review of articles published in Ebsco databases; Redalyc; Scopus; Web of Science; Science Direct; Scielo; and Lilacs, in Portuguese, English and Spanish. Sixteen studies with cross-sectional and longitudinal design were identified, most of them carried out through questionnaires and structured interviews. It was observed in national studies that professional issues that interfere in the lives of teachers are associated with violence and lack of interest on the part of students. From an international perspective, the impact with the beginning of the teaching career, curricular issues and the status of the Physical Education teacher interfere in the teacher's personal life. Regarding the personal factors that impact the profession, both in national and international studies, it was found that motherhood, gender, age, marital status and children are factors that significantly interfere in the teacher's perception of his personal life, as well as in his teaching performance.

**Keywords:** Teaching career. Physical Education. Personal life. Professional life.

---

#### Introdução

O desenvolvimento profissional é um aspecto importante na vida de um professor, pois como ela está fortemente associada à vida dos professores, é inevitável que ela também esteja entrelaçada nas complexidades da escola, das pessoas, das políticas e das práticas<sup>1</sup>. A reflexão sobre o desenvolvimento profissional destaca as experiências de vida dos professores como edificadoras de muitos dos seus saberes, destacando-se que esse desenvolvimento não pode ser considerado como algo definitivo, mas algo em constante evolução<sup>2</sup>. Assim, para compreender os processos de desenvolvimento profissional, o olhar do investigador deve estar voltado para os percursos pessoal, formativo e profissional<sup>3</sup>.

Por muitos anos, as falas dos professores não foram consideradas na realização de pesquisas, pois, tentava separar a vida pessoal e profissional do professor, fato este que levou a uma crise de identidade dos professores<sup>4</sup>. Para Farias e Nascimento<sup>5</sup> não é possível separar a vida pessoal da vida profissional do professor, uma vez que, ao longo da carreira, o professor estabelece no seu cotidiano convicções pessoais advindas da sua formação profissional, das relações interpessoais estabelecidas ao longo do tempo, da sua experiência de vida, entre outros fatores. A relevância de compreendermos essa relação é que, quando os professores comentam sobre sua carreira constantemente revelam informações sobre suas próprias vidas nos seus aspectos extraprofissionais<sup>6</sup>.

Acerca dessa relação entre a vida pessoal e a vida profissional do docente, pode-se observar estudos que buscaram compreender os padrões e os ciclos de carreira docente, considerando não apenas as questões da profissionalidade, mas também fatores pessoais<sup>7,8</sup>. O modelo organizacional baseado em ciclos vitais buscou relacionar os aspectos pessoais e profissionais dos docentes<sup>7</sup>. O professor, como qualquer outra pessoa, está sujeito a mudanças biológicas e psicológicas, associadas ao crescimento etário e ao processo de como o docente é percebido pela sociedade. Neste sentido, a autora descreve cinco ciclos vitais dos professores, sendo eles: professores entre 21 e 27 anos; entre 28 e 33 anos; 30 e 40 anos; 40 e 45 anos e entre 50 e 55 anos ou mais.

Essas fases, estágios e ciclos nos ajudam a compreender o momento em que cada professor se encontra e como se articulam os papéis profissionais e familiares, estes, decorrentes das transformações no mercado de trabalho, constituindo novas exigências para o exercício da atividade profissional<sup>9</sup>. Ao reforçar essa análise, nota-se a multiplicidade de papéis sociais exercidos e, acima de tudo, as exigências associadas a estes, tanto no domínio laboral como no domínio familiar. Esses fatores, apontam para possíveis interferências recíprocas entre papéis, o que se traduz em vivências por vezes difíceis de conciliação dos mesmos<sup>10</sup>.

Dentro desse contexto, pode-se observar duas vertentes de análises sobre a integração dos domínios do trabalho e da vida pessoal. Uma, considera que a relação entre os domínios é orientada pelo conflito que ocorre quando a demanda de um desses domínios (casa, trabalho, pessoal, familiar etc.) interferem no outro e causam desequilíbrio. Quando atividades ou responsabilidades importantes requerem atenção ao mesmo tempo, o conflito pode piorar<sup>11</sup>. A outra vertente sugere que a integração entre os domínios pode ser facilitada com a relação positiva. A integração ou equilíbrio da vida pessoal e profissional é definida como um processo de reconciliação do trabalho, família e demandas individuais e tempo. O equilíbrio é baseado na crença de que, embora o trabalho seja importante para todos nós e para a sociedade, o prazer na vida cotidiana é essencial para o bem-estar do ser humano<sup>12, 13, 14,15,16, 17, 18</sup>. Todavia, ainda não está claro por que alguns professores são capazes de perpassar com sucesso obstáculos em sua vida pessoal e profissional, enquanto outros que vivenciam fatores contextuais semelhantes não conseguem perpassar de carreira em uma direção positiva<sup>19</sup>.

