

INTERFERÊNCIA E CONCILIAÇÃO ENTRE AS ESFERAS PESSOAIS E PROFISSIONAIS NA CARREIRA DOCENTE EM EDUCAÇÃO FÍSICA

INTERFERENCE AND CONCILIATION BETWEEN PERSONAL AND PROFESSIONAL SPHERES IN THE TEACHING CAREER IN PHYSICAL EDUCATION 

INTERFERENCIA Y CONCILIACIÓN ENTRE LO PERSONAL Y PROFESIONAL EN LA CARRERA DOCENTE EN EDUCACIÓN FÍSICA 

 <https://doi.org/10.22456/1982-8918.131494>

 **Naline Cristina Favatto*** <nfavatto@gmail.com>

 **Jorge Both**** <jorgeboth@yahoo.com.br>

* Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR). Paranavaí, PR, Brasil.

** Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE). Cascavel, PR, Brasil.

Resumo: Neste ensaio refletimos sobre as tensões oriundas do ambiente laboral e as questões pessoais e familiares que interferem na carreira docente. Objetivou-se discutir a estreita relação entre a vida pessoal e a vida profissional dos professores de Educação Física, considerando as influências entre as esferas pessoais e profissionais. A partir da busca textual em periódicos nacionais e internacionais, verificou-se duas vertentes, mas que tratam as profissões de forma ampla, uma baseada no equilíbrio entre as esferas e outra no conflito. A carência de estudos sobre a temática indica a necessidade e a importância de se considerar esses fatores positivos e negativos, assim como as influências na carreira do professor de Educação Física. Diante disso, a continuidade das investigações se faz primordial para aprofundar a relação entre trabalho e vida pessoal de professores de Educação Física.

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

Recebido em: 15 abr. 2023
Aprovado em: 30 abr. 2025
Publicado em: 24 out. 2025



Este é um artigo publicado sob a licença *Creative Commons* Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0)

1 INTRODUÇÃO¹

Os estudos sobre as esferas profissionais e familiares surgiram pela primeira vez na literatura científica por volta dos anos 1960 com os trabalhos de Rapoport e Rapoport (1969). Esses estudos tornaram-se particularmente mais evidentes no contexto norte-americano, dadas às necessidades decorrentes do aumento da participação das mulheres no mercado de trabalho que, conseqüentemente, passaram a acumular o trabalho doméstico e familiar com o profissional (Domingos, 2012).

Historicamente, os campos de trabalho e família foram pesquisados separadamente porque os homens assumiram o papel de ‘chefe de família’ e as mulheres o papel de ‘dona de casa’ e eram vistos como sistemas independentes (Clark, 2000). Por este fato, a literatura destaca que o tardio reconhecimento das questões sobre a conciliação entre trabalho, vida e família se deu justamente pela influência de vários fatores relacionados com a desigualdade de gênero (Andrade, 2010; Santos, 2010).

Na década de 1970, investigações destacavam a separação entre a vida pessoal e a vida profissional era artificial, posto que, os papéis de vida tendem a articular-se entre si, promovendo fenômenos de conciliação de papéis. Essas pesquisas, contrariaram os conceitos culturalmente enraizados, de que o trabalho e a família eram vistos como domínios separados (Silva; Andrade, 2016).

Desde então surgiram inúmeras pesquisas a respeito da relação entre a vida pessoal e profissional de trabalhadores em diversas carreiras, sobretudo de professores (Near; Rice; Hunt, 1980; Sikes, 1985; Fessler; Christensen, 1992) e, especificamente, sobre professores de Educação Física (Santos; Bracht; Almeida, 2009; Lynn; Woods, 2010; Farias; Nascimento, 2012; Woods; Lynn, 2014; Córdoba Jimenez, 2015; Silva *et al.*, 2018; Bins *et al.*, 2023), mesmo que de forma discreta.

Sikes (1985) desenvolveu o modelo organizacional a partir dos Ciclos Vitais dos professores, relacionando sua idade cronológica e as características presentes em cada fase, como por exemplo, entusiasmo com o início da carreira, a maternidade, a estabilidade financeira, a aposentadoria, entre outros. Para a autora, assim como qualquer outra pessoa, os professores estão sujeitos a mudanças biológicas e psicológicas, associadas ao crescimento etário e ao processo de como o docente é percebido pela sociedade. O primeiro ciclo descrito pela autora está entre os 21 e 27 anos de idade, o segundo ciclo ocorre entre 28 e 33 anos de idade, o terceiro ciclo entre 30 e 40 anos de idade, o quarto ciclo entre 40 e 45 anos de idade, e por fim, o quinto ciclo, entre os 50 e 55 anos de idade ou mais.

Pautada na mesma relação entre as esferas pessoais e profissionais, o modelo desenvolvido pelos Fessler e Christensen (1992) compreende o professor em ciclos ao longo de toda a carreira docente, sendo eles: Estágio de Pré-Serviço,

¹ O artigo é desdobramento de: FAVATTO, Naline Cristina. **Ciclos de vida dos professores de Educação Física**. 2022. 220 f. Tese (Doutorado em Educação Física) Centro de Educação Física e Esporte – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2022.

Estágio de Indução, Estágio de construção de competências, Estágio de Entusiasmo e Crescimento; Estágio de estabilidade na carreira e Estágio de Frustração na Carreira. Para os autores a carreira é cíclica, fluindo desde a formação inicial até a saída da carreira e são afetados por vários elementos, tanto em sua vida pessoal quanto em seu ambiente de trabalho.

De fato, Near, Rice e Hunt (1980) relataram sobre a tênue relação entre vida, família e profissão, na perspectiva de separação das esferas, sendo que os autores observaram, ao menos, três mecanismos: o mecanismo da segmentação que defende a separação entre o trabalho e a vida familiar; o mecanismo de compensação, no qual se procura equilibrar os fracassos ou menor satisfação com um dos domínios de vida com o aumento da participação na outra esfera; e um processo de influência recíproca denominado de transbordamento que corresponde a uma transferência de atitudes e de comportamentos de um papel para outro. Ainda acerca dessa questão, os autores relataram que a tentativa de separação de atitudes e comportamentos nas esferas pessoal e profissional dificilmente acontece.

Acerca das interferências e conciliações da vida pessoal e profissional de professores de Educação Física, pesquisas nacionais e internacionais também constataram que fatores e acontecimentos pessoais e profissionais refletem sobre essas mesmas esferas tanto de forma positiva quanto negativa. As experiências, crenças e mudanças de direção pessoal do educador contribuem simultânea e sinergicamente para o desenvolvimento de sua identidade pessoal e profissional (Lynn; Woods, 2010; Farias; Nascimento, 2012; Woods; Lynn, 2014; Córdoba Jimenez, 2015; Silva, *et al.*, 2018; Bins *et al.*, 2023).

Para Farias e Nascimento (2012), não é possível separar a vida pessoal da vida profissional do docente, visto que, ao longo da carreira, o professor concretiza no seu cotidiano crenças pessoais decorrentes da sua formação profissional, das relações interpessoais e da sua experiência de vida. Dentro desse contexto, os aspectos familiares e pessoais surgem como mecanismos que interferem tanto de forma positiva quanto negativa na trajetória docente.

Diante do exposto, com o intuito de contribuir para a ampliação dos estudos relacionados à temática, o ensaio tem por objetivo compreender a relação entre a vida pessoal e a vida profissional dos professores de Educação Física, considerando a conciliação entre elas e as possíveis interferências. Para isso, este ensaio foi organizado em quatro partes: a primeira destaca, de modo geral, a relação entre a vida pessoal e a vida profissional pela ótica do equilíbrio e do conflito; a segunda apresenta uma discussão sobre o conflito entre trabalho e família considerando os gêneros; a terceira e a quarta parte foram provenientes das discussões encontradas ao longo do texto, os quais abordam a Satisfação no Trabalho e a Síndrome de *Burnout*.

1.1 VIDA PESSOAL E VIDA PROFISSIONAL: EQUILÍBRIO E CONFLITO

A partir da análise da literatura investigada pode-se verificar duas vertentes sobre a integração das esferas trabalho e vida pessoal, uma que sugere que a

integração entre as esferas pode ocorrer quando uma delas é prazerosa e interfere positivamente sobre outra esfera e, outra, que considera que a relação entre as esferas é orientada pela ótica do conflito (Grady, Mccarthy, 2008).

