

# HABILIDADES SOCIAIS E QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL

Marcela Mangili Esteves<sup>1</sup>; <https://orcid.org/0000-0002-2251-2766>

Zilda Aparecida Pereira Del Prette<sup>2</sup>; <https://orcid.org/0000-0002-0130-2911>

## Resumo

As habilidades sociais são reconhecidas como fatores de proteção para saúde e qualidade de vida, o que teoricamente se aplica a professores, cujas condições de trabalho são reconhecidamente precárias. Este estudo analisou indicadores de qualidade de vida (QV) e de habilidades sociais (HS) de professores, levando em conta variáveis sociodemográficas que poderiam moderar essa relação. Participaram 85 professoras do 1º ao 5º ano do Ensino Fundamental, de escolas públicas do interior paulista, que completaram o Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del-Prette-2016), o Questionário de Qualidade de Vida (WHOQOL-abreviado) e dois questionários sociodemográficos. Verificou-se uma correlação positiva entre HS e QV, com as variáveis idade, formação, experiência docente e classe socioeconômica mostraram-se moderadoras dessa relação. São discutidas limitações, bem como implicações dos resultados para pesquisas futuras.

**Palavras-chave:** Habilidades Sociais; Qualidade de Vida; Professor de Ensino Fundamental.

## *Social Skills and Quality of Life of Elementary School Teachers*

## Abstract

Social skills are recognized as protective factors for health and quality of life, which theoretically applies to teachers whose working conditions are admittedly of low quality. This study analyzed indicators of quality of life (QoL) and social skills (HS) of teachers, taking into account sociodemographic variables that could moderate this relation. Participants included 85 teachers of 1st to 5th grade students, working in public schools in the interior of São Paulo, who completed the Social Skills Inventory (IHS-Del-Prette-2016), the Quality of Life Questionnaire (WHOQOL-abbreviated) and two questionnaires sociodemographic. A positive correlation between HS and QV was verified, with age, training, teaching experience and socioeconomic level moderating this relationship. Limitations are discussed as well as implications of the results for future research.

**Keywords:** Social Skills; Quality of Life; Elementary School Teacher.

## *Habilidades sociales y calidad de vida de los maestros de escuela primaria*

## Resumen

Las habilidades sociales se reconocen como factores protectores de la salud y la calidad de vida, lo que teóricamente se aplica a los profesores cuyas condiciones de trabajo son ciertamente de baja calidad. Este estudio analizó indicadores de calidad de vida (CV) y habilidades sociales (HS) de los docentes, tomando en cuenta variables sociodemográficas que podrían moderar esta relación. Los participantes incluyeron 85 profesores de estudiantes de 1º a 5º grado, que trabajan en escuelas públicas del interior de São Paulo, quienes completaron el Inventario de Habilidades Sociales (IHS-Del-Prette-2016), el Cuestionario de Calidad de Vida (abreviado WHOQOL) y dos cuestionarios sociodemográficos. Se verificó una correlación positiva entre HS y CV, con las variables edad, formación, experiencia docente y clase socioeconómica moderando esta relación. Se discuten las limitaciones y las implicaciones de los resultados para futuras investigaciones.

**Palabras clave:** Habilidades sociales; Calidad de vida; Docente de primaria.

1 Universidade Federal de São Carlos – UFSCar – São Carlos – SP – Brasil; [marcela.m.esteves@hotmail.com](mailto:marcela.m.esteves@hotmail.com)

2 Faculdades Integradas de Jaú – FIJ – Jaú – SP – Brasil; [zdprette@ufscar.br](mailto:zdprette@ufscar.br)

## Introdução

As condições precárias de trabalho sobre as quais são submetidos têm sido tema de diversos estudos. Algumas pesquisas destacam alguns dos possíveis fatores, tais como: o número excessivo de crianças dentro da sala de aula (Knüppe, 2006), os baixos salários que, muitas vezes, também acarretam elevada carga horária de trabalho (Pereira, Teixeira, Andrade & Silva-Lopes, 2014), o elevado número de funções (Carlotto & Palazzo, 2006), a pressão de pais e governo, porém sem apoio e reconhecimento (Freitas & Facas, 2013), as condições físicas, organizacionais e de infraestrutura na escola, a indisciplina e desrespeito por parte dos alunos (Silva, Bolsoni-Silva, Rodrigues & Capellini, 2015).

Outros estudos citam algumas consequências físicas, como prejuízos no sono, dores na coluna (Freitas & Facas, 2013), tensão e dor nos braços e pescoço e também consequências emocionais, como a desmotivação de professores (Knüppe, 2006), a frustração, desgaste e até depressão (Freitas & Facas, 2013), o estresse (Goulart-Junior & Lipp, 2008) e a Síndrome de Burnout, caracterizada pela exaustão emocional, diminuição da realização pessoal no trabalho e despersonalização (Maslach & Jackson, 1981).

