



UEPB

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I**

**CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL**

ROZANA DE SOUZA BRAZ

**SAÚDE MENTAL E TRABALHO DOCENTE: RELATO DE EXPERIÊNCIA JUNTO
A PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO DE UM MUNICÍPIO DO AGRESTE
PARAIBANO**

**CAMPINA GRANDE – PB
2020**

ROZANA DE SOUZA BRAZ

**SAÚDE MENTAL E TRABALHO DOCENTE: RELATO DE EXPERIÊNCIA JUNTO
A PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO DE UM MUNICÍPIO DO AGRESTE
PARAIBANO**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado a Coordenação do Curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Saúde Mental.

Área de concentração: Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

Orientadora: Profa. Dra. Laércia Maria Bertulino de Medeiros.

**CAMPINA GRANDE – PB
2020**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

B827s Braz, Rozana de Souza.

Saúde mental e trabalho docente [manuscrito] : relato de experiência junto a profissionais de educação de um município do Agreste Paraibano / Rozana de Souza Braz. - 2020.

17 p.

Digitado.

Monografia (Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial) - Universidade Estadual da Paraíba, Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa , 2020.

"Orientação : Profa. Dra. Laércia Maria Bertulino de Medeiros , Departamento de Psicologia - CCBS."

1. Professores. 2. Ensino fundamental. 3. Saúde mental. I.

Título

21. ed. CDD 362.2

ROZANA DE SOUZA BRAZ


SAÚDE MENTAL E TRABALHO DOCENTE: RELATO DE EXPERIÊNCIA JUNTO A
PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO DE UM MUNICÍPIO DO AGRESTE PARAIBANO

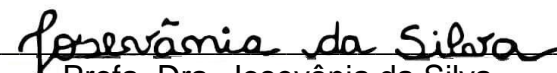
Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado a Coordenação do Curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Saúde Mental.

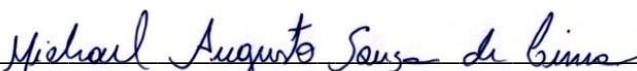
Área de concentração: Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

Aprovada em: 26/11/2020.

BANCA EXAMINADORA


Prof.ª. Dra. Laércia Maria Bertulino de Medeiros (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof.ª. Dra. Josevânia da Silva
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)
(Membro Interno)


Prof. Dr. Michael Augusto Souza de Lima
Universidade Federal da Paraíba (UFPB)
(Membro Externo)

“O segredo da saúde mental e corporal está em não se lamentar pelo passado, não se preocupar com o futuro, nem se adiantar aos problemas, mas viver sábia e seriamente o presente” (BUDA).

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	6
2	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	7
2.1	Relação Saúde Mental e Profissão Docente.....	7
2.2	Relato de Experiência.....	9
2.3	Ações Interventivas com os Professores.....	10
3	MÉTODO.....	10
3.1	Tipo de Pesquisa.....	10
3.2	A Abordagem.....	11
3.3	Participantes.....	11
3.4	Critérios de Inclusão e Exclusão.....	11
3.5	Procedimentos Éticos da Pesquisa.....	11
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	12
4.1	Desenvolvimento das Ações.....	12
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	13
	REFERÊNCIAS.....	14

SAÚDE MENTAL E TRABALHO DOCENTE: RELATO DE EXPERIÊNCIA JUNTO A PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO DE UM MUNICÍPIO DO AGRESTE PARAIBANO

MENTAL HEALTH AND TEACHING WORK: REPORT OF EXPERIENCE WITH EDUCATION PROFESSIONALS IN A CITY OF AGRESTE PARAIBANO

Rozana de Souza Braz*

RESUMO

A saúde do professor é um tema que adquire crescente relevância científica, pois tal profissão é considerada como uma das mais estressantes. O presente artigo objetivou ofertar suporte ao professor diante de desafios, conflitos internos, e adoecimentos que careciam do auxílio de um profissional especializado. Para tanto, teve-se como participantes um grupo de professores do Ensino Fundamental que apresentavam sintomas durante sua atividade laboral. Foi feita uma revisão de algumas produções científicas nacionais publicadas, com vista a identificar principais sintomas e/ou adoecimentos psíquicos entre professores brasileiros. Recorreu-se às bases LILACS, SciELO, Index Psicologia. A pesquisa se caracterizou como qualitativa, e o método de procedimento foi descritivo e pesquisa-ação, de uma experiência durante o ano de 2019. Como resultados constatou-se que o principal adoecimento percebido durante as ações foram o estresse, a ansiedade e a depressão. Considera-se que esses resultados direcionem novas pesquisas e estimulem o planejamento de intervenções eficazes voltadas para a saúde mental de professores.