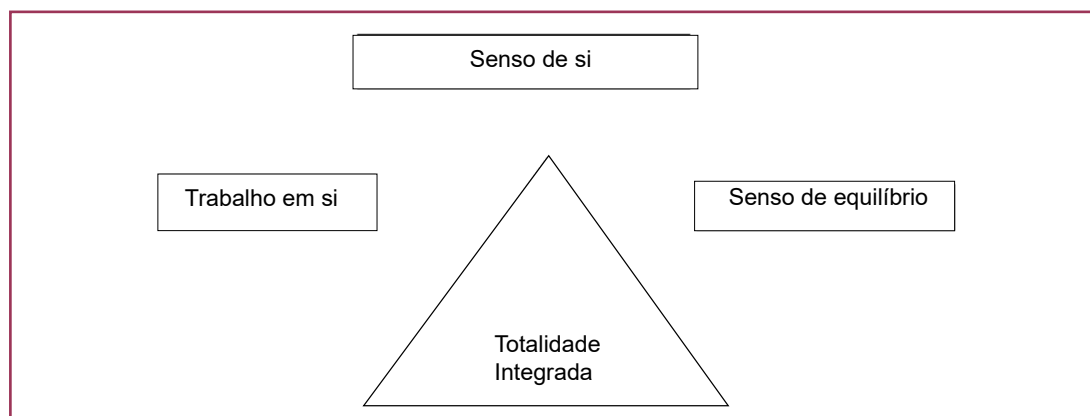
A vertente pautada na integração destaca que o senso de equilíbrio está ancorado nas escolhas que o indivíduo faz em relação ao tempo que é destinado às esferas do trabalho e da vida. Este equilíbrio envolve o tempo destinado para diversas esferas como o trabalho, a vida pessoal, a vida espiritual e a quantidade de tempo alocada para si e para os outros (Chalofsky, 2003). Isto posto, conforme mencionado por Grzywacz (2000), o equilíbrio pode ser alcançado quando o indivíduo se sente realizado em uma das esferas e essa realização influencia a outra de forma assertiva.

Apartir disso, um fator importante que deve ser considerado é o significado que as pessoas atribuem a vários papéis, como o trabalho e a família, que depende do que é relevante para seus próprios valores e crenças, assim como as escolhas realizadas sobre quanto tempo se destina em cada domínio. Esses fatores determinam como eles gerenciam as demandas das diferentes esferas e como eles integram essas esferas com êxito para alcançar significado em nível pessoal e profissional (Grady; Mccarthy, 2008).

Pautado nesse entendimento, Chalofsky (2003) teorizou o conceito de 'trabalho significativo' que apresenta uma estrutura teórica para entender a integração da vida pessoal e profissional. O conceito sugere um estado inclusivo de ser, que dá essência à vida do indivíduo levando a um sentimento de satisfação. É a maneira como o indivíduo expressa o significado e o propósito de sua vida por meio das atividades laborais, que abrangem a maior parte do seu tempo. Diante disso, um trabalho significativo pode ser um incentivador para o cumprimento do propósito de vida de uma pessoa (Grady; Mccarthy, 2008).

Para Chalofsky (2003) os três fatores promotores do trabalho significativo, que compreende a totalidade integrativa são: o senso de si, o trabalho em si e o senso de equilíbrio. O senso de si está relacionado ao fato de o indivíduo trazer o seu próprio eu (mente, corpo, emoção, espírito) para o trabalho. Sobre reconhecer e desenvolver o seu potencial e acreditar que é possível alcançar o que se almeja. O trabalho em si, se refere à oportunidade de realizar seus propósitos e os de alguém através do trabalho, envolvendo o desafio, a criatividade, o aprendizado, o crescimento contínuo e a autonomia. Trata-se de trabalhar e crescer como um processo sem fim.

Por fim, o senso de equilíbrio envolve o equilíbrio entre vida pessoal e vida profissional, entre o eu espiritual e o trabalho, e o equilíbrio de dar para si mesmo e para o outro. Diz respeito às escolhas que são feitas entre o tempo gasto no trabalho, em casa, com a família e em atividades prazerosas, de modo que nenhuma área de nossas vidas é tão dominante que deixamos de valorizar as outras áreas (Chalofsky, 2003).

Figura 1 - Totalidade Integrativa para o Trabalho Significativo

Fonte: Adaptado de Chalofsky (2003)

O autor acrescenta que, dedicar-se exclusivamente ao trabalho e destinar pouco tempo para o lazer e à diversão leva ao estresse, ocasionando perdas em nossa saúde, vida familiar e social. Além de que, é preciso reservar um tempo para si, pois, geralmente, o indivíduo tende a se preocupar mais com o trabalho remunerado (Chalofsky, 2003).

É importante mencionar que nenhum dos fatores são independentes ou são mais importantes que o outro, uma vez que o trabalho significativo requer a interação de todos esses elementos. Para Chalofsky (2003) o que é realmente significativo é que esses fatores agregados representam um nível de motivação mais profundo do que os valores intrínsecos tradicionais de uma sensação de satisfação e orgulho de terminar uma tarefa e receber elogios de um superior. Acerca dessa relação, Grady e McCarthy, (2008) destacaram que existem muitos fatores de nível particular e pessoal que influenciam a capacidade de lidar com várias demandas ao longo da vida e que precisam ser investigadas e consideradas.

Em contrapartida, a outra vertente é que se faz presente em grande parte dos estudos acerca da relação entre as esferas pessoais e profissionais é baseada na perspectiva do conflito (Super 1980; Kirchmeyer, 1992; Parasuraman; Greenhaus, 2002; HILL, 2005). O conflito é caracterizado quando os papéis pessoais e profissionais são considerados incompatíveis. Isso é, quando a pressão gerada no desempenho de um dos papéis dificulta o cumprimento das exigências do outro papel (Greenhaus; Beutell, 1985).

Conforme evidenciado por Voydanoff (2002), os conflitos decorrem das pressões simultâneas da esfera profissional e familiar que torna a articulação dos papéis difícil ou mesmo inconciliável. Dessa maneira, quanto maior for a acumulação de papéis, maiores serão os riscos de incompatibilidade entre estes. Como resultado, poderá ser vivenciado maior conflito pelos indivíduos, levando a dificuldades de cumprimento adequado de um ou mais papéis.

Considerando essa temática, Greenhaus e Beutell (1985) descreveram a existência de três tipologias de conflito: o conflito baseado no tempo; o conflito baseado na tensão; e o conflito baseado no comportamento. O conflito baseado no

tempo assume que os múltiplos papéis competem em termos de tempo, de modo que, o tempo despendido em um papel tem um impacto negativo na disponibilidade de tempo para o outro papel. O conflito baseado na tensão ocorre quando a pressão de um papel afeta negativamente o outro. Assim, os papéis só são considerados conflituosos quando a pressão gerada no desempenho de um dos papéis dificulta o cumprimento das exigências do outro. Por outro lado, o conflito baseado no comportamento corresponde a padrões de atuação específicos de um determinado papel que pode ser contrário às expectativas comportamentais de outro papel.

Para Kossek e Ozeki (1998), a percepção de conflito de papéis se efetua através de sentimentos de invasão da vida profissional na vida familiar. Sobre essa invasão, estudos apontaram diversas consequências, como a insatisfação com o trabalho (Adams; King; King, 1996), o desejo de abandonar a carreira (Greenhaus; Parasuraman; Collins, 2001), o fraco compromisso organizacional, o baixo desempenho profissional e o estresse (Frone; Yardley; Markel, 1997). Observa-se o descuido com o próprio bem-estar e com a família, diante da falta de tempo (Bailyn; Drago; Kochan, 2001), além da absorção dos efeitos negativos do trabalho para a vida pessoal, como a falta de energia, o mau-humor e o cansaço.

O fato de as pessoas desempenharem vários papéis, em vários locais, significa que os papéis de ocupação, família, comunidade e lazer têm impacto entre si. O sucesso em um papel facilita o sucesso em outros, assim como as dificuldades em um papel provavelmente levarão a dificuldades em outro. Além disso, os papéis desempenhados aumentam e diminuem em importância, conforme a fase da vida em que uma pessoa se encontra, de acordo com o aumento da idade (Super, 1980).