Os fatores citados comprometem a qualidade de vida do professor, sua saúde física e mental (WHO, 2001) e podem, inclusive, acarretar no abandono da profissão (Lapo & Bueno, 2003). Além disso, essas condições podem afetar negativamente suas relações interpessoais com os alunos, podendo comprometer o processo de ensino-aprendizagem.

Infelizmente, as políticas públicas ainda falham ao não oferecer um respaldo médico ou psicológico aos professores. Para Goulart-Junior e Lipp (2008), é urgente a necessidade de intervenção por meio de trabalhos preventivos, a fim de preparar esses profissionais para os desafios da sua atuação.

Para Rocha e Fernandes (2008), a qualidade de vida dos professores tem sido negligenciada e intervenções preventivas não podem ser mais adiadas. Tais intervenções poderiam ser direcionadas, no mínimo, para melhorar os recursos de proteção e de enfrentamento do professor por melhor qualidade de vida no trabalho. Uma alternativa poderia ser a promoção do repertório de habilidades sociais, que tem sido considerado um importante fator de proteção à saúde e

efetividade em diferentes contextos profissionais (Del Prette & Del Prette, 2017; Lopes, Dascanio, Ferreira, Del Prette & Del Prette, 2017).

Diversas pesquisas citam a relação existente entre qualidade de vida e habilidades sociais, visto que a segunda contribui para relacionamentos interpessoais mais satisfatórios e produtivos (Lucca, 2004; Carneiro, Falcone, Clark, Del Prette & Del Prette, 2007; Del Prette & Del Prette, 2008). Como exemplo, a assertividade do professor poderia ser direcionada para solicitar apoio, expor as dificuldades com o número excessivo de alunos na sala de aula, lidar com alunos indisciplinados, buscar melhorias salariais e melhores condições físicas do ambiente de trabalho, entre outros.

As habilidades sociais são definidas por Del Prette e Del Prette (2017) como classes específicas de comportamento valorizadas na cultura e que contribuem para a competência social, definida como um construto avaliativo do desempenho social. As habilidades podem ser aprendidas em qualquer fase da vida, principalmente por meio de observação, instrução ou consequenciação do desempenho.

O professor não apenas ensina os conteúdos previstos no currículo escolar, mas pode também ser modelo de comportamentos sociais desejáveis e, assim, potencializar o processo de ensino-aprendizagem e reduzir a frequência de comportamentos problemáticos em sala de aula. Um bom repertório de habilidades sociais pode melhorar sua capacidade de alcançar objetivos acadêmicos e sociais do contexto escolar.

Os estudos sobre habilidades sociais do professor no Brasil são escassos (Del Prette, Del Prette, Garcia, Bolsoni-Silva & Puntel, 1998; Del Prette & Del Prette, 2008), entretanto, todos enfatizam a importância dessas habilidades, principalmente devido aos resultados positivos na interação professor-aluno e no processo de ensino-aprendizagem. Apesar de não terem sido encontradas pesquisas que relacionassem habilidades sociais e qualidade de vida do professor, essa relação foi abordada em outros segmentos populacionais, como idosos (Carneiro, 2006; Carneiro et al., 2007; Braz, Cabral, Coimbra, Fontaine & Del Prette, 2013), profissionais da saúde e seus pacientes (Formozo, Oliveira, Costa & Gomes, 2012) e cônjuges (Sardinha, Falcone & Ferreira, 2009).

Outro aspecto relevante indicado nas pesquisas da área é o efeito que variáveis sociodemográficas podem ter na aquisição e desempenho de habilidades sociais (Bandeira, Rocha, Freitas, Del Prette & Del

Prette, 2006; Bandeira, Rocha, Pires, Del Prette & Del Prette, 2006) e, indiretamente, na melhoria e manutenção da qualidade de vida. Por isso, é importante levar em consideração que essas variáveis podem ser moderadoras da relação entre habilidades sociais e qualidade de vida.

Com base nessas considerações, o presente estudo teve como objetivo analisar possíveis correlações entre indicadores de habilidades sociais e de qualidade de vida, levando em consideração também algumas variáveis sociodemográficas que poderiam constituir variáveis moderadoras dessa relação.