A partir dessas discussões, faz-se necessário compreender como se dão as concepções do desenvolvimento profissional de professores de Educação Física e sua relação com a vida pessoal, a fim de verificar se as fases de desenvolvimento profissional estão associadas à vida pessoal do sujeito. Nesse sentido, o estudo teve por objetivo, revisar de forma sistemática a literatura nacional e internacional sobre a relação entre a vida pessoal e a vida profissional dos professores de Educação Física.

## Métodos

A pesquisa se caracterizou por uma investigação teórica, no formato de revisão sistemática. A revisão sistemática consiste na apresentação dos métodos, na aplicação sistematizada de busca, na apreciação crítica e na síntese da informação selecionada<sup>20</sup>.

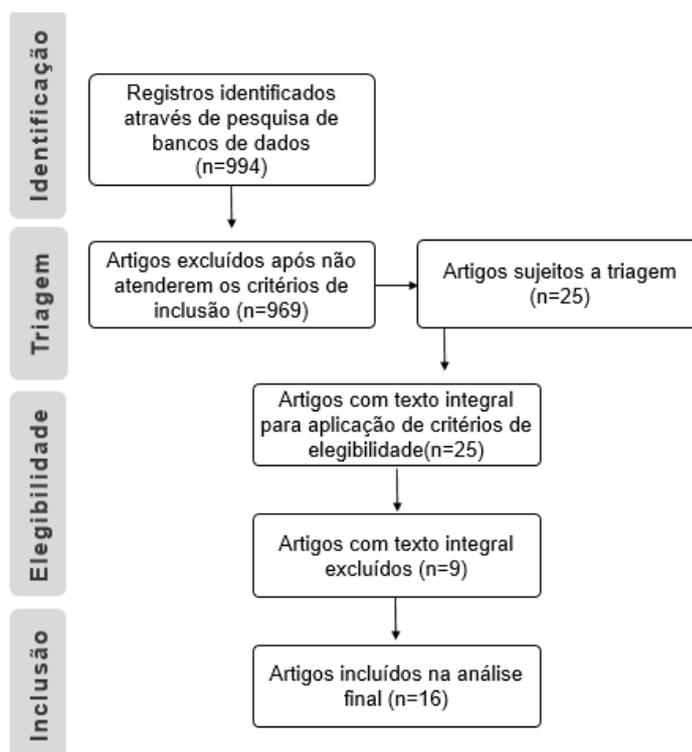
As buscas e a seleção dos artigos foram realizadas pela pesquisadora responsável, entre os meses fevereiro de 2019 a maio de 2022 nas bases de dados eletrônicas: Ebsco; Redalyc; Scopus; Web of Science; Science Direct; Scielo; e Lilacs. Os termos de busca compreenderam: “Professores de Educação Física”, “docente Educação Física”, “vida pessoal”, “vida profissional”, “percurso pessoal”, “percurso profissional”, “trajetória profissional”, combinados por meio do operador “AND”. Também foram utilizados os termos em inglês “physical education teachers”, “personal life”, “professional life”, “personal journey”, “professional path”, “professional trajectory” e os termos em espanhol: “profesores de educación física”, “profesor de educación física”, “vida personal”, “vida profesional”, “trayectoria profesional”.

Foram critérios de inclusão: (a) ter como sujeitos, professores de Educação Física; (b) tratar da relação entre vida pessoal e profissional de professores de Educação Física escolar; (c) ser original, publicado em revista científica com revisão por pares, em língua inglesa, espanhola ou portuguesa. Os critérios de exclusão compreenderam: (a) não analisar a relação entre vida pessoal e profissional de professores de Educação Física; (b) teses, dissertações, conferências, livros, ensaios, capítulos de livros, resumos, artigos não publicados, artigos de revisão e de validação de escalas.

Para análise dos dados, foi utilizado o protocolo Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)<sup>21</sup>. Consiste em 17 itens sobre informações que deveriam estar presentes no título, no resumo, na introdução, na metodologia, nos resultados e na discussão, e outras informações de estudos observacionais. Para a análise dos artigos incluídos na revisão também foi aplicado o instrumento utilizado para a descrição de pesquisas observacionais Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE). Este consiste em uma lista com 22 itens, sendo traduzida para o português<sup>22</sup>.

## Resultados

A busca nas bases elencadas totalizou 994 estudos. Foram excluídos 969 estudos a partir da leitura dos títulos e resumos, os quais não apresentavam critérios de inclusão. Após as exclusões, foram mantidos 25 artigos para a leitura na íntegra. A partir da análise dos artigos, foram excluídos 9 por não apresentarem os critérios de inclusão e conter um ou mais item dos critérios de exclusão. Além disso, as referências bibliográficas, que fazem parte dos trabalhos, foram analisadas para que se pudesse identificar outras pesquisas ligadas ao tema, embora não foram identificados nenhum trabalho que pudesse compor a análise da revisão sistemática. Assim, foram elegíveis 16 artigos na íntegra para a revisão sistemática, sendo que 7 eram redigidos em língua inglesa, e 6 em língua portuguesa e 3 em língua espanhola.