No campo da Educação Física, Farias e Nascimento (2012) destacaram que a ação do docente de levar sua profissão para casa gera prejuízos na rotina diária e uma descontinuidade/continuidade da carga de trabalho para outros turnos. As pressões geradas no trabalho, como a cobrança por um elevado desempenho, a competitividade e as dificuldades de relacionamento interpessoal geram irritabilidade e fadiga. Sintomas estes que afetam diretamente a vida pessoal (Andrade, 2015). Ademais, as expectativas criadas diante do alto envolvimento físico e psicológico dos professores podem gerar tensão e, conseqüentemente, dificuldades de conciliação trabalho-família-vida pessoal (Voydanoff, 2002; Bins *et al.*; 2023), assim como níveis mais elevados de estresse principalmente pelas mulheres (Guerreiro; Carvalho, 2007).

Nessa perspectiva, é importante salientar que o inverso também pode ocorrer, quando os problemas familiares afetam o desempenho profissional (Andrade, 2011), levando o trabalhador ao absentismo, a desmotivação, ao declínio da produtividade e ao déficit do desempenho (Bailyn; Drago; Kochan, 2001; Casaca, 2014; Andrade, 2015). Todavia, existe uma grande escassez de pesquisas sobre as questões pessoais que podem interferir no trabalho do professor, de maneira específica do docente de Educação Física.

Apenas alguns estudos puderam nos amparar até aqui, sendo o principal deles a discussão acerca do impacto da maternidade sobre a vida profissional das

professoras de Educação Física. As pesquisas de Betti e Mizukami (1997) e Lynn e Woods (2010) evidenciaram um sentimento de frustração e insegurança vivenciados pelas docentes após o retorno da licença maternidade, levando à queda de rendimento em seu trabalho.

Dado os achados tanto nas diferentes áreas de atuação profissional quanto na Educação Física, observou-se a intensa participação das mulheres nestas pesquisas, posto que, a conciliação entre as esferas pessoais e profissionais se tornam mais conflituosas para elas devido às tarefas domésticas e familiares. Por este motivo, realizou-se uma imersão de maneira específica acerca das discussões entre os conflitos pautados no gênero.

1.2 GÊNERO E OS CONFLITOS ENTRE O TRABALHO E A FAMÍLIA

Os primeiros estudos sobre as relações trabalho e família direcionam-se para os efeitos negativos do conflito entre papéis, principalmente para as mulheres (Andrade; Fontaine, 2011). Diante do aumento da participação feminina, duas a três décadas atrás, Grady e McCarthy, (2008) apontaram que as organizações passaram a empregar um número significativo de mulheres de meia-idade e meio de carreira. Este aumento da força de trabalho feminina, especialmente para mulheres em idade fértil, foi acompanhado por desafios crescentes no gerenciamento de tempo, papéis e responsabilidades (Fine-Davis *et al.*, 2004; Marcinkus; Hamilton, 2006).

Para Greenhaus e Powell (2003), casa e trabalho são duas forças em colisão, que muitas vezes pode levar ao desequilíbrio, em que as mulheres, sendo as principais cuidadoras de suas casas, de seus filhos e seus pais, apresentam dificuldade em conciliar vida profissional e pessoal para alcançar a satisfação no desempenho destes papéis (Auster, 2001). De acordo com Farias e Nascimento (2012) a feminização da docência pode ser compreendida como um dos elementos que impulsionam, de maneira oculta, a divisão entre a vida profissional, familiar e amorosa.

A perspectiva do conflito se torna mais latente, considerando o gênero feminino, uma vez que a divisão desigual nas tarefas domésticas e nas responsabilidades familiares tem causado sentimentos de sobrecarga e baixa percepção de justiça na divisão do trabalho que afetam, sobretudo as mulheres (Araújo; Scalón, 2005; Matias; Andrade; Fontaine, 2011; Andrade; Bould, 2012; Andrade; Mikula, 2014).

Além disso, Farias e Nascimento (2012), acrescentaram que os conflitos familiares e a cultura do trabalho apresentam significativa diferença entre homens e mulheres. Os autores identificaram que professores de Educação Física que são pais apresentam maiores conflitos familiares e profissionais, do que os docentes que não são pais. Também no campo da Educação Física, observou-se que o casamento e o nascimento dos filhos influenciam na trajetória profissional (Betti; Mizukami, 1997; Lynn; Wood, 2010; Silva *et al.*; 2018; Bins *et al.*; 2023). Assim, os limites da esfera familiar são mais flexíveis em relação ao trabalho quando os indivíduos não possuem filhos ou quando eles já são autônomos.

Outro ponto importante destacado por Santos e Gonçalves (2013/2014), Guerra (2016) e Bins *et al.* (2023) acerca dos conflitos está relacionado, também, aos filhos pequenos, sendo um fator que fomenta as diferenças de gênero. Guerra (2016) menciona que apesar de existir apoio do cônjuge, os conflitos que surgem da relação trabalho-família prendem-se à existência de filhos e à falta de disponibilidade gerada pela responsabilidade de cuidar dos menores.

De fato, as mulheres convivem com diversos conflitos de vida, à medida que crescem na carreira escolhida, enquanto os esforços para conciliar as necessidades de seus filhos e as expectativas de desempenho organizacional colidem (Auster, 2001; Bins *et al.*; 2023). O estudo de Betti e Mizukami (1997) apontou que as professoras de Educação Física com filhos apresentaram maior ansiedade e desejo de retornar para casa quando estão em seu ambiente de trabalho, além do desejo de exonerar ou reduzir sua carga horária de trabalho após o nascimento dos filhos (Favatto; Both, 2023).

Acerca desta divisão de papéis, mesmo que o homem tenha passado a participar mais das tarefas da casa, ela ainda permanece desigual, ocasionando a sobrecarga nas mulheres. Para mais, ao analisar o tempo de trabalho remunerado e não remunerado, constata-se que as mulheres trabalham diariamente, pelo menos mais uma hora quando comparadas aos homens, decorrente da divisão assimétrica das tarefas de cunho pessoal (Perista *et al.*, 2008). Sobre essa lógica, Santos (2008) destacou a importância da análise de gênero na compreensão das diferenças na vida familiar e conjugal, pois essas desigualdades influenciam o percurso profissional das mulheres e dos homens.

Neste cenário, homens mais jovens tendem a reconhecer a divisão assimétrica do trabalho doméstico quando comparado às mulheres. Todavia, ainda é muito compartilhada por homens e mulheres uma ideologia de gênero tradicional na divisão do trabalho (Guerra, 2016). Sobre tais questões, Baldaia (2017) enfatizou que apesar do intenso empenho das mulheres de corresponderem às exigências profissionais e familiares, é importante não compreender apenas como uma temática puramente feminina. A visão masculina tradicional, de que o homem é o principal provedor econômico, se demonstra, muitas vezes, incompatível com o seu desejo de dedicar mais tempo à família. Este fato, pode ser observado em estudos em que os homens afirmam sofrer discriminação e censura quando relatam o desejo de assumir mais responsabilidades familiares (Monteiro; Domingos, 2013; Silva; Andrade, 2016).

Essa desigualdade e sobrecarga no desempenho das tarefas familiares e profissionais, poder gerar tanto conflitos familiares, como de origem laboral. Tais conflitos atrelados ao intenso cotidiano escolar, pode interferir diretamente na percepção de satisfação do professor em sua atuação docente.

1.3 SATISFAÇÃO NO TRABALHO

O ensino está alinhado dentro de uma complexa ecologia de pessoas, políticas, sistemas, práticas e normas sociais. Como parte do complexo sistema da escola e do ensino, os professores têm que lidar com as expectativas e demandas

que são feitas deles e sobre eles por várias partes interessadas (Tan, Chang, Teng, 2015). As responsabilidades e as exigências sobre os educadores ocorrem diante da rápida transformação no contexto social, nos últimos anos. Ao passo que o papel do professor tem se modificado, na tentativa de atender às expectativas e às necessidades da sociedade atual (Carlotto; Câmara, 2004).

Tang, Chang e Teng (2015) nos apresentaram reflexões importantes a respeito dessas transformações, ao passo que se espera que os professores ensinem a criança, forneçam o currículo, compreendam as políticas e normas institucionais, trabalhem com os pais para ajudá-los a compreender o seu filho e a escola, e promovam práticas inovadoras que se adequem ao cenário social em constante mudança. Essa lista de demandas é exaustiva e, muitas vezes, é difícil quantificar o que um professor precisa fazer ou, até mesmo, apenas descrever o leque de tarefas que um professor necessita realizar.

Entre a nocividade do trabalho desencadeada pela forma como ele está organizado e a forma como cada sujeito reage às condições que lhes são dadas e ou impostas, há todo um campo de fatos e possibilidades a serem investigadas. Por esse motivo, é preciso compreender como tais condições refletem de maneira específica para cada indivíduo, posto que, as relações são múltiplas, variadas e singulares (Silva *et al.*, 2018).

O trabalho desempenha papel proeminente em nossas vidas, pois, ocupa mais tempo que qualquer outra atividade e fornece a base econômica para nossa vida (Koustelios, 2001). Acerca dessa questão, Walton (1973) enfatizou que a importância atribuída ao trabalho se dá pela quantidade de tempo despendida pelo indivíduo para a atividade laboral. Tal fato interfere diretamente na forma como os indivíduos se relacionam com o meio em que vivem.

Os indivíduos, atualmente, estão em busca de mais qualidade de vida, e a satisfação profissional é fundamental para alcançá-la, visto que, as alterações no trabalho estão conectadas com mudanças mais gerais de vida (Moreira, 2003). Nas pesquisas voltadas à Educação, são vários os autores que abordam as dimensões referentes à satisfação no trabalho. Por exemplo, Spector (2002) relacionou a satisfação profissional com a satisfação na vida e elenca três hipóteses sobre as suas influências, sendo elas: a hipótese da contaminação, que afirma que problemas e insatisfação no trabalho podem afetar a satisfação em casa, assim como o seu inverso. A hipótese da compensação, que diz que a insatisfação em uma área da vida seria compensada em outra e a hipótese da segmentação, que traz que a satisfação em uma área não tem relação com a satisfação em outra.

Sobre esse tocante, Kohn e Schooler (1973) pontuaram que a insatisfação com o trabalho está relacionada à alienação e a insatisfação com outras esferas da vida. Assim, a insatisfação em uma área pode ocasionar um desequilíbrio entre o trabalho e as outras áreas da vida (Moreira, 2003). Esses achados vão ao encontro da pesquisa de Folle *et al.* (2009) ao mencionar que a carreira docente é marcada por entraves e conquistas que refletem no ambiente profissional, e em como o docente encontra-se na busca por realização profissional e pessoal.

Destaca-se que o modelo teórico mais utilizado para compreender a qualidade de vida no trabalho foi criado por Walton (1973, 1974), o qual busca compreender a satisfação do trabalhador por meio de oito categorias conceituais: venda de força de trabalho; condições de trabalho; autonomia no trabalho; progressão na carreira; integração no ambiente de trabalho; leis e normas do trabalho; equilíbrio de tempo dedicado ao lazer; e trabalho e a relevância social do trabalho.

Ao avaliar a realidade de professores de Educação Física brasileiros, Both *et al.* (2017) identificou os seguintes aspectos que permeiam a satisfação profissional: remuneração adequada; condições no trabalho; autonomia; progressão na carreira; integração social; leis trabalhistas; autopercepção de relevância do trabalho desempenhado. Para Nascimento *et al.* (2016) a satisfação no trabalho pode ser entendida como resultado de análises individuais referentes aos aspectos profissionais e apresenta alguns fatores decisivos, como: carga de trabalho, salário, organização, chefia, colegas, natureza do trabalho, condições físicas do ambiente laboral e desenvolvimento/crescimento pessoal.

Além disso, Vredenburgh e Sheridan (1979) mencionaram que a satisfação com a vida é uma construção do conceito sobre a satisfação com os domínios específicos, tais como as experiências no trabalho e a família. Essa associação e influência de uma esfera da vida sobre outra está relacionada, também, aos fatores individuais e organizacionais, dentre eles: gênero; raça; idade; estado civil; educação; *status*; padrão socioeconômico; ocupação; nível hierárquico; supervisão; características do trabalho; importância do trabalho; e tamanho da comunidade.

Sobre as problemáticas profissionais que impactam negativamente a vida pessoal dos professores de Educação Física, e, conseqüentemente, a sua percepção de satisfação, destacam-se: o início da carreira docente, as questões curriculares e o *status* da disciplina (Templin *et al.*, 1994; Lynn; Woods, 2010; Córdoba Jimenez, 2015; Casey; Schaefer, 2016; Woods; Lynn, 2014; Favatto; Both, 2023).

Dentro da perspectiva do gênero, pesquisas apontaram que as professoras de Educação Física são menos satisfeitas com a profissão quando comparadas aos homens (Both *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2018; Franciosi; Vieira; Both, 2023). As mulheres apresentam níveis de satisfação no trabalho inferiores aos dos homens, uma vez que seus níveis de conflito trabalho-família são superiores. Ou seja, a interferência do trabalho na esfera familiar influencia de maneira negativa o nível de satisfação no trabalho das docentes (Araújo *et al.*, 2003; Zibetti; Pereira, 2010; Lopes, 2015; Both *et al.*, 2017). Mais uma vez, retomamos a ótica de que, pelo fato da divisão de tarefas não se estabelecer de forma homogênea, mulheres tendem a ter mais conflitos entre a relação trabalho e família, levando a maior insatisfação com o trabalho quando comparadas aos homens (Ergeneli; Ilsev; Karapinar, 2010).

Ponderando esses fatores, Robbins (1999) destacou que sobre a relação entre o estado civil e a satisfação, pesquisas apontaram que funcionários casados são mais satisfeitos com seus trabalhos, provavelmente devido ao fato de o casamento impor mais responsabilidades, tornando o trabalho mais valioso e importante. Além disso, Frazão (2016) ressaltou que o estado civil solteiro, separado ou viúvo

apresenta satisfação inferior, quando comparado a professores casados. Assim, a satisfação com o estado civil está positivamente relacionada com a satisfação com a vida (Vredenburg; Sheridan, 1979).

Em complemento, Farias e Nascimento (2012) apontaram que a satisfação profissional está relacionada às variáveis familiares e pessoais. Dessa forma, influenciam no desenvolvimento da prática pedagógica dos professores de Educação Física, nomeadamente aqueles relacionados à saúde do profissional (Shigunov; Farias; Nascimento, 2002).

1.4 SÍNDROME DE *BURNOUT*

Como um ciclo, ao passo que o docente intensifica sua insatisfação com a profissão, problemas de saúde ocupacional podem surgir. Para Farias *et al.* (2008) a qualidade de vida e a saúde do docente interferem diretamente no processo ensino-aprendizagem e na prática pedagógica. A rotina de trabalho e as pressões específicas da profissão são determinantes na aquisição de doenças relacionadas ao desgaste profissional e estresse.

Nos últimos anos, observa-se com maior intensidade diversos trabalhos em Educação e Educação Física que abordam as causas dos distúrbios generalizados na vida do professor (Moreira, *et al.*, 2008; Valério, Amorim; Moser, 2009; Sinott *et al.*, 2014; Souza; Souto Filho, 2018; Franciosi; Vieira, Both, 2023). A necessidade de tais pesquisas reflete os achados de que a profissão docente, atualmente, representa um risco relativamente alto de *Burnout* comparado a outras profissões (Heus; Diekstra, 1999; Maslach; Schaufeli; Leiter, 2001).

Acerca deste cenário, na Educação Física observa-se a utilização dos termos: “Síndrome de *Burnout*” (Codo, 1999), “mal-estar docente” (Esteve, 1999) e “Síndrome do Esgotamento Profissional” (Santini; Molina Neto, 2005; Santini, 2007). Destaca-se que os sentimentos de desilusão e desencantamento com a profissão são evidenciados e demonstra o quanto esse ofício é vulnerável ao mal-estar docente (Carlotto, Câmara, 2004).

Maslach, Jackson e Leiter (1996) apontaram que a Síndrome de *Burnout* é compreendida como uma síndrome psicológica em resposta a estressores interpessoais crônicos no trabalho delineado em três dimensões: exaustão emocional; despersonalização; e redução de realização pessoal. A exaustão emocional se refere à sensação de sobrecarga emocional, quando a energia e os recursos emocionais se esgotam devido ao contato diário com os problemas. Sobre essa dimensão, Wolpin, Burke e Greenglass (1991) abordaram que é considerada a principal característica do *Burnout*, apresentando relação com a motivação e a satisfação dos professores, além de seu entusiasmo (Kunter *et al.*, 2011).

A dimensão despersonalização se caracteriza pelo desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas perante as demandas de trabalho. Já a dimensão redução de realização pessoal, interfere na capacidade de se relacionar com os

colegas de trabalho e compreender sua organização, fator este que tende a evoluir negativamente na atuação laboral (Maslach; Jackson; Leiter, 1996).

Para Gomes e Quintão (2011) a Síndrome de *Burnout* é caracterizada por problemas laborais de carácter psicossocial causada pelo estresse laboral crônico, nos quais se combinam variáveis de carácter individual, social e organizacional. Entendida como uma síndrome com conotações afetivas negativas que prejudicam os trabalhadores a diferentes níveis: pessoal; social; e laboral. Seu desenvolvimento está ligado a fatores internos, como por exemplo, os valores individuais e traços de personalidade e com fatores externos, ligado às estruturas organizacionais, ocupacionais e grupais. As autoras acrescentam que o *Burnout* é compreendido na atualidade, como um dos problemas laborais de carácter psicossocial mais importante.

O *Burnout* é o mediador entre as condições de trabalho e a satisfação com a vida (Demerouti *et al.*, 2000), assim, quanto maior a exaustão emocional e menor a realização pessoal menor será a satisfação com a vida (Durán *et al.*, 2005). Os estudos de Zellars, Perrewé e Hochwarter, (2000) e Zellars e Perrewé, (2001) apontam que quanto mais elevado é o neuroticismo e a exaustão emocional maior é o nível de despersonalização e menor é a realização pessoal do indivíduo.

Sobre essa temática, Maslach, Jackson e Leiter (1996) destacaram que a Síndrome de *Burnout* manifesta-se na profissão docente devido ao aumento da pressão, pela sociedade, para expandir a função de docente para além do ensino. O ambiente no qual o professor desenvolve as suas atividades didáticas pode ser considerado hostil, na medida em que o expõe a doenças do contexto laboral. A exposição a fatores como violência, pressões de pais, alunos indisciplinados e desinteressados em estudar e higienização do ambiente contribuem para aquisição e a consolidação dessas debilidades (Esteve, 1999; Jesus, 2007).

Para Santos, Bracht e Almeida (2009), fatores como a mudança radical na relação entre professor e aluno, diante da falta de respeito para com o professor, que sofre agressões físicas e verbais, leva à insegurança no trabalho. Além da desresponsabilização da família na educação dos filhos, atribuindo à escola e aos professores responsabilidades educativas que pertencem à esfera familiar são consideradas como causadores do adoecimento no trabalho. Ademais, o fato de o professor lecionar em níveis de ensino inferiores, em escolas públicas, com uma maior distância entre a residência e o estabelecimento de ensino e com uma maior carga horária também parecem predispor os docentes ao desenvolvimento de *Burnout* (David; Quintão, 2012).

Outra questão relevante destacada por Peeters *et al.* (2005) refere-se às diferenças de gênero na relação entre as exigências do trabalho e da família, a interferência trabalho-família e o *Burnout* verificaram que, nas mulheres, a interferência trabalho-família encontra-se mais correlacionada com o *Burnout*, enquanto nos homens são as exigências da família que se encontram mais correlacionadas com o *Burnout*. Além disso, a pesquisa observou que homens e mulheres experienciam o conflito trabalho-família/família-trabalho de formas diferentes.

Pesquisas no campo da Educação Física apontaram que professores do gênero feminino são mais acometidas pela síndrome *burnout* (Valério, Amorim; Moser, 2009; Sinott *et al.*, 2014; Souza; Souto Filho, 2018; Franciosi; Vieira, Both, 2023). Para Esteve (1999); Zibetti; Pereira (2010) e Both *et al.* (2017) a intensa rotina de trabalho do professor associado às tarefas domésticas e familiares tendem a impactar mais as mulheres levando ao adoecimento físico e mental. Ademais, esses problemas são agravados por aspectos profissionais negativos, como baixa remuneração, jornadas exaustivas, demandas que extrapolam o ambiente de trabalho, entre outros.

Tais reflexões tendem a levar à compreensão de que a relação entre vida pessoal e profissional e seus possíveis impactos e conflitos não podem ser considerados apenas na caracterização do trabalho exercido, posto que essas relações são experienciadas de maneiras distintas a depender principalmente de sua constituição familiar e gênero.

2 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao serem apresentados alguns elementos discutidos na literatura consultada sobre a relação entre a vida pessoal e a vida profissional, pode-se observar que ambos estão interligados, sendo a tentativa de pensá-los separadamente extremamente delicada. Além disso, notou-se que fatores como idade biológica, gênero e estado civil são fundamentais para a imersão e discussão acerca desta temática.

Os fatores e acontecimentos da vida pessoal e profissional dos professores podem interferir e influenciar ambas as esferas, sendo essa uma relação compreendida por duas vertentes, a ótica do equilíbrio entre os papéis e a ótica do conflito entre papéis. O conflito pode ser compreendido quando por diversos momentos, questões pessoais interferem em sua atuação laboral, ou quando os problemas advindos do ambiente escolar adentram na vida pessoal e familiar desses professores. Sendo a ótica do conflito mais observada e constante na vida de professores mulheres, devido à rotina no trabalho somada aos afazeres domésticos e à maternidade. Como um ciclo contínuo, esses conflitos são grandes propulsores de insatisfação no trabalho, estresse, cansaço, além da Síndrome de *Burnout*.

Acerca da relação de equilíbrio entre vida pessoal e profissional, a literatura apontou que ela se estabelece quando o tempo dedicado a uma esfera é proporcional à outra. Ademais, a teoria enfatiza que quando uma esfera é positiva ela tende a atuar positivamente nas demais esferas do indivíduo.

Sobretudo, evidenciou-se a escassez de investigações que abordem as questões pessoais que influenciam a carreira docente e as questões profissionais que influenciam a vida pessoal, não somente do campo da Educação Física, mas nas diferentes profissões. Posto que, grande parte das pesquisas apontaram os impactos da vida profissional apenas na ação docente e desconsideraram os efeitos desses impactos sobre a vida pessoal do professor. Nessa perspectiva, sugere-se que as novas investigações busquem aprofundar-se nos papéis exercidos pelo professor,

considerando os fatores como idade, gênero e estado civil, a fim de compreender a relação entre vida profissional e pessoal e os conflitos existentes entre elas.

REFERÊNCIAS

- ADAMS, Gary; KING, Lynda; KING, Daniel. Relationships of job and family involvement, family social support and work-family conflict with job and life satisfaction. **Journal of Applied Psychology**, v. 81, n. 4, p. 411- 420, 1996. DOI: <https://doi.org/10.1037/0021-9010.81.4.411>
- ANDRADE, Claudia. Juggling act: questões relativas às relações trabalho-família no contexto atual. Escola Superior de Educação de Coimbra – Instituto Politécnico, Comunicação e ciências empresariais. **Revista Exedra**, n. 3, p. 135-148, 2010. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3367335>. Acesso em: 30 mar. 2023.
- ANDRADE, Claudia. Trabalho e vida pessoal: exigências, recursos e formas de conciliação. **DEDICA: Revista de Educação e Humanidades**, n. 8, p. 117-130, 2015. DOI: <https://doi.org/10.30827/dreh.v0i8.6913>.
- ANDRADE, Claudia; BOULD, Sally. Child-care burden and intentions to have a second child: effects of perceived justice in the division of child-care. **International Review of Sociology**, v. 22, n. 1, p. 25-38, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1080/03906701.2012.657527>
- ANDRADE, Claudia; FONTAINE, Anne Marie. Construção de uma escala de avaliação de estratégias de conciliação da vida familiar e profissional. **Laboratório de Psicologia**, v. 9, n. 1, p. 35-48, 2011. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/86489/2/88160.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2023.
- ANDRADE, Claudia; MIKULA, Gerold. Work-Family conflict and perceived justice as mediators of outcomes of women's multiple workload. **Marriage & Family Review**, v. 50, n. 3, p. 285-306, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1080/01494929.2013.879551>
- ANDRADE, Maria Claudia P. Work-Life balance: condições de trabalho facilitadoras da integração do papel profissional e familiar. **Revista Exedra**, p. 41-53, 2011. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/235430694>. Acesso em: 30 mar. 2023.
- ARAÚJO, Tânia Maria *et al.* Aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios psíquicos entre trabalhadoras de enfermagem. **Revista de Saúde Pública**, v. 37, n. 4, p. 424-433, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102003000400006>
- ARAÚJO, Clara; SCALON, Celi. **Gênero, família e trabalho no Brasil**. Rio de Janeiro: FGV, 2005.
- AUSTER, Ellen Roles. Professional women's midcareer satisfaction: towards and explanatory framework. **Sex Roles**, v. 44, n. 11, p. 719-50, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1012202431364>
- BAILYN, Lotte; DRAGO, Robert; KOCHAN, Thomas. **Integrating work and family life: a holistic approach**. Cambridge, MA: MIT, 2001. Disponível em: <http://web.mit.edu/workplacecenter/docs/WorkFamily.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2023.
- BALDAIA, Raquel Margarida Garrido Pinto. **Articulação trabalho-família na Auchan Portugal hipermercados**. 2017. 57 f. Dissertação (Mestrado em Gestão de Recursos Humanos) - Universidade de Lisboa, Lisboa, 2017. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.5/14255>. Acesso em: 30 mar. 2023.