## Método

### Participantes

Participaram 85 professoras (obs.: devido ao número extremamente pequeno de professores homens, optou-se por uma amostra exclusivamente feminina) atuantes entre o 1º e 5º ano do Ensino Fundamental de escolas públicas de duas cidades do interior de São Paulo. Os critérios para a participação no estudo foram os de lecionar do 1º ao 5º ano, interesse em participar da pesquisa e preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A maioria das participantes (51,8%) tinha entre 32 e 45 anos ( $M = 40,48$  e  $DP = 8,669$ ). A classe socioeconômica predominante foi a B2 no Critério Brasil (ABEP, 2015), com 43,5% dos participantes ( $M = 4,51$  e  $DP = 0,996$ ) e a maioria (42,4%) das professoras relatou experiência docente de 1 a 11 anos ( $M = 13,68$  e  $DP = 7,766$ ). Em relação ao número de alunos por sala de aula, a maioria (60%) possui de 19 a 27 alunos ( $M = 25,24$  e  $DP = 4,412$ ). Além disso, grande parte das professoras (51,8%) possuem uma carga horária de trabalho de 10 a 30 horas semanais ( $M = 40,31$  e  $DP = 14,454$ ) e a maioria deles (67,1%) tem pós-graduação em *latu sensu* ( $M = 2,46$  e  $DP = 0,933$ ).

### Instrumentos

**Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del-Prette).** Instrumento de autorrelato para avaliação de habilidades sociais. Foi utilizada uma estrutura prévia de atualização para 18 a 60 anos, que reteve 25 itens (Braz, Fontaine, Del Prette & Del Prette, 2016) e contém uma estrutura fatorial muito similar a da versão definitiva posteriormente produzida para 18 a 59 anos

(Del Prette & Del Prette, no prelo). Cada um descreve uma situação de relação interpessoal e uma demanda de habilidade para reação. Neste instrumento, o respondente deve estimar a frequência com que reage da forma sugerida em cada item, considerando o total de vezes que se encontrou na situação descrita, em escala tipo Likert, com cinco pontos, variando de 0-2 (nunca ou raramente) a 9-10 (sempre ou quase sempre). Em alguns itens, há um fraseado “negativo”, com a pontuação para a obtenção do escore. Os itens produzem um Escore Total ( $\alpha = 0,838$ ) e escores em cinco fatores: F1 – Conversação e desenvoltura social ( $\alpha = 0,825$ ); F2 – Expressão de sentimento positivo ( $\alpha = 0,741$ ); F3 – Assertividade de autodefesa ( $\alpha = 0,663$ ); F4 – Assertividade de autoexposição social ( $\alpha = 0,664$ ) e F5 – Assertividade afetivo-sexual ( $\alpha = 0,654$ ). Esta estrutura fatorial foi confirmada, apresentando bons índices de ajustamento global e local. A análise de consistência interna do instrumento na presente amostra foi avaliada por meio do Alpha de Cronbach ( $\alpha = 0,73$ ), que se mostrou satisfatório de acordo com a metanálise de Peterson (1994).

**Questionário sobre Qualidade de Vida (WHOQOL-Abreviado).** Instrumento elaborado pela Organização Mundial da Saúde e traduzido e validado no Brasil por Fleck et al. (2000). A versão reduzida contém 26 itens, com duas questões gerais sobre qualidade de vida e as demais 24 são divididas em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. Nos itens 3, 4 e 26, a pontuação mais alta indica baixa qualidade de vida, devendo-se inverter a pontuação para a obtenção do escore correto. A versão abreviada em português (WHOQOL-abrev.) apresentou, na presente amostra, características satisfatórias de consistência interna, indicadas pelo coeficiente de fidedignidade de Cronbach ( $\alpha = 0,91$ ).

**Questionário Critério-Brasil.** Este instrumento avalia o nível socioeconômico das famílias, com base em itens referentes ao poder aquisitivo, posse de bens de consumo duráveis e grau de instrução do chefe da família (ABEP, 2015). O instrumento permite situar o respondente em uma das seis classes socioeconômicas variando de E (a mais baixa) a A (a mais alta).

**Questionário sociodemográfico.** Intitulado *Combecendo um pouco mais sobre você*, foi elaborado para o projeto “Educação à Distância: Articulando a promoção de habilidades sociais educativas do professor ao desenvolvimento socioemocional dos alunos na escola” (Del Prette & Del Prette, 2014) e possui perguntas

sobre gênero, idade, formação acadêmica, experiência na área e atuação profissional atual, que foram utilizadas no presente estudo.

## Procedimento

A coleta de dados de uma das cidades ocorreu na secretaria da educação, enquanto na outra, foi feita em escola por escola durante o Horário de Trabalho Pedagógico Coletivo (HTPC). Em todos os encontros, a coleta foi realizada da mesma maneira. Primeiramente foram explicados aos professores os objetivos do estudo e esclarecidas algumas dúvidas. Em seguida, foram entregues todos os instrumentos impressos, preenchidos em presença do pesquisador. O tempo de preenchimento médio foi de uma hora, sendo necessária apenas uma reunião.