**Figura 1.** Fluxograma da análise e inclusão dos artigos sobre a relação entre a vida pessoal e a vida profissional de docentes de Educação Física no estudo de revisão.

Fonte: os autores

Todos os artigos foram publicados entre 1997 e 2018 e apresentavam delineamento transversal (n=13, 81,55%) e longitudinal (n=3, 18,75%) com análises qualitativas (n=13, 81,25%) e quantitativas (n=3, 18,75%). O principal instrumento utilizado para mensurar as questões pessoais e profissionais dos professores de Educação Física foi a entrevista semiestruturada (n=13, 81,55%) seguida de diários autobiográficos (n=4, 25%) e a aplicação de questionários (n=2, 12,50%)

As amostras variaram entre 1 a 1.645 professores de Educação Física, em diferentes fases da carreira docente, de ambos os sexos, de diferentes países, como Brasil (n=7, 43,75%), Estados Unidos (n=3, 18,75%), Espanha (n=3, 18,75%), Canadá (n=2, 12,50%) e Inglaterra (n=1, 6,25%), (Tabela 1).

**Tabela 1.** Artigos que investigaram a relação entre a vida pessoal e a vida profissional de professores de Educação Física.

Referência	Delineamento/ Procedência	Amostra (n)	Sexo	Instrumentos	Principais achados
Betti e Mizutani (1997) <sup>1</sup>	Transversal / Qualitativa  Brasil	Uma professora de Educação Física recém-aposentada	F	Entrevista semiestruturada	A interpretação de vida pessoal e profissional não é linear nem simétrica, mas permitem uma visão, senão global, pelo menos a mais aproximada possível da trajetória de vida profissional
Woods e Lynn (2001) <sup>2</sup>	Longitudinal / Qualitativa	Seis professores de Educação	F/M	Observações diretas das aulas.	Os professores foram afetados por questões pessoais e

Referência	Delineamento/ Procedência	Amostra (n)	Sexo	Instrumentos	Principais achados
	Estados Unidos	Física, sendo 3 atuantes e 3 que abandonaram a carreira. Todos com a idade média de 25 anos		Entrevistas com os professores investigados e seus superiores.	organizacionais. A diferença é que os professores que permaneceram na carreira conseguiram equilibrar esses dois fatores.
<b>Almeida, Fensterseifer (2007)</b> <sup>3</sup>	Transversal / Qualitativa  Brasil	Duas professoras de Educação Física	M	Entrevista	A pesquisa destaca que a compreensão da trajetória das professoras é preciso identificar como essas foram construindo sua identidade, que é pessoal, acadêmica e profissional, já que não há como separar a pessoa da professora, ou vice-versa.
<b>Santos, Bracht e Almeida (2009)</b> <sup>4</sup>	Transversal / Qualitativa	Três professores com mais de 20 anos de docência	F/M	Entrevista biográfica oral	Necessidade de uma nova compreensão sobre o desenvolvimento pessoal e profissional dos professores ao longo dos diferentes momentos de sua vida.
<b>Moreira et al. (2010)</b> <sup>5</sup>	Transversal / Quantitativa  Brasil	654 professores de Educação Física, sendo 355 mulheres e 299 homens	F/M	Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho (QVT-PEF); Per. I do Estilo de Vida Individual (PEVI).	Associação significativa da QVT com os ciclos vitais. Maior atenção às questões como: Nutrição, Atividade física e Controle do estresse dos professores.
<b>Lynn e Woods (2010)</b> <sup>6</sup>	Longitudinal / Qualitativa  Estados Unidos	Uma professora de Ed. Física com 28 anos de experiência. Diretores, cônjuge e três ex-professores universitários.	F	Sete entrevistas semiestruturadas realizadas entre os anos de 1989 a 2008. Notas de campo de observações de aulas e documentos relacionados.	As percepções e significados que a professora deu às suas experiências interferiu positivamente e negativamente a maioria dos fatores ambientais pessoais e organizacionais na carreira docente
<b>Wittizorecki, Molina Neto Baasle (2012)</b> <sup>7</sup>	Transversal / Qualitativa  Brasil	Seis professores de Ed. Física em diferentes fases da carreira	F/M	Entrevista semiestruturada	As mudanças sociais que ocorreram e refletiram na escola levaram a um impacto na vida pessoal do docente
<b>Calvo e Barba (2013)</b> <sup>8</sup>	Transversal / Qualitativa	Um professor de Ed. Física na	M	Relatos autobiográficos na forma de	Questões pessoais e profissionais refletem uma sobre a outra e