Palavras-Chave: Professores. Ensino fundamental. Saúde mental.

ABSTRACT

Teacher's health is a topic that acquires increasing scientific relevance, as this profession is considered to be one of the most stressful. This article aimed to offer support to the teacher in the face of challenges, internal conflicts, and illnesses that needed the help of a specialized professional. To this end, participants were a group of elementary school teachers who had symptoms during their work activity. A review of some published national scientific productions was carried out in order to identify the main symptoms and / or psychological illnesses among Brazilian teachers. The databases LILACS, SciELO, Index Psicologia were used. The research was characterized as qualitative, and the procedure method was descriptive and action research, from an experience during 2019. As a result it was found that the main illness perceived during the actions were stress, anxiety and depression. These results are considered to drive new research and encourage the planning of effective interventions aimed at teachers' mental health.

Keywords: Teachers. Elementary School. Mental health.

* Aluna do curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba – Campus I. E-mail: rozanabraz13@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

O trabalho é um direito fundamental na vida de homens e mulheres, razão que pode auxiliar na melhoria da saúde, da cultura e do bem-estar. Contudo, esta ferramenta de prosperidade também pode se transformar num fator prejudicial à saúde. O final do século XX foi marcado por várias pesquisas sobre o trabalho docente no Brasil, que alicerçaram as mudanças políticas, sociais e culturais para o movimento de transição democrática, onde os profissionais da educação empreenderam grandes esforços para construção de uma escola que também refletisse o modelo inovador, com políticas públicas que respeitassem a classe docente e que contemplassem as reais necessidades, inclusive reflexões que envolviam a promoção do bem-estar docente (BARROS; GRADELA, 2017).

A profissão docente é considerada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma das mais estressantes, pois ensinar se tornou uma atividade desgastante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional (REIS *et al.*, 2006). Desgastes osteomusculares e transtornos mentais, como apatia, estresse, desesperança e desânimo, são formas de adoecimento que têm sido identificadas em professores (BARROS *et al.*, 2007).

Nesse sentido, independentemente do nível de ensino e instituição (pública ou privada) em que atue, aponta-se que repercussões negativas na saúde do professor podem ser causadas pelo intenso envolvimento emocional com os problemas dos alunos, a desvalorização social do trabalho, a falta de motivação para o trabalho, a exigência de qualificação do desempenho, as relações interpessoais insatisfatórias, as classes numerosas, a inexistência de tempo para descanso e lazer e a extensiva jornada de trabalho (NEVES; SILVA, 2006). Em conjunto, esses fatores se constituem como fontes de estresse (CARLOTTO, 2012) associadas à organização do trabalho, ao seu conteúdo, à realização da tarefa e ao seu entorno (GIL-MONTE, 2005).

Oliveira *et al.* (2002) mencionam que as mudanças ocorridas na organização do trabalho do professor, decorrentes das reformas educacionais implantadas nas décadas de 1980 e 1990, afetaram significativamente a profissão, uma vez que “trouxeram novas exigências profissionais sem a necessária adequação das condições de trabalho” (p.56). Portanto, o trabalho docente é um campo de estudo que deve ser explorado devido às amplas e profundas mudanças da escola e da educação, que sofrem o impacto das transformações que ocorrem na sociedade e no mundo do trabalho (HYPOLITO; GRISHCKE, 2013).

Conforme Oliveira (1997, *apud* ARAÚJO; PINHO; MASSON, 2019), entre as reformas educacionais iniciadas nos anos 1990, no Brasil, está a descentralização administrativa, financeira e pedagógica e a flexibilidade na organização e funcionamento das escolas, o que trouxe maior autonomia à gestão das unidades escolares. Essa autonomia desempenha um benefício para os professores, que passam a adquirir maior liberdade para organizar o seu trabalho. Por outro lado, leva à ampliação de funções e maior responsabilização pelo sucesso educacional. Oliveira; Vieira e Augusto (2014) complementam que tais mudanças também transferem maior poder aos alunos e seus pais, de modo que o paradoxo desse modelo regulatório é que, ao mesmo tempo em que cresce a autonomia dos docentes, também aumenta o controle sobre eles.