## Análise de dados

Os dados foram inseridos e organizados em planilha do *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)*, versão 20.0. Em seguida, foi efetuado o cômputo dos escores de acordo com os protocolos dos instrumentos aplicados (IHS-Del-Prette e WHOQOL-Abreviado), convertendo-se os dados dos itens em escores gerais e fatoriais.

Inicialmente, foi verificada a normalidade da distribuição dos escores gerais e fatoriais/domínios com base no teste de Kolmogorov-Smirnov ( $p < 0,05$ ), e nas medidas descritivas de assimetria e curtose de acordo com os parâmetros estabelecidos por Hair, Black, Babin, Anderson e Tatham (2009). Então foram realizados testes de correlação (*Pearson*) entre escores de

habilidades sociais e de qualidade de vida, seguidos por correlação parcial com controle das seguintes variáveis sociodemográficas: idade, tipo de formação, tempo de experiência como docente, número de alunos em sala de aula, carga horária de trabalho e classe socioeconômica. A intensidade das correlações foi avaliada com base na classificação de Hinkle, Wiersma e Jurs (2003): 0,90 a 1,00 “Muito alta”; 0,70 a 0,90 “Alta”; 0,50 a 0,70 “Moderada”; 0,30 a 0,50 “Baixa”; 0,10 a 0,30 “Muito baixa”.

## Resultados

Os resultados referentes à correlação entre os escores de habilidades sociais e os domínios de qualidade de vida, conforme os dados obtidos com as professoras são apresentados na Tabela 1.

Foram identificadas três correlações baixas e oito muito baixas, sendo todas elas positivas e significativas. Pode-se perceber também que o Escore Geral do IHS-Del-Prette, bem como os Fatores 1 (Conversação e desenvoltura social) e 2 (Expressão de sentimento positivo) se correlacionaram tanto com o Escore Geral do WHOQOL-Abrev, quanto com os Domínios 2 (Psicológico) e 4 (Meio Ambiente), e esse último também se correlacionou com o Fator 4 (Assertividade e autoexposição social) do IHS-Del-Prette. O Domínio 3 (Relações Sociais) foi o único que não se correlacionou com nenhuma variável de habilidades sociais.

Em seguida, são apresentadas as correlações entre habilidades sociais e qualidade de vida com controle das variáveis sociodemográficas. Controlando-se a idade, que variou dos 27 aos 57 anos, foram encontradas as seguintes alterações nas correlações: (a) as

Tabela 1  
Coeficiente de Correlação de Pearson ( $r$ ) entre habilidades sociais e qualidade de vida.

Habilidades Sociais	Qualidade de Vida				
	Escore Geral	D1 Físico	D2 Psicológico	D3 Relações Sociais	D4 Meio ambiente
Escore Geral	$r$ ,302**	,201	,286**	,102	,351***
F1 - Conversação/ Desenvoltura Social	$r$ ,288**	,206	,310**	,128	,280**
F2 - Expressão de sentimento positivo	$r$ ,261*	,229*	,245*	,118	,231*
F3 - Assertividade de autodefesa	$r$ ,127	,044	,152	,018	,182
F4 - Assertividade de autoexposição social	$r$ ,184	,135	,076	,065	,268*
F5 - Assertividade afetivo-sexual	$r$ ,110	,058	,086	,006	,170

Nota: \* $p \leq 0,05$ ; \*\* $p \leq 0,01$ ; \*\*\* $p \leq 0,001$ .

correlações do Fator 1 (Conversação e desenvoltura social) com o Escore Geral do WHOQOL-Abrev e o Domínio 4 (Meio Ambiente) ficaram mais fortes; (b) o Fator 1 (Conversação e desenvoltura social) passou a se correlacionar com o Domínio 1 (Físico); (c) o Fator 2 (Expressão de sentimento positivo) deixou de se correlacionar com os Domínios 1 (Físico) e 4 (Meio Ambiente). Além disso, observou-se uma tendência nas demais correlações, mesmo que não expressivas, para a mesma direção daquelas significativas, ou seja, os fatores de habilidades sociais apresentaram oscilações nos valores de correlação com os domínios de qualidade de vida no mesmo sentido das alterações significativas.

O controle do “*tipo de formação*”, que abrangia magistério, graduação, formação complementar e pós graduação, apresentou um aumento em todas as correlações, entretanto, apenas as seguintes alterações foram significativas: (a) a correlação entre o Escore Geral de IHS-Del-Prette e o Domínio 1 (Físico) ficou mais forte, assim como as correlações do Fator 1 (Conversação e desenvoltura social) com o Escore Geral do WHOQOL-Abrev e os Domínios 1 (Físico) e 4 (Meio Ambiente); (b) o Fator 4 (Assertividade e autoexposição social), além de ter sua correlação o Domínio 4 (Meio Ambiente) intensificada, passou a se correlacionar com o Escore Geral do WHOQOL-Abrev.

Quando o “*tempo de experiência como professora*”, que variou de 1 a 33 anos, foi controlado, verificou-se as seguintes alterações: (a) as correlações entre o Fator 1 (Conversação e desenvoltura social) com o Escore Geral do WHOQOL-Abrev e o Domínio 4 (Meio Ambiente) ficaram mais fortes; (b) o Fator 1 (Conversação e desenvoltura social) passou a se correlacionar com o Domínio 1 (Físico); (c) a correlação entre o Fator 2 (Expressão de sentimento positivo) e o Domínio 4 (Meio Ambiente) deixou de ser significativa. Também nesse caso, verificou-se uma tendência, das demais correlações de cada domínio de qualidade de vida, que oscila na mesma direção das correlações significativas.

Não foi encontrada nenhuma alteração significativa ao ser controlada a variável “número de alunos na sala de aula” e “carga horária de trabalho”. Em compensação, ao ser controlada a variável “classe socioeconômica”, que diversificou de A a C2, pode-se verificar as seguintes alterações: (a) as correlações entre o Fator 1 (Conversação e desenvoltura social) com o Escore Geral do WHOQOL-Abrev e o Domínio 4 (Meio Ambiente) ficaram mais fortes; (b) O Fator 1 (Conversação e desenvoltura social) passou a se

correlacionar com o Domínio 1 (Físico); (c) A correlação entre o Escore Geral do IHS-Del-Prette e o Escore Geral do WHOQOL-Abrev ficou mais fraca; (d) As correlações entre o Fator 2 (Expressão de sentimento positivo) com o Escore Geral do WHOQOL-Abrev e os Domínios 1 (Físico), 2 (Psicológico) e 4 (Meio Ambiente) deixaram de ser significativas, assim como a correlação entre o Fator 4 (Assertividade e autoexposição social) e o Domínio 4 (Meio Ambiente).

## Discussão

Com base nos resultados apresentados, pode-se concluir que há sim uma relação positiva entre habilidades sociais e qualidade de vida de professores do ensino fundamental. Essa constatação amplia as evidências de outros estudos – agora incluindo professores – de que indivíduos socialmente competentes apresentam melhor qualidade de vida (Carneiro, Falcone, Clark, Del Prette & Del Prette, 2007; Del Prette & Del Prette, 2008; Feitosa, Matos, Del Prette & Del Prette, 2009; Lucca, 2004) e vice-versa.

Foram encontradas correlações significativas entre o Escore Geral do IHS, Fatores 1 (Conversação e desenvoltura social), 2 (Expressão de sentimento positivo) e 4 (Assertividade e autoexposição social), Escore Geral do WHOQOL-Abrev e Domínios 1 (Físico), 2 (Psicológico) e 4 (Meio Ambiente). Os Fatores 3 (Assertividade de autodefesa) e 5 (Assertividade afetivo-sexual) e Domínio 3 (Relações Sociais) não apresentaram correlação com nenhuma variável.

Os resultados referentes à relação entre habilidades sociais e qualidade de vida das professoras indicam que quanto melhor o repertório geral de HS e, mais especificamente, de *conversação e desenvoltura social*, e de *expressão de sentimento positivo*, melhor a qualidade de vida, em particular nos domínios psicológico e itens relativos ao meio ambiente. Adicionalmente, quanto melhor o repertório de expressão de sentimento positivo, melhor também a qualidade de vida no domínio físico e quanto melhor as habilidades assertivas, melhor a qualidade vida em itens relacionados ao meio ambiente. Portanto, pode-se afirmar que habilidades sociais e qualidade de vida se relacionam de forma positiva e que possivelmente, melhorar uma dessas variáveis leve a melhoria da outra, o que implicaria novos estudos para a identificação da direção dessas influências.

Em relação às correlações parciais, não foram encontradas diferenças na força da correlação quando realizado o controle das variáveis “carga horária de trabalho” ou “número de alunos em sala de aula”. Essa informação leva a supor que a relação entre habilidades sociais e qualidade de vida independe da carga horária que o professor cumpre ou do número de alunos que ele tem dentro da sala de aula. Esses resultados não confirmam os de outras pesquisas que relacionam o comprometimento da qualidade de vida do professor com a alta carga horária de trabalho (Carlotto & Palazzo, 2006; Freitas & Facas, 2013; Pereira, Teixeira, Andrade & Silva-Lopes, 2014; Silva, Bolsoni-Silva, Rodrigues & Capellini, 2015) e o número excessivo de alunos em sala de aula (Carlotto & Palazzo, 2006; Freitas & Facas, 2013; Santos & Sobrinho, 2011). Possíveis diferenças de método e amostragem poderiam ser melhor investigadas em estudos futuros.

Outras variáveis sociodemográficas, entretanto, se mostraram moderadoras importantes dessa relação. A idade aumentou a força da correlação entre habilidades de conversação/ desenvoltura social com a qualidade de vida geral, física e do meio ambiente. Visto que a idade se correlacionou positivamente com diferentes domínios de qualidade de vida e com nenhum fator de habilidades sociais, pode-se supor que, com o passar dos anos, é comum que haja alguma melhora na qualidade de vida dos professores (possivelmente associada à gratificação por tempo de serviço e mudança para escolas melhores) e que isso possa influenciar no desempenho de habilidades sociais, tal como medido pelo IHS-Del-Prette. No sentido oposto (uma vez que o dado é correlacional e não aponta direção de causalidade) pode-se supor que há fases da vida em que as habilidades sociais contribuam para a qualidade de vida, por exemplo, em períodos de mudanças, como inserção no mercado de trabalho ou nova classe de alunos, onde as habilidades sociais são fundamentais para estabelecimentos de novas relações interpessoais e adaptação do indivíduo.

Contrariamente aos dados anteriores, com o controle da idade, a habilidade de expressar sentimento positivo deixou de se correlacionar com a qualidade de vida física e do meio ambiente, ou seja, a relação entre expressar sentimento positivo e a qualidade de vida não apenas dependente da idade, como era esta variável que estava produzindo a correlação. É possível supor que, com o passar dos anos, com o amadurecimento profissional e pessoal, as perdas sofridas no decorrer da

vida, entre outros fatores, as pessoas passem a dar uma maior importância à afetividade nos relacionamentos interpessoais, o que pode contribuir para a ampliação de sua rede de apoio e qualidade de vida.

Quando controlada a variável “tempo de experiência como professora”, as mesmas alterações ocorreram referente à força das correlações, exceto para a correlação entre expressar sentimento positivo e qualidade de vida física, que se manteve. Visto que essa variável se correlacionou apenas com o Domínio 4, *Meio ambiente*, pode-se supor que, com o tempo de atuação, que é concomitante à idade, os professores conquistam algumas condições de qualidade de vida, como escolha dos horários das aulas, das classes e escolas, e que isso também facilite o desempenho de habilidades sociais. Em contrapartida, os professores que apresentam um repertório de habilidades sociais deficitário podem agravar sua qualidade de vida, resultando em problemas de saúde física e emocional, como, por exemplo, no caso de *burnout*, quando os professores apresentam sintomas como apatia, alienação e desumanização (Carlotto & Palazzo, 2006).

Tais resultados fazem sentido ao observarmos estudos que relacionam qualidade de vida com a saúde física do professor e o tipo de ambiente em que ele trabalha (Goulart-Junior & Lipp, 2008; Freitas & Facas, 2013; Silva, Bolsoni-Silva, Rodrigues & Capellini, 2015), sendo importante, especialmente nesse contexto, as habilidades de conversação e desenvoltura social. Também pode-se presumir que há faixas etárias e momentos de exercício profissional em que a luta por melhoria das condições de trabalho é mais ativa, havendo um aumento na indignação e diminuição na expressão de sentimentos positivos. Por exemplo, professores que já estão atuando há tempo suficiente para sofrerem com as condições de trabalho talvez intervenham mais do que aqueles que acabaram de entrar no mercado de trabalho ou que estão “cansados” e prestes a se aposentar.

Ao controlar a variável “tipo de formação” surgiram novas correlações e outras se fortaleceram. As habilidades sociais gerais e as habilidades de conversação e desenvoltura social passaram a se correlacionar com a qualidade de vida física, enquanto a assertividade de autoexposição social apresentou correlação com a qualidade de vida geral. As habilidades de conversação e desenvoltura social também tiveram fortalecidas suas correlações com a qualidade de vida geral e de meio ambiente, assim como essa última com a habilidade

de assertividade de autoexposição social. Supõe-se que o tipo de formação pode estar relacionado como o salário (Davis, Nunes, Almeida, Silva & Souza, 2012) e o repertório de habilidades sociais (Del Prette, Del Prette, Garcia, Bolsoni-Silva & Puntel, 1998), podendo impactar sobre a qualidade de vida e a competência social.

Por fim, a última variável controlada foi a condição socioeconômica, que contribuiu para o fortalecimento de algumas correlações e redução de outras. No primeiro caso, o controle da condição socioeconômica fortaleceu as correlações entre as habilidades de conversação/ desenvoltura social com a qualidade de vida geral, física e de meio ambiente. Esses resultados evidenciam a variabilidade na relação entre esses indicadores, que possivelmente são influenciados mais fortemente em algumas categorias socioeconômicas, mas nem tanto em outras.