Referência	Delineamento/ Procedência	Amostra (n)	Sexo	Instrumentos	Principais achados
	Espanha	fase inicial da carreira		diário de aula e história de vida	influenciam na atuação docente e na vida pessoal do professor de Educação Física
<b>Kovac et al (2013)</b> <sup>9</sup>	Transversal / Quantitativa  Eslovênia	468 professores de Ed. Física eslovenos	F/M	Questionário	O desenvolvimento de doenças ocupacionais (doenças osteomusculares) em professores de educação física se mostra mais evidente principalmente em relação ao gênero feminino
<b>Both et al. (2014)</b> <sup>10</sup>	Transversal / Quantitativa  Brasil	1645 professores de Ed. Física	F/M	Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho (QVT-PEF); Per. do Estilo de Vida Individual (PEVI).	Diferentes tendências de comportamentos do estilo de vida e das percepções sobre o trabalho considerando os ciclos vitais.
<b>Woods e Lynn (2014)</b> <sup>11</sup>	Longitudinal / Qualitativa  Estados Unidos	Um professor de Ed. Física com 47 anos de idade e 26 anos de experiência. Seu cônjuge, ex-diretor, e dois professores universitários.	M	Oito entrevistas semiestruturadas realizadas entre os anos de 1989, a 2012.	O professor foi capaz de negociar fatores ambientais pessoais e profissionais que foram identificados como barreiras para alguns professores de educação física
<b>Jimenez (2015)</b> <sup>12</sup>	Transversal / Qualitativa  Espanha	Um professor de Ed. Física com 14 anos de experiência profissional	M	Entrevista biográfica oral.	Importância da aprendizagem ao longo da vida para o desenvolvimento profissional do professor, permitindo-lhe descobrir novas formas de fazer uma prática profissional coerente com sua identidade pessoal.
<b>Templin, Spark, Grant e Schempp (2016)</b> <sup>13</sup>	Transversal / Qualitativa  Canadá	Um professor de Ed. Física, próximo da aposentadoria	M	Entrevista biográfica realizada por 2 anos. Totalizando 30 horas de entrevista.	Maior relevância do trabalho como treinador do que como professor de educação física. Maior satisfação pessoal ao deixar a docência.
<b>Casey e Schaefer (2016)</b> <sup>14</sup>	Transversal / Qualitativa  Inglaterra	Um professor de Ed. Física	F	Revisão autobiográfica, totalizando 5 entrevistas de 2 horas.	A história de vida levou a refletir, reorganizar e renegociar mudanças pedagógicas e curriculares

Referência	Delineamento/ Procedência	Amostra (n)	Sexo	Instrumentos	Principais achados
<b>Jimenez et al. (2016)</b> <sup>15</sup>	Transversal / Qualitativa  Espanha	Professores de Ed. Física	F/M	Grupo Focal	Pertencer a grupos de formação possibilita o desenvolvimento pessoal e profissional dos docentes em Ed. física.
<b>Silva, Folle, Farias e Rosa (2018)</b> <sup>16</sup>	Transversal / Qualitativa  Brasil	Uma professora com mais de 20 anos de docência	F	Entrevista semiestruturada	Necessidade de adotar uma nova epistemologia da formação que situe o desenvolvimento pessoal e profissional dos professores ao longo dos diferentes momentos de sua vida

Fonte: os autores

As variáveis investigadas nos estudos analisados estavam voltadas à relação entre a vida pessoal e a vida profissional do professor de Educação Física. As pesquisas relacionadas à vida profissional apresentaram as seguintes variáveis: aposentadoria; fases da carreira; tempo de carreira; sobrecarga de trabalho; indisciplina dos alunos; entre outros. Já as pesquisas voltadas à vida pessoal analisaram variáveis como: ciclos de vida; idade; gênero; estado civil e filhos.

Constatou-se que em alguns artigos apresentaram informações completas sobre o contexto/justificativa do estudo (introdução), detalhando o referencial teórico e as razões para executar a pesquisa, assim como os instrumentos e as amostras (metodologia) (Tabela 2). Contudo, continham poucas informações a respeito do tema investigado (resultados, discussão). Neles, foram observados apenas alguns pontos relevantes, mas, sua maioria, não apresentavam como central o tema investigado.