O aumento do controle interno da atividade merece destaque, especialmente controle do tempo/tarefa, implantado por uma agenda rígida de prazos, datas, atividades a cumprir, em tempos cada vez mais escassos. A reflexão sobre o fazer é

substituída pela urgência dos prazos e cumprimento da agenda, promovendo-se a substituição da lógica de conhecimento pela lógica das competências. Ao finalizar uma demanda, outra já se impõe, predominando o tempo sem tempo (para a acomodação ou reflexão). Exigências de elevados níveis de aprovação, a despeito dos processos concretos de aprendizagem, pressionam o docente, empurrando-o na direção da escassez crescente de tempo, maior padronização de condutas, e obtenção de resultados quantitativos, monitorados por indicadores de aprovação.

Para Esteves (1999) esse conjunto de características do trabalho foi descrito como “mal-estar docente”: um fenômeno social cujas características envolvem a desvalorização, associada ao contínuo incremento de exigências profissionais, violência e indisciplina, que produzem, por sua vez, uma crise de identidade: o (a) professor (a) questiona-se sobre a sua escolha profissional e o sentido da sua profissão. Como impactos dessas condições emergem esgotamento, fadiga, sofrimento e desencantamento.

Com base nessa formulação, este estudo considerou as seguintes etapas: delimitação do tema a ser investigado, levantamento preliminar da literatura, definição da questão de pesquisa, seleção das fontes bibliográficas e organização do artigo. Por se tratar de uma pesquisa qualitativa procuramos abranger o tema a partir de tópicos temáticos, quais sejam: a) narrativa de experiência pessoal; b) ações interventivas com os professores.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Relação Saúde Mental e Profissão Docente

O tema saúde mental e magistério tem ganhado espaço na literatura científica de forma cada vez mais constante. O processo de trabalho docente realiza-se, primordialmente, nas relações humanas e sociais, acarretando a produção de subjetividades e afetividades como características essenciais do seu trabalho. Professores estão sujeitos, o tempo todo, vivenciando problemas como conflitos interpessoais no trabalho, o que pode suscitar em conflito intrapessoal.

Várias pesquisas demonstram que o magistério está entre as profissões que mais contribuem para o adoecimento, dentre elas, podemos citar a matéria “Fatores que facilitam e dificultam a aprendizagem”, veiculada na Revista Educação Pública, demonstrando que a classe “professor (a)” é uma das profissões mais sobrecarregada de tarefas que vão para além da sala de aula (GOMES, 2018). Em artigo intitulado “Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura”, Diehl e Marin (2016) dissertam que a saúde do professor é um tema que adquire crescente relevância científica, pois tal profissão é considerada como uma das mais estressantes. Nesse sentido, há vários aspectos que contribuem para o adoecimento desse profissional, como por exemplo: empobrecimento profissional, estresse, transtornos mentais, adoecimento osteomuscular, síndromes depressivas, distúrbios no sono, síndrome de *Burnout*¹, dentre outros.

Bertonceli e Martins (2016) apresentam resultados de estudos os quais destacam a baixa remuneração e a pauperização do trabalho como características

¹ A síndrome de *burnout* é definido, pela OMS (Organização Mundial de Saúde) como um processo iniciado com excessivos e prolongados níveis de estresse e tensão no trabalho. As características do processo de trabalho associadas às características das pessoas propiciam o aparecimento dos fatores multidimensionais da síndrome, sendo elas: exaustão emocional, distanciamento afetivo (despersonalização) e baixa realização profissional.

marcantes do trabalho na educação. Também destacam que a pauperização profissional significa pauperização da vida pessoal nas suas relações entre vida e trabalho, sobretudo, no que tange ao acesso a bens culturais.

Outro dado que os autores apresentam é que o Brasil está entre os países com pior remuneração docente, principalmente quando o professor atua nos primeiros anos de escolarização.

Moreira e Rodrigues (2018, p. 240) dizem que: “A partir da combinação desses fatores a escola tornou-se um ambiente provocador de tensão, estresse e sofrimento [...]”. Como consequência, os profissionais professores sentem-se cada vez menos estimulados pelo trabalho, criando um círculo vicioso de sofrimento, adoecimento e afastamento. Rossi (2010, *apud* Moreira e Rodrigues, 2018, p. 240) destaca que: “[...] As manifestações de sofrimento surgem mediante vivências de sentimentos de tédio, insatisfação, indignidade, inutilidade, desvalorização e desgaste no trabalho”.