BETTI, Irene. Rangel; MIZUKAMI, Maria da Graça Nicoletti. História de vida: trajetória de uma professora de Educação Física. **Motriz**, v. 3, n. 2, p. 108-115, 1997. Disponível em <https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/6568/4787>. Acesso em: 30 mar. 2023.

BINS, Gabriela Nobre *et al.* Docência em Educação Física e maternidades: construindo outras inter-relações. **Movimento**, v. 29, e29006, 2023. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.124530>

BOTH, Jorge *et al.* Physical education teachers' wellbeing and its relation with gender. **Motricidade**, v. 13, n. 4, p. 23-32, 2017. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2730/273054347004.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2023.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Análise fatorial do Malasch Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. **Psicologia em Estudo**, v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004. <http://doi.org/10.1590/S1413-73722004000300018>

CASACA, Sara Falcão. A conciliação trabalho-família como uma dimensão fundamental da qualidade de vida. In: KOVÁCS, Ilona (coord.). **Temas atuais em Sociologia do Trabalho**. Coimbra: Almedina/Fundação Económicas, 2014. p. 355-380.

CASEY, Ashley; SCHAEFER, Lee. A narrative inquiry into the experience of negotiating the dominant stories of Physical Education: living, telling, re-telling and re-living. **Sport Education and Society**, v. 21, n.1, p. 114-130, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1108300>

CHALOFISKY, Neal. An emerging construct for meaningful work. **Human Resource Development International**, v. 6, v. 1, p. 69-83, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1080/1367886022000016785>

CLARK, Sue Campbell. Work/family border theory: a new theory of work/family balance. **Human Relations**, v. 53, n. 6, p. 747-70, 2000. DOI: <https://doi.org/10.1177/0018726700536001>

CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 1999.

CÓRDOBA JIMENEZ, Txema. La aventura de aprender: Relato autobiográfico del viaje a Ítaca de un docente reflexivo. **Retos**, n. 28, p. 285-290, 2015. DOI: <https://doi.org/10.47197/retos.v0i28.35534>

DAVID, Isabel Carmo; QUINTÃO, Sônia. *Burnout* em professores: a sua relação com a personalidade, estratégias de *coping* e satisfação com a vida, **Acta Médica Portuguesa**, v. 25, n. 3, p. 145-155, 2012. DOI: <https://doi.org/10.20344/AMP.24>

DEMEROUTI, Evangelia *et al.* A model of burnout and life satisfaction amongst nurses. **Journal of Advanced Nursing**, v. 32, n. 2, p. 454-464, 2000. DOI: <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2000.01496.x>

DOMINGOS, Liliana. **Conceções e experiências de conciliação entre a vida profissional, familiar e pessoal**: a perspectiva das pessoas que trabalham numa autarquia. 2012. 111f. Dissertação (Mestrado em Serviço Social) - Universidade Católica Portuguesa Centro Regional das Beiras, Portugal, Viseu, 2012. Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/8765/1/8765.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2023.

DURÁN, Auxiliadora *et al.* Engagement y Burnout en el ámbito docente: Análisis de sus relaciones con la satisfacción laboral y vital en una muestra de profesores. **Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones**, v. 21, n. 1-2, p. 145-158, 2005. Disponível em: <https://journals.copmadrid.org/jwop/files/96812.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2023.

ERGENELI, Azize; ILSEV, Arzu; KARAPINAR, Pinar. Work-family conflict and job satisfaction relationship: the roles of gender and interpretive habits. **Gender, Work & Organization**, v. 17, n. 6, p. 679-695, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1468-0432.2009.00487.x>

ESTEVE, José. Manuel. **O mal-estar docente**: a sala de aula e a saúde dos professores. Bauru: EDUSC, 1999.

FARIAS, Gelcemar Oliveira; NASCIMENTO, Juarez Vieira do. Fatores intervenientes na carreira de professores de Educação Física. **Pensar a Prática**, v. 15, n. 2, p. 272550, abr./jun. 2012. DOI: <https://doi.org/10.5216/rpp.v15i2.11142>

FARIAS, Gelcemar Oliveira *et al.* Preocupações pedagógicas de estudantes-estagiários na formação inicial em Educação Física. **Motriz**, v. 14, n. 3, p. 310-319, jul./set. 2008. Disponível em: <https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/2124>. Acesso em: 30 mar. 2023.

FAVATTO, Naline Cristina. **Ciclos de vida dos professores de Educação Física**. 2022. 220 f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Centro de Educação Física e Esporte – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2022. Disponível em: <https://repositorio.uel.br/srv-c0003-s01/api/core/bitstreams/876e69d1-ca98-4b5a-bee9-93828912c869/content>. Acesso em: 30 mar. 2023.

FAVATTO, Naline Cristina; BOTH, Jorge. Satisfacción laboral del profesor de Educación Física al inicio de la carrera docente. **Revista Ciencias de la Actividad Física UCM**, v. 24, n 2, julio-diciembre, 2023. DOI: <https://doi.org/10.29035/rcaf.24.2.2>

FESSLER, Ralph; CHRISTENSEN, Judith. **Teacher career cycle**: understanding and guiding the professional development of teachers. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon, 1992.

FINE-DAVIS, Margret *et al.* **Fathers and mothers**: dilemmas of the work-life balance: a comparative study in four European countries. Dordrecht: Springer, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1007/1-4020-2538-6>

FOLLE, Alexandra *et al.* Construção da carreira docente em Educação Física: escolhas, trajetórias e perspectivas. **Movimento**, v. 15, n. 1, p. 25-49, jan./mar. 2009. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.3014>

FRANCIOSI, Ana Paula; VIEIRA, Suelen Vicente; BOTH, Jorge. Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes de Educación Física de educación básica. **Revista Ciencias de la Actividad Física UCM**, v. 24, n 1, jan-jun, 2023. DOI: <https://doi.org/10.29035/rcaf.24.1.2>

FRAZÃO, Edjane Borges. **Índice de satisfação no trabalho e sua relação com o clima organizacional entre servidores de uma instituição pública federal**. 2016, 80f. Dissertação (Mestrado profissional em gestão organizacional) - Universidade Federal de Goiás, Regional Catalão, 2016. Disponível em: http://ppggo.sistemasph.com.br/images/documentos/dissertacoes/2014/EDJANE_BORGES_FRAZAO.pdf. Acesso em: 30 mar. 2023.

FRONE, Michael; YARDLEY, John; MARKEL, Karen. Developing and testing on integrative model of the work-family interface. **Journal of Vocational Behavior**, v. 50, n. 2, p. 145-67, 1997. DOI: <https://doi.org/10.1006/jvbe.1996.1577>

GOMES, Ana Paula Rodrigues; QUINTÃO, Sônia dos Reis. Burnout, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. **Análise Psicológica**, v. 29, n. 2, p. 335-344, 2011. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312011000200010. Acesso em: 30 mar. 2023.