**Tabela 2.** Recomendações da declaração STROBE para a descrição de estudos observacionais

STROBE	Itens	Número de referência do estudo
Título e resumo	1	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
<b>Introdução</b>		
Contexto/Justificativa	2	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
Objetivo	3	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
<b>Métodos</b>		
Desenho do estudo	4	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
Localização	5	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
Participantes	6	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
Variáveis	7	1, 2, 3, 4, 5, 7, 9; 11, 13
Fontes de mensuração	8	-
Viés	9	1, 3, 4, 5, 13
Tamanho do estudo	10	1, 2, 3, 4, 5, 13
Variáveis quantitativas	11	-
Métodos estatísticos	12	7, 9,12
<b>Resultados</b>		
Participantes	13	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
Dados descritivos	14	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
Desfecho	15	6, 11, 15
Resultados principais	16	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16
Outras análises	17	-
<b>Discussão</b>		
Resultados principais	18	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,9,10,11,12,13,14,15, 16
Limitações	19	2, 3, 5, 7,9, 11, 15

STROBE	Itens	Número de referência do estudo
Interpretação	20	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8,9,10,11,12,13,14,15
Generalização	21	1, 2, 3, 4, 5, 13
<b>Outras informações</b>		
Financiamento	22	-

Fonte: os autores

## Discussão

A partir desta revisão foi possível verificar a escassez de pesquisas que tratam sobre a relação entre a vida pessoal e profissional dos professores de Educação Física. Em consonância com os achados, verificou-se nos estudos elencados a ausência de discussões que se propusessem a compreender quais são as temáticas / dimensões das esferas pessoais e profissionais que ocasionam impactos entre si, sejam eles positivos ou negativos.

Houve o predomínio de pesquisas que apresentavam delineamento transversal, e a utilização de métodos qualitativos com maior intensidade quando comparado aos métodos quantitativos, porém foram as pesquisas com delineamento longitudinal que enriqueceram a discussão acerca da relação entre a vida pessoal e profissional do professor de Educação Física. Além disso, grande parte dessas pesquisas se utilizaram de entrevistas semiestruturadas e análise de diários autobiográficos desenvolvidos pelos docentes investigados (Tabela 1).

A importância de pesquisar a relação entre a vida pessoal e profissional foi abordada em todos os periódicos elencados, entretanto eles apresentaram diferentes intensidades de reflexão e imersão acerca desta discussão, principalmente considerando a nacionalidade do estudo.

Sobre as problemáticas profissionais que interferem tanto no rendimento do docente quanto em sua vida pessoal, os estudos internacionais apontaram o impacto com o início da carreira docente, as questões curriculares e o *status* do professor de Educação Física<sup>22,19,23,24,25,26,27</sup>. Os relacionamentos estabelecidos pelo docente, assim como sua prática profissional são impactados por suas experiências de vida, principalmente quando estes estão no início da carreira<sup>25</sup>.

A sobrecarga de trabalho em conjunto com as atividades pessoais foi crucial para o professor de Educação Física escolar deixar a docência e se dedicar apenas ao treinamento esportivo, além do fato de se sentir mais reconhecido pela sociedade e menos menosprezado na função de treinador<sup>26</sup>. Consequentemente, este reconhecimento, atribuiu um novo significado à sua vida, tornando-o mais satisfeito, com maior senso de habilidade, renovação, confiança, autoaceitação dentro sua atuação profissional. Assim, o estudo instiga a reflexão sobre como a satisfação e o reconhecimento profissional foram cruciais para o bem-estar pessoal do professor investigado, uma vez que a vida e a carreira estão fundidas e entrelaçadas<sup>28</sup>.

Nos estudos nacionais as mudanças sociais que ocorreram sendo atribuída novas funções à escola e ao professor, associada à violência e a falta de interesse dos alunos são fatores profissionais determinantes para afetar e/ou interferir na vida pessoal do professor de Educação Física. Diante desse cenário, os professores, com o intuito de não se desgastar ainda mais no trabalho e evitar o agravamento de seu estado emocional, passam a acomodar-se com a realidade encontrada em seu ambiente laboral, uma vez que lutar contra esses aspectos, levará ao maior desgaste do docente<sup>6</sup>.

Esse comportamento é compreendido como uma forma de se proteger no ambiente de trabalho, em que, como maneira de sobrevivência os professores passam a abandonar a docência no sentido de não despender mais energia para combater os conflitos diários que uma sala de aula apresenta. Como se o fracasso da instituição estivesse sobre os ombros dos

professores e o sucesso sobre responsabilidade dos alunos, os professores vão se protegendo da forma que encontram, com o intuito de manter e ou não agravar seus problemas ocupacionais<sup>29</sup>.

Problemas como esses são fatores geradores da Síndrome de *Burnout*, uma vez que está relacionado a uma série de tarefas que o professor precisa realizar, que ultrapassam a linha do ensinar e aprender<sup>6</sup>. O mal-estar docente ou Síndrome de *Burnout* tem como conceito um conjunto de reações dos professores como um grupo profissional desajustado diante das mudanças sociais<sup>30</sup>. O autor destaca que a expressão mal-estar docente é aplicada para apresentar os efeitos negativos e permanentes, que afetam a personalidade do professor como resultado das condições psicológicas e sociais em que exerce a docência, devido à mudança social acelerada.