Para Moreira e Rodrigues (2018) os cenários que se apresentam em classificações mundiais, relativos a saúde mental e trabalho docente, diz dentre outras que “[...] os problemas dessa categoria profissional não se resumem aos aspectos econômicos e de desempenho educacional do país [...]” (MOREIRA; RODRIGUES, 2018, p. 237). Corroborando com essa questão, Costa e Santos (2007) afirmam que o trabalho em educação possui características peculiares, que geram estresse e alterações no comportamento dos profissionais envolvidos.

Abreu; Coelho e Ribeiro (2016), por meio de dados coletados em entrevistas concluíram que há impactos negativos na prática docente sobre a saúde dos profissionais, principalmente impactos psicológicos. Entre as causas mais relevantes apontadas no estudo está o elevado grau de comprometimento e exigência pessoal, que afetam o trabalho cotidiano.

Os impactos do trabalho na saúde do professor também têm revelado que o uso de medicamentos é bastante usual com prevalência em analgésicos e antidepressivos. Para Vieira *et al.* (2010 p. 318), medicamentação é “[...] a relação entre a adequação das professoras às situações conflituosas do seu ofício e as tentativas de atenuar os efeitos prejudiciais dessas condições sobre sua saúde [...]”.

Marques; Martins e Cruz Sobrinho (2011), trazem em seu estudo que é importante que o trabalhador perceba contextualmente o trabalho e suas implicações para a saúde, para que possa construir estratégias de enfrentamento, de forma a prevenir processos de sofrimento e adoecimento. Assim sendo, ao discutir saúde do trabalhador deve-se considerar o indivíduo como sujeito de suas ações, agente de sua própria saúde, ativo nas relações com o trabalho e com suas escolhas. Isso não significa atribuir unicamente ao indivíduo a responsabilidade pelo processo de saúde-doença, mas colocá-lo no centro, afinal, “[...] não é uma simples relação de causa e efeito, mas uma complexa rede de relações, encontros, tensões e espaço de luta constante.” (MARQUES; MARTINS; CRUZ SOBRINHO, 2011, p. 673).

As políticas de prevenção e promoção da saúde são fatores que devem ser adotados dentre as estratégias para o não adoecimento dos profissionais da educação como um todo, em especial, o professor. Corroborando com essa ideia, Marques; Martins e Cruz Sobrinho (2011) pontuam como exemplo, programas de educação continuada, palestras, informativos, exames periódicos, redução de riscos, correções ergonômicas, entre outros significativos à melhora da saúde do trabalhador e ao ganho de produtividade na organização.

Esses são, alguns dos elementos causadores de desconforto no trabalho docente, além disso, em que a tensão própria do ambiente de trabalho, salvo exceções, quase sempre é marcado por relações competitivas entre os pares, a constante cobrança por aperfeiçoamento, além do campo de interação com a comunidade.

2.2 Relato de Experiência

Neste tópico me coloco na primeira pessoa por se tratar da vivência em minha trajetória como educadora. Falar sobre Educação para mim, é fazer uma viagem no túnel do tempo e recordar o período inicial como auxiliar em turmas da Educação Infantil, posteriormente senti a necessidade e desejo em investir na formação inicial e continuada. Assim cursei o magistério, depois o curso de Pedagogia, em seguida a Pós-Graduação em Orientação e Supervisão Educacional. Desde então, venho atuando como professora e também desempenhando a função de Coordenadora Pedagógica. Durante esse tempo tenho observado alguns sinais de adoecimento no professor, a partir de determinadas demandas, estresse talvez decorrente das características de suas funções, talvez por estar exposto a fatores como sobrecarga de trabalho, ansiedade, depressão, fadiga, efeitos negativos da atividade docente, otimização do tempo, problemas comportamentais dos alunos, impotência diante dos cuidados das crianças que apresentam necessidades especiais e outros tipos de transtornos.

O professor sem perceber vive constantemente na dualidade, 1) ser responsável pela produção do conhecimento; 2) exercer um papel no trabalho de apoio social para formar cidadãos autônomos críticos e capazes de atuar na sociedade para torná-la melhor. Com toda demanda, sentindo-se impotente perante tantas situações que o acompanha em seu cotidiano, acaba por sentir e refletir em seu trabalho sinais que demonstram sua saúde mental afetada.

Atuando na função de Coordenadora Pedagógica do município de Pocinhos, comecei a perceber algumas mudanças no comportamento de alguns professores, queixas de cansaço excessivos, insