

VIIENJIE-58519 – HUMANIZAÇÃO E FORMAÇÃO DE PROFESSORES/AS: CONTRIBUTOS DE UMA COMUNIDADE DE PRÁTICA BASEADA EM MINDFULNESS – UM ESTUDO EXPLORATÓRIO.

Autores/as

Filipa Soares – inED/FPCEUP (filipa.moraisoares@gmail.com)

Amélia Lopes – Centro de Investigação e Intervenção Educativas (CIIE) da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (amelia@fpce.up.pt)

Carla Serrão – inED/ESE-IPP (carlaserrao@ese.ipp.pt)

Elisabete Ferreira – Centro de Investigação e Intervenção Educativas (CIIE) da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (elisabete@fpce.up.pt)

Resumo

A humanização da formação de professores/as é uma forma de resistir às tendências instrumentais do neoliberalismo, dando destaque às dimensões pessoais da profissão docente (Lopes, 2001; Meijer et al., 2009; Palmer, 2007). Reconhecendo a necessidade de os professores/as se tornarem autores da sua profissão e cidadãos nas suas práticas, pretende-se explorar formas de desenvolver uma práxis para a humanização na sua formação. A integração de abordagens baseadas em *mindfulness* na formação de professores é um campo recente e com crescente interesse na investigação e intervenção educativa. Resultados de revisões sistemáticas e meta-análises (e.g., Klingbeil & Renshaw, 2018) apontam para efeitos moderados ao nível da redução de sintomas psicológicos (stress, ansiedade e depressão) e para o desenvolvimento de competências socio-emocionais relevantes na profissão. Este estudo exploratório tem como objetivo conhecer os contributos de uma comunidade de prática reflexiva baseada em *mindfulness* na formação e desenvolvimento profissional de professores/as. Trata-se de uma investigação-ação co-operativa (Reason, 1994) com professores do ensino básico e secundário. Numa primeira fase o grupo participou num programa de *mindfulness* de 8 semanas. Numa segunda fase, as pessoas interessadas integraram uma comunidade de prática reflexiva baseada em *mindfulness*. Como métodos de recolha de dados utilizou-se a auto-narrativa da investigadora, relatos reflexivos dos participantes, grupos de discussão focalizada e a gravação das sessões de comunidade de prática. Adicionalmente, utilizaram-se escalas psicológicas (stress, ansiedade, depressão, *mindfulness*, compaixão e descentração) em formato de pré/pos-teste. O grupo contou inicialmente com 17 participantes, dos quais sete continuaram em comunidade de prática. Utilizou-se uma abordagem narrativa para a análise dos dados. Os resultados preliminares apontam para transformações a nível pessoal (auto-conhecimento, auto-cuidado e bem-estar psicológico), relacional (menor reatividade e maior presença) e profissional (rotinas de sala de aula, competências de reflexividade). A resistência interna a estas abordagens é um aspeto importante para investigações futuras.

Palavras-chave

Humanização, formação de professores/as, *mindfulness*, investigação-ação