Além disso, o professor de Educação Física com o avanço da idade apresenta maior insatisfação com a qualidade de vida no trabalho<sup>31,32</sup>. Esses resultados, se assemelham, à alguns relatos identificados em professores próximos à fase de aposentadoria, que apresentavam um sentimento de inutilidade em relação ao trabalho desenvolvido, além da frustração pela impossibilidade de colocar em prática os seus ideais pedagógicos<sup>6</sup>. Sendo, as características mais frequentes nesta fase da vida o afastamento amargo ou sereno da profissão<sup>32</sup>.

Acerca dos fatores pessoais que podem levar ao desconforto da docência, ao analisar a história de vida de um docente observou-se que as experiências de vida pessoais são fundamentais para a construção do professor<sup>24</sup>. O autor destaca que enquanto os professores vivem suas próprias histórias pessoais, também vivem histórias institucionais, histórias culturais e outras histórias que mudam e moldam a forma como eles vivem.

Outras pesquisas, também puderam verificar que fatores e acontecimentos pessoais e profissionais refletem sob estas mesmas esferas tanto de forma positiva quanto negativa<sup>19,23,24</sup>. As experiências, crenças e mudanças de direção pessoal do educador contribuem simultânea e sinergicamente para o desenvolvimento de sua identidade pessoal e profissional.

Ao abordar a análise do desenvolvimento da carreira docente, uma questão de extrema relevância apontada nos estudos foi a existência de diferenças entre os professores quanto ao tempo de docência, gênero e estado civil<sup>33</sup>. Deveras, notou-se um consenso nos estudos nacionais e internacionais a respeito da maternidade como um fator de impacto na carreira docente<sup>33,19,34</sup>.

Sobre essa temática, os professores solteiros e sem filhos apresentaram maior dificuldade em abandonar o trabalho na fase de aposentadoria e que, em alguns momentos, relatam o desejo de ainda continuar lecionando e em muitos casos se inserem novamente na docência em outras escolas ou instâncias<sup>34</sup>. Isto posto, diferentemente do estudo da história de vida de professores em que a professora que não apresenta filhos aponta que seu maior desconforto foi deixar seus pais e a cidade natal<sup>33</sup>, professores casados e com filhos tendem a apresentar maior ansiedade e desejo de retornar para casa quando estão em seu ambiente de trabalho<sup>34</sup>.

O casamento e o nascimento dos filhos influenciam na trajetória profissional. Assim, os limites da esfera familiar são mais flexíveis em relação ao trabalho quando os indivíduos não possuem filhos ou quando eles já são mais independentes<sup>19,33,34</sup>. Ademais, a pesquisa destacou que a maternidade impactou a vida profissional da docente investigada, uma vez que a levou ao estágio de frustração profissional por determinado tempo<sup>19</sup>.

Os conflitos familiares e a cultura do trabalho apresentaram significativa diferença entre homens e mulheres. Professores que são pais apresentaram maiores conflitos familiares, do que os que não são pais<sup>5</sup>. Tais conflitos na relação entre família e trabalho são ocasionados pela diminuição da satisfação no contexto laboral e pelo intenso envolvimento dos

professores em suas organizações de trabalho<sup>35</sup>. Além disso, os professores não conseguem conciliar o tempo dedicado ao desempenho de suas funções profissionais e com atividades voltadas à vida pessoal e ao lazer<sup>31</sup>.

Diante disso, a feminização da docência pode ser compreendida como um dos elementos que impulsionam, de maneira oculta, a divisão entre família e escola, público e doméstico, vida afetiva, amorosa, profissional e familiar<sup>5</sup>. Em algum momento, a maioria das mães confrontaram, suas carreiras, a escolha entre um trabalho desafiador, uma carreira promissora e as exigências de vida doméstica<sup>36</sup>. Tais constatações, vão ao encontro dos estudos que apontam como determinantes as diferenças de vivência e percepção de professores quanto às variáveis filhos, estado civil e gênero<sup>33</sup>.

## Conclusão

Inicialmente, foram observadas limitações relacionadas à concentração das pesquisas sobre a relação entre a vida profissional e a vida pessoal de professores de Educação Física. No entanto, com maior intensidade foi verificada a escassez de pesquisas que abordam as questões pessoais que impactam na vida profissional desses professores.

Algumas pesquisas brasileiras apontaram que as mudanças ocorridas na sociedade e que impactaram no campo da educação, como a violência, a falta de interesse dos alunos e a terceirização das tarefas familiares para a escola, são fatores profissionais determinantes para interferir na vida pessoal do professor de Educação Física, uma vez que envolve sua percepção de incapacidade na atuação laboral e insatisfação profissional. Em consequência, pode-se observar que este sentimento vivenciado diariamente pode levar ao desenvolvimento de doenças ocupacionais. Já dentro da perspectiva internacional, o impacto com o início da carreira docente, as questões curriculares e o *status* do professor de Educação Física interferem na vida pessoal do docente.