GRADY, Geraldine; MCCARTHY, Alma M. Work-life integration: experiences of mid-career professional working mothers. **Journal of Managerial Psychology**, v. 23, n. 5, p. 599-622, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1108/02683940810884559>

GREENHAUS, Jeffrey; BEUTELL, Nicholas. Sources of conflict between work and family roles. **Academy of Management Review**, v. 10, n. 1, p. 76-88, 1985. DOI: <https://doi.org/10.2307/258214>

GREENHAUS, Jeffrey; PARASURAMAN, Saroj; COLLINS, Karen. Career involvement and family involvement as moderators of relationships between work-family conflict and withdrawal from a profession. **Journal of Occupational Health Psychology**, v. 6, n. 2, p. 91-100, 2001. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1076-8998.6.2.91>

GREENHAUS, Jeffrey; POWELL, Gary. When work and family collide: deciding between competing role demands. **Organizational Behavior and Human Decision Processes**, v. 90, n. 2, p. 291-303, 2003. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0749-5978\(02\)00519-8](https://doi.org/10.1016/S0749-5978(02)00519-8)

GRZYWACZ, Joseph. Work-family spillover and health during midlife: is managing conflict everything? **American Journal of Health Promotion**, v. 14, n. 4, p. 236-43, 2000. DOI: <https://doi.org/10.4278/0890-1171-14.4.236>

GUERRA, Ana Bárbara Barroso Carreira. **Gênero e conciliação do trabalho e vida familiar**: um estudo em enfermeiros gestores. 2016. 152 f. Dissertação (Mestrado em gestão e economia da saúde) - Universidade de Coimbra, Coimbra, 2016. https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/32407/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20_B%C3%A1rbara%20Guerra.pdf. Acesso em: 30 mar. 2023.

GUERREIRO, Maria Dores; CARVALHO, Helena. O stress na relação trabalho-família: uma análise comparativa. In: WALL, Karin; AMÂNCIO, Lúcia (ed.). **Família e género em Portugal e na Europa**. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 2007. v. 7, p. 129-179.

HEUS, Peter; DIEKSTRA, René. Do you teachers burnout more easily? a comparison of teachers with other social professions on work stress and burnout symptoms. In: VANDERBERGUE, Roland; HUBERMAN, A. Michel (ed.). **Understanding and preventing teacher burnout**: a source book of international practice and research. Cambridge: Cambridge University Press, 1999. p. 269-284. DOI: <https://doi.org/10.1017/CBO9780511527784.019>

HILL, E. Jeffrey. Work-family facilitation and conflict, working fathers and mothers, work-family stressors and support. **Journal of Family Issues**, v. 26, n. 6, p. 793-819, 2005. DOI: <http://doi.org/10.1177/0192513X05277542>

JESUS, Saul Neves. **Professores sem stress**: realização e bem-estar docente. Porto Alegre: Mediação, 2007.

KIRCHMEYER, Catherine. Perceptions of nonwork-to-work spillover: challenging the common view of conflict-ridden domain relationships. **Basic and Applied Social Psychology**, v. 13, n. 2, p. 231-249, 1992. DOI: https://doi.org/10.1207/s15324834basp1302_7

KOHN, Melvin; SCHOOLER, Carmi. Occupational experience and psychology functioning. An assessment of reciprocal effects. **American Sociological Review**, v. 38, n. 1, p. 97-118, 1973. DOI: <https://doi.org/10.2307/2094334>

KOSSEK, Ellen Ernst; OZEKI, Cynthia. Work-family conflict, policies, and the job-life satisfaction relationship: a review and directions for organizational behavior-human resources research. **Journal of Applied Psychology**, v. 83, n. 2, p. 139-149, 1998. DOI: <https://doi.org/10.1037/0021-9010.83.2.139>

KOUSTELIOS, Athanasios. Personal characteristics job satisfaction of Greek teacher. **The International Journal of Education Management**, v. 15, n. 7, p. 354-358, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1108/EUM0000000005931>

KUNTER, Mareike *et al.* Teacher enthusiasm: dimensionality and context specificity. **Contemporary Educational Psychology**, v. 36, n. 4, p. 289- 301, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2011.07.001>

LOPES, André Francisco Moura. **A satisfação no trabalho e o conflito trabalho-família: o papel moderador da variável género**. 2015. 38 f. Dissertação (Mestrado integrado em Psicologia) – Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2015. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10451/20760>. Acesso em: 30 mar. 2023.

LYNN, Susan; WOODS, Amelia Mays. Following the yellow brick road: a teacher's journey along the proverbial career path. **Journal of Teaching in Physical Education**, v. 29, n. 1, p. 54-71, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.29.1.54>

MARCINKUS, Wendy; HAMILTON, Elizabeth. A. Women at a crossroads: identity, influences and choices. **Academy of Management Proceedings**, G1-G6, 2006. DOI: <https://doi.org/10.5465/ambpp.2006.22898281>

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan; LEITER, Michael. **The Maslach burnout inventory: test manual**. 3. ed. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, 1996.

MASLACH, Christina; SCHAUFELI, Wilmar; LEITER, Michael. Job burnout. **Annual Review of Psychology**, v. 52, p. 397-422, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>

MATIAS, Marisa; ANDRADE, Claudio; FONTAINE, Anne Marie. Diferenças de género no conflito trabalho-família: um estudo com famílias portuguesas de duplo emprego com filhos em idade pré-escolar. **Psicologia**, v. 25, n. 1, p. 9-32, 2011. DOI: <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v25i1.277>

MONTEIRO, Rosa; DOMINGOS, Liliana. O sentido do direito à conciliação vida profissional, familiar e pessoal numa autarquia. **Sociologia, Problemas e Práticas**, n. 73, p. 59-77, 2013. DOI: <https://doi.org/10.7458/SPP2013732807>

MOREIRA, Aline Duarte. **Satisfação no trabalho: implicações na vida pessoal**. 2003. 60 f. Monografia (Graduação em Psicologia) - Centro Universitário de Brasília. Brasília/DF, Junho de 2003.

MOREIRA, Hudson *et al.* Síndrome de burnout em professores de Educação Física: um estudo de casos. **Revista Digital**, v. 13, n. 123, ago. 2008. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd123/sindrome-de-burnout-em-professores-de-educacao-fisica.htm>. Acesso em: 18 out. 2022.

NASCIMENTO, Raquel Krapp *et al.* Satisfação no trabalho dos professores de educação física da rede municipal de ensino de São José-SC. **Journal of Physical Education**, v. 27, n. 1, 2016. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/30109>. Acesso em: 30 mar. 2023.

NEAR, Janet; RICE, Robert; HUNT, Raimond. The relationship between work and nonwork domains: a review of empirical research. **Academy of Management Review**, v. 5, n. 3, p. 415-429, 1980. DOI: <https://doi.org/10.5465/amr.1980.4288868>

PARASURAMAN, Saroj; GREENHAUS, Jeffrey. Toward reducing some critical gaps in work-family research. **Human Resource Management Review**, v. 12, n. 3, p. 299-312, 2002. DOI: [https://doi.org/10.1016/S1053-4822\(02\)00062-1](https://doi.org/10.1016/S1053-4822(02)00062-1)

PEETERS, Maria *et al.* Balancing work and home: how job and home demands are related to burnout. **International Journal of Stress Management**, v. 12, n. 1, p. 43-61, 2005. DOI: <https://doi.org/10.1037/1072-5245.12.1.43>

PERISTA, Heloisa *et al.* A igualdade de género no quadro da responsabilidade social – o projecto EQUAL: diálogo social e igualdade nas empresas. **ex-æquo**, v. 18, p. 103-120, 2008. Disponível em: <https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/13526/1/A%20igualdade%20de%20g%c3%a9nero%20no%20quadro%20da%20responsabilidade%20social.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2023.

RAPOPORT, Rhona; RAPOPORT, Robert. The dual-career family: a variant pattern and social change. **Human Relations**, n. 22, n. 1, p. 3–30, 1969. DOI: <https://doi.org/10.1177/001872676902200101>

ROBBINS, Stephen. **Comportamento Organizacional**. Rio de Janeiro: LTC, 1999.

SANTINI, Joarez. Síndrome do esgotamento profissional revisão bibliográfica. **Movimento**, v. 10, n. 1, p. 183–209, 2007. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2832>

SANTINI, Joarez; MOLINA NETO, Vicente. A síndrome do esgotamento profissional em professores de Educação Física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 19, n. 3, p. 209- 222, jul./set. 2005. Disponível em: <https://revistas.usp.br/rbefe/article/view/16596>. Acesso em: 30 mar. 2023.

SANTOS, Gina Gaio. Género, carreiras e a relação entre o trabalho e a família: uma perspectiva de gestão. **e-cadernos ces**, 2008. DOI: <https://doi.org/10.4000/eces.118>.

SANTOS, Gina Gaio. “Gestão, trabalho e relações sociais de género” *In*: FERREIRA, Virgínia (org.). **A igualdade de mulheres e homens no trabalho e no emprego em Portugal**: políticas e circunstâncias. Lisboa: Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego, 2010. p. 99-138.