Já a correlação entre o escore geral de habilidades sociais e qualidade de vida geral foi reduzida, e entre a expressão de sentimento positivo com a qualidade de vida geral, física, psicológica e de meio ambiente deixaram de ocorrer, bem como a relação entre assertividade de autoexposição social e a qualidade de vida referente ao meio ambiente. Pode-se interpretar que, dependendo da condição socioeconômica, a professora pode ter acesso maior ou menor a diferentes ambientes, aprendizagens, relações sociais e possibilidades de lazer, o que contribui para a relação entre sua qualidade de vida em diversos aspectos e também para o desempenho de habilidades de conversação e de desenvoltura social.

## Considerações finais

As condições de trabalho sob as quais os professores são submetidos, com os baixos salários, sobrecarga de trabalho, número excessivo de alunos, falta de apoio, condições físicas ruins no ambiente de trabalho, pressão de pais e governo e falta de reconhecimento, podem resultar em um alto nível de desmotivação e danos a saúde física e emocional. Consequentemente, esses fatores comprometem a qualidade de vida desses profissionais e podem afetar indiretamente o processo de ensino e aprendizagem de seus alunos.

Apesar de muitas das condições precárias citadas anteriormente estarem fora do controle do professor, há situações em que é possível alguma reação, caso o professor se sinta capacitado para isso. Essa capacitação

pode incluir um repertório mais elaborado de habilidades sociais, que pode auxiliá-lo na busca de melhoria das condições de trabalho e salário, enfrentamento da pressão de pais e governo, solicitação assertiva de apoio, etc. Além disso, as habilidades sociais podem ser importantes para o professor lidar com comportamentos indesejáveis dos alunos, recusar assertivamente um pedido abusivo evitando ser explorado e construir relações interpessoais mais saudáveis que se revertam em qualidade de vida.

Não obstante os resultados obtidos, são reconhecidas as limitações do presente estudo. Uma delas refere-se ao uso exclusivo de instrumentos de autorrelato, que podem fornecer um quadro parcial da situação, tanto de habilidades sociais como de qualidade de vida. Também se reconhece o fato de que o instrumento de qualidade de vida apresenta questões genéricas e não focaliza aspectos específicos das dificuldades enfrentadas pelos professores, o que pode ser um caminho para o refinamento de pesquisas futuras. O último aspecto refere-se à limitação da amostra em quantidade, sexo, tipo de escola – apenas públicas – e localização geográfica, o que dificulta a generalização dos dados para amostra de professores em geral e aponta para a necessidade de novos estudos ampliando a investigação dos aspectos da presente pesquisa.

O presente estudo confirmou a hipótese de que existe uma relação positiva entre habilidades sociais e qualidade de vida, o que poderia ser indicativo de programas de HS quando esse repertório se apresentar deficitário. No entanto, como se tem apenas correlações e a direção da causalidade não está definida, uma alternativa seria investigar se a melhora do repertório de habilidades sociais por meio de programas de treinamento de habilidades sociais geraria um aumento na qualidade de vida dos professores.

Tais programas poderiam focalizar de forma mais específica as fontes de estresse e dificuldades do professor que pudessem ser amenizadas com a melhora do repertório de habilidades sociais. Dessa maneira, supondo que os professores estariam em melhores condições psicológicas, é provável que isso se reverta também em melhores condições para lidarem com as demandas escolares, sendo melhores modelos para seus alunos e contribuindo para a maximização da aprendizagem, redução dos comportamentos inadequados e desenvolvimento das habilidades sociais dessas crianças.