Acerca dos fatores pessoais que impactam na profissão, tanto nos estudos nacionais como internacionais evidenciou-se que questões relacionadas ao gênero, estado civil e filhos são fatores determinantes para o entendimento da temática investigada. Essas questões interferem significativamente na percepção do professor sobre sua vida profissional, assim como em sua atuação docente. Dentro dessa discussão, notou-se que de maneira específica professores do gênero feminino tendem a ser mais impactadas de forma negativa, posto que está associada ao acúmulo de funções familiares, domésticas, assim como a maternidade.

Apesar dos resultados encontrados nos estudos, poucas investigações desta revisão se dedicam a analisar essas influências com maior riqueza de informações. Sua maioria, apenas perpassa rapidamente sobre a vida pessoal do professor sem maiores especificações e aprofundamento nas questões pessoais, que de fato levam à impactos entre as esferas pessoais e profissionais.

Dessa forma, sugere-se que as pesquisas procurem expandir os construtos analisados, investigando de maneira específica esses fatores de interferências e relações. Além disso, se faz primordial ampliar o número de docentes investigados, de diferentes faixas etárias, gêneros, estados civis e ciclos de desenvolvimento profissional a fim de traçar um panorama mais completo acerca dessa discussão.

## Referências

1. Tan AL, Chang CH, Teng P. Tensions and dilemmas in teacher professional development. *Procedia Soc Behav Sci* 2015;174:1583-1591. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.808>.
2. Huberman M. O ciclo de vida profissional dos professores. In: Nóvoa, A, organizador. *Vidas de professores*. 2ª ed. Porto: Porto, 2000. p.31-61.

3. Junges KS. Trajetória de vida, constituição profissional e autonomia de professores. 2006, 118f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual de Ponta Grossa, Ponta Grossa, 2006.
4. Nóvoa A. Formação de professores e profissão docente. In: Nóvoa, António, organizador. Os professores e sua formação. 3. ed. Porto: Porto Editora; 1997. p.15-33.
5. Farias GO, Nascimento JV. Construção da identidade profissional: metamorfose na carreira docente em educação física. In: Farias G, Nascimento JV, organizadores. Construção da identidade profissional em educação física: da formação a ação. Florianópolis: Editora da UDESC; 2012. p. 61-79.
6. Santos NZ, Bracht V, Almeida FQ. Vida de Professores de Educação Física: o pessoal e o profissional no exercício da docência. Movimento, Porto Alegre 2009;15(02):141-165. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.306>
7. Sikes P. The life cycle of the teacher. Ball SJ, Goodson IF, organizadores. Teachers' lives and careers. London: The Falmer Press; 1985.
8. Fessler R, Christensen J. Teacher career cycle: Understanding and guiding the professional development of teachers. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon; 1992.
9. Andrade MC. Trabalho e vida pessoal: exigências, recursos e formas de conciliação. DEDICA 2015;8:117-130. DOI: <https://doi.org/10.30827/dreh.v0i8.6913>.
10. Silva I, Andrade C. Medidas de conciliação da vida profissional e familiar: estudo de caso numa instituição de ensino superior. DEDICA, 2016;10:175-195. DOI: <https://doi.org/10.30827/dreh.v0i10.6858>.
11. Frone MR, Yardley JK, Market KS. "Developing and testing on integrative model of the work-family interface", J Vocat Behav 1997;50:145-67. DOI: <http://dx.doi.org/10.1006/jvbe.1996.1577>
12. Fleetwood S. Re-thinking work-life balance: editor's introduction. Int. J. of Human Resource Management 2007;18(3):351-9. DOI:<https://doi.org/10.1177/0018726709349197>.
13. Grady G, Mccarthy AM. Work-life integration: Experiences of mid-career professional working mothers. J. Manag. Psychol., 2008;23(5):599- 622. DOI: <https://doi.org/10.1108/02683940810884559>.
14. Chalofsky N. An emerging construct for meaningful work. Hum. Resour. Dev. Int. 2003;6(1):69-83. DOI: <https://doi.org/10.1080/1367886022000016785>.
15. Greenhaus JH, Parasuraman S. Towards reducing some critical gaps in work-family research. Hum. Resour. Manag. Rev. 2002;12(3):299-312. DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/S1053-4822\(02\)00062-1](http://dx.doi.org/10.1016/S1053-4822(02)00062-1)
16. Campbell CS. Work/family border theory: a new theory of work/family balance. Hum Relat 2000;53(6):747-70. DOI: <https://doi.org/10.1177/0018726700536001>
17. Svendsen DS. 'A heuristic study of women's attempts to integrate utilitarian and expressive aspects of self through work', unpublished doctoral dissertation, the George Washington University, Washington, DC., 1997
18. Dolet PM. An exploration of the meaning of work and life. Dissertation Abstracts International, UMI No: 3099660, The George Washington University, Washington, DC, 2003.
19. Lynn SK, Woods AM. Following the yellow brick road: A teacher's journey along the proverbial career path. J Teach Phys Educ 2010;29:54-71. DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.29.1.54>
20. Sampaio RF, Mancini MC. Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. Rev Bras de Fisioterapia 2007;11(1):83-89. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-35552007000100013>.
21. Page MJ, Mckenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ 2021;372(71). DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
22. Malta M, Cardoso LO, Bastos FI, Magnanini M. Strobe initiative: guidelines on reporting observational studies. Rev. de Saúde Pública 2010;44(3):559-565. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000300021>.
23. Woods AM, Lynn SK. One Physical Educator's Career Cycle: Strong Start, Great Run, Approaching Finish. Res Q Exerc Sport 2014;85:68-80. DOI: <https://doi.org/10.1080/02701367.2013.872218>.
24. Jimenez TC. La aventura de aprender: Relato autobiográfico del viaje a Ítaca de un docente reflexivo. Retos 2015;(28):285-290. DOI: <https://doi.org/10.47197/retos.v0i28.35534>
25. Casey A, Schaefer L. A narrative inquiry into the experience of negotiating the dominant stories of physical education: living, telling, re-telling and re-living. Sport Educ Soc 2016;21(1):114-130. DOI: <https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1108300>.
26. Templin TJ, Sparkes A, Grant B, Schempp P. Matching the self: The paradoxical case and life history of a late career teacher/coach. J Teach Phys Educ. 1994;13:274-294. DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.13.3.274>.
27. Calvo GG, Barba JJ. La perspectiva autobiográfica de un docente novel sobre los aprendizajes de Educación Física en diferentes niveles educativos. Cultura, Ciencia y Deporte 2013[acceso em 22 jan 2024];8:171-181. Disponível em <https://www.redalyc.org/pdf/1630/163028753002.pdf>