SANTOS, Núbia Zorzanelli; BRACHT, Valter; ALMEIDA, Felipe Quintão. Vida de professores de Educação Física: o pessoal e o profissional no exercício da docência. **Movimento**, v. 15, n. 2, p. 141-165, 2009. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.3067>

SANTOS, Joana Vieira; GONÇALVES, Gabriela. Contribuição para a adaptação portuguesa das escalas de conflito trabalho-família e conflito família-trabalho. **Revista Electrónica de Psicología, Educação e Saúde**, ano 3, v. 2, p. 14-30, 2013/2014. Disponível em: <https://artigos.revistaepsi.com/2013/Ano3-Volume2-Artigo2.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2023.

SHIGUNOV, Viktor; FARIAS, Gelcemar Oliveira; NASCIMENTO, Juarez Vieira. O percurso profissional dos professores de Educação Física nas escolas. *In*: SHIGUNOV, Viktor; SHIGUNOV NETO, Alexandre (org.). **Educação Física**: conhecimento teórico x prática pedagógica. Porto Alegre: Mediação, 2002. p.103-152.

SILVA, Isabel; ANDRADE, Claudia. Medidas de conciliação da vida profissional e familiar: estudo de caso numa instituição de ensino superior. **DEDICA: Revista de Educação e Humanidades**, v.10, p.175-195, mar. 2016. DOI: <https://doi.org/10.30827/dreh.v0i10.6858>.

SILVA, Luana Jaqueline *et al.* Carreira docente em Educação Física: história de vida de uma professora emérita. **Movimento**, v. 24, n.1, p. 199-214, jan./mar. 2018. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.66937>

SIKES, Patricia. The life cycle of the teacher. *In*: BALL, Stephen J.; GOODSON, Ivor F. (org.). **Teachers’ lives and careers**. London: The Falmer Press, 1985. p. 27-62

SINOTT, Edilene Cunha *et al.* Síndrome de burnout: um estudo com professores de Educação Física. **Movimento**, v. 20, n. 2, p. 519-539, abr./jun. de 2014. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.43226>.

SOUZA, Stanley Anderson Gomes; SOUTO FILHO, José Morais. Síndrome de burnout: um alerta para professores de Educação Física escolar no Brasil. **Vivências**, v. 14, n. 26, p. 324-331, Maio/2018. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/353016081_SINDROME_DE_BURNOUT_UM_ALERTA_PARA_PROFESSORES_DE_EDUCACAO_FISICA_ESCOLAR_NO_BRASIL_Burnout_syndrome_an_alert_for_teachers_of_school_physical_education_in_Brazil. Acesso em: 30 mar. 2023.

SPECTOR, Paul. **Psicologia nas organizações**. São Paulo: Saraiva, 2002.

SUPER, Donald. A life-span, life-space approach to career development. **Journal of Vocational Behavior**, v.16, n. 3, p. 282-298. 1980. DOI: [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(80\)90056-1](https://doi.org/10.1016/0001-8791(80)90056-1)

TAN, Aik-Ling; CHANG, Chew-Hung; TENG, Paul. Tensions and dilemmas in teacher professional development. **Procedia - Social and Behavioral Sciences**, v. 174, p. 1583-1591, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.808>.

TEMPLIN, Thomas J. *et al.* Matching the self: the paradoxical case and life history of a late career teacher/coach. **Journal of Teaching in Physical Education**, v. 13, p. 274-294, 1994. Disponível em: <https://journals.humankinetics.com/view/journals/jtpe/13/3/article-p274.xml>. Acesso em: 30 mar. 2023.

VALÉRIO, Fhairus Julielen; AMORIM, Cloves; MOSER, Ana Maria. A síndrome de burnout em professores de Educação Física. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 1, n. 1, p. 127-136, 2009. Disponível em: <https://seer.atitus.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/17/17>. Acesso em: 30 mar. 2023.

VOYDANOFF, Patricia. Linkages between the work family interface and work, family and individual outcomes: an integrative model. **Journal of Family Issues**, v. 23, n. 1, p. 138-164, 2002. DOI: <https://doi.org/10.1177/0192513X02023001007>.

VREDENBURGH, Donald; SHERIDAN, John. Individual and occupational determinants of life satisfaction and alienation. **Human Relations**, v. 32, n. 12, p. 1023-1038, 1979. DOI: <https://doi.org/10.1177/001872677903201203>

WALTON, Richard. E. Quality of working life: what is it? **Sloan Management Review**, v. 15, p. 11-21, 1973.

WOLPIN, Jacob; BURKE, Ronald. J; GREENGLASS, Esther R. Is job satisfaction an antecedent or a consequence of psychological burnout? **Human Relations**, v. 44, n. 2, p. 193-209, 1991. DOI: <http://doi.org/10.1177/001872679104400205>

WOODS, Amelia Mays. LYNN, Susan. One Physical Educator's career cycle: strong start, great run, approaching finish. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, v. 85, n.1, p. 68-80, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1080/02701367.2013.872218>.

ZELLARS, Kelly; PERREWÉ, Pamela. Affective personality and the content of emotional social support: coping in organizations. **Journal of Applied Social Psychology**, v. 86, n. 3, p. 459-467, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.459>

ZELLARS, Kelly; PERREWÉ, Pamela; HOCHWARTER, Wayne. Burnout in health care: the role of the five factors of personality. **Journal of Applied Social Psychology**, v. 30, n. 8, p. 1570-1598, 2000. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2000.tb02456.x>

ZIBETTI, Marli Lúcia Tornato; PEREIRA, Sidnéia Ribeiro. Mulheres e professoras: repercussões da dupla jornada nas condições de vida e no trabalho docente.

Educar em Revista, n. esp. 2, p. 259-276, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-40602010000500016>

Abstract: This essay reflects on the close relationship between the personal and professional lives of Physical Education teachers, considering the influences between the personal and professional spheres. It discusses the tensions arising from the work environment and the personal and family issues that interfere with the teaching career. From the textual search in national and international journals, two aspects were verified, both treating the professions in a broad sense, one based on the balance between the spheres and the other on the conflict. The lack of studies on the subject indicates the need and importance of considering both positive and negative factors, as well as the influences on the careers of Physical Education teachers. In this context, further investigations are essential, especially to deepen the relationship between work and personal life of Physical Education teachers.

Keywords: Teaching Career. Physical education. Personal life. Professional life.

Resumen: Este ensayo reflexiona sobre la estrecha relación entre la vida personal y profesional de los profesores de Educación Física, considerando las influencias entre el ámbito personal y profesional. El texto busca discutir las tensiones derivadas del ambiente de trabajo y las cuestiones personales y familiares que interfieren en la carrera docente. A partir de la búsqueda textual en revistas nacionales e internacionales, se constataron dos aspectos, que tratan las profesiones de manera amplia, uno basado en el equilibrio entre las esferas y otro en el conflicto. La falta de estudios sobre el tema indica la necesidad e importancia de considerar estos factores positivos y negativos, así como las influencias en la carrera del profesor de Educación Física. Ante esto, la continuidad de las investigaciones se vuelve primordial, especialmente para profundizar la relación entre el trabajo y la vida personal de los profesores de Educación Física.

Palabras clave: Carrera Docente. Educación Física. Vida Personal. Vida Profesional.

LICENÇA DE USO

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0), que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o trabalho original seja corretamente citado. Mais informações em: <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declararam que não existe nenhum conflito de interesses neste trabalho.

CONTRIBUIÇÕES AUTORAIS

Naline Cristina Favatto: Conceituação, escrita e revisão.

Jorge Both: Revisão e validação.

FINANCIAMENTO

O presente trabalho foi realizado sem o apoio de fontes financiadoras.

DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

Os dados de pesquisa só estão disponíveis mediante solicitação.

ÉTICA DE PESQUISA

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética de Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual de Londrina. Parecer nº 3.734.967.

COMO REFERENCIAR

FAVATTO, Naline Cristina; BOTH, Jorge. Interferência e conciliação entre as esferas pessoais e profissionais na carreira docente em Educação Física. **Movimento**, v. 31, p. e31036, jan./dez. 2025. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.131494>

RESPONSABILIDADE EDITORIAL

 Alex Branco Fraga*

 Elisandro Schultz Wittizorecki*

 Mauro Myskiw*

 Raquel da Silveira*

* Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança, Porto Alegre, RS, Brasil.