## Referências

- Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (2015). Recuperado de: <http://www.abep.org/new/criterioBrasil.aspx>.
- Bandeira, M., Rocha, S. S., Freitas, L. C., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2006). Habilidades sociais e variáveis sociodemográficas em estudantes do ensino fundamental. *Psicologia em estudo*, 11(3), 541-549.
- Bandeira, M., Rocha, S. S., Pires, L. G., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2006). Competência acadêmica de crianças do ensino fundamental: Características sociodemográficas e relação com habilidades sociais. *Interação em Psicologia*, 10(1), 53-62.
- Braz, A. C., Cabral, M. L., Coimbra, S. M. G., Fontaine, A. M. G. V., & Del Prette, Z. A. P. (2013). Ageing in Lusophone countries: The impact of age-specific legislation on the recognition of rights. *Problems of Psychology*, 7(7), 6-15.
- Braz, A. C., Fontaine, A. M. V. G., Del Prette, A. & Del Prette, Z. A. P. (2016) *IHS-Del-Prette: Análise fatorial exploratória e confirmatória para 18 a 60 anos*. Manuscrito não publicado.
- Carlotto, M. S., & Palazzo, L. S. (2006). Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad. Saúde Pública*, 22(5), 1017-1026.
- Carneiro, R. S. (2006). A relação entre habilidades sociais e qualidade de vida na terceira idade. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 2(1), 45-54.
- Carneiro, R. S., Falcone, E., Clark, C., Del Prette, Z., & Del Prette, A. (2007). Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: relação com habilidades sociais. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20(2), 229-237.
- Davis, C. L. F., Tartuce, G. L. B., Nunes, M. M. R., de Almeida, P. C. A., da Silva, A. P. F., & de Olival, B. S. D. (2012). Anos finais do ensino fundamental: aproximando-se da configuração atual. *Congresso de Educação Básica: qualidade na aprendizagem*, Florianópolis.
- Del Prette, A. & Del Prette, Z. A. P. (2017). *Competência Social e Habilidades Sociais: Manual teórico-prático*. Petrópolis: Vozes.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2008). Um sistema de categorias de habilidades sociais educativas. *Paidéia*, 18(41), 517-530.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2014). *Programa de Apoio à Formação de Profissionais no Campo das Competências Socioemocionais*. Encaminhado e aprovado no Edital CAPES nº 44/2014.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2018). *Inventário De Habilidades Sociais (IHS-Del-Prette): Manual de aplicação, apuração e interpretação para 18 a 59 anos*. São Paulo: Pearson.
- Del Prette, Z. A. P., Del Prette, A., Garcia, F. A., Bolsoni-Silva, A. T., & Puntel, L. P. (1998). Habilidades sociais do professor em sala de aula: um estudo de caso. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 11(3), 591-603.
- Fleck, M. P., Louzada, S., Xavier, M., Chachamovich, E., Vieira, G., Santos, L., & Pinzon, V. (2000). Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". *Revista de saúde pública*, 34(2), 178-183.
- Formozo, G. A., Oliveira, D. C., Costa, T. L., & Gomes, A. M. T. (2012). As relações interpessoais no cuidado em saúde: uma aproximação ao problema. *Rev. Enferm.* 20(1), 124-127.
- Freitas, L. G. D., & Facas, E. P. (2013). Vivências de prazer-sofrimento no contexto de trabalho dos professores. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 13(1), 7-26.
- Goulart Junior, E., & Novaes Lipp, M. E. (2008). Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. *Psicologia em Estudo*, 13(4), 847-857.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2009). *Análise multivariada de dados*. Bookman Editora.
- Hinkle, D. E., Wiersma, W. e Jurs, S. G. (2003). *Applied statistics for the behavioral sciences* (5 ed.). Boston: Houghton Mifflin.
- Knüppe, L. (2006). Motivação e desmotivação: desafio para as professoras do Ensino Fundamental. *Educar em Revista*, 27, 277-290.
- Lapo, F. R. & Bueno, B. (2003). Os Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério. *Cadernos de Pesquisa*, 118, 65-88.
- Lopes, D. C., Dascanio, D., Ferreira, B. C., Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2017). Treinamento de habilidades sociais com universitários de ciências exatas. *Interação em Psicologia*, 21(1), 55-65.
- Lucca E. (2004). *Habilidade Social: uma questão de qualidade de vida*. In: Psicologia.com.pt: O Portal dos Psicólogos.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.



Pereira, É. F., Teixeira, C. S., Andrade, R. D., & da Silva-Lopes, A. (2014). O trabalho docente e a qualidade de vida dos professores na educação básica. *Revista de Salud Pública, 16*(2), 221-231.

Peterson, R. A. (1994). A meta-analysis of Cronbach's Coefficient Alpha. *Journal of Consumer Research, 21*, 381-391.

Rocha, V. M. D., & Fernandes, M. H. (2008). Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria, 57*(1), 23-27.

Sardinha, A., Falcone, E. M. D. O., & Ferreira, M. C. (2009). As relações entre a satisfação conjugal e as habilidades sociais percebidas no cônjuge. *Psicologia: Teoria e Pesquisa, 25*(3), 395-402.

Silva, N. R. D., Bolsoni-Silva, A. T., Rodrigues, O. M. P. R., & Capellini, V. L. M. F. (2015). O Trabalho do Professor, Indicadores de Burnout, Práticas Educativas e Comportamento dos Alunos: Correlação e Predição. *Rev. Bras. Educ. Espec, 21*(3), 363-376.

World Health Organization. (2001). *The World Health Report. Mental Health: New Understanding, New Hope*. Geneva: World Health Organization.

**Recebido em:** 13 out. 2020.

**Aprovado em:** 28 out. 2022.