28. Nias J. A more distant drummer: Teacher development as the development of Self. in: Barton L, Walker S, editores, *Social Change and Education*. Routledge: Abingdon; 1985[acesso em 22 jan 2024], p.3-28. Disponível em <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315413211-2/distant-drummer-teacher-development-development-self-jennifer-nias>
29. Lapo FR, Bueno BO. Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério. *Cadernos de Pesquisa*, v.118, p.65-88, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0100-15742003000100004>
30. Esteve J. M. *Mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores*. São Paulo: Edusc, 1999.
31. Moreira HR, Nascimento JV, Sonoo CN, Both J. Qualidade de vida do trabalhador docente e os ciclos vitais de professores de Educação Física do Estado do Paraná, Brasil. *R. bras. Ci. e Mov* 2010;18(3):12-20. DOI: <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2010v12n6p435>.
32. Both J, Nascimento JV, Sonoo CN, Lemos CA. F. Bem-estar do trabalhador docente de educação física da região sul do Brasil de acordo com os ciclos vitais. *Rev Bras Educ Fís Esporte*, Jan-Mar; 2014;28(1):77-93. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092014000100077>.
33. Silva LJ, Folle A, Farias GO, Rosa AI. Carreira docente em educação física: história de vida de uma professora emérita. *Movimento* 2018; 24(1): 199-214. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.66937>.
34. Betti IR, Mizukami MGN. História de vida: trajetória de uma professora de Educação Física. *Motriz* 1997;3(2):108-115. DOI: <https://doi.org/10.5016/6568>.
35. Bragger JD, Rodriguez-Srednicki O, Kutcher EJ, Indovino L, Rosner E. Work-family conflict, work-family culture, and organizational citizenship behavior among teachers. *J Bus Psychol* 2005;20(2):303-324. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10869-005-8266-0>.
36. Dex S. *Careers and motherhood: policies for compatibility*, Cambridge J Econ 100;23:641-59. DOI: <https://doi.org/10.1093/cje/23.5.641>.

#### ORCID

Naline Cristina Favatto: <https://orcid.org/0000-0001-9030-9121>

Jorge Both: <https://orcid.org/0000-0002-8238-5682>

Isabela Caroline Belem: <https://orcid.org/0000-0002-2113-8709>

**Editor:** Carlos Herold Junior.

Recebido em 04/04/2023.

Aceito em 04/01/2024.

---

**Endereço para correspondência:** Naline Cristina Favatto, [nfavatto@gmail.com](mailto:nfavatto@gmail.com), Maringá, Vila Bosque, nº751, CEP 87005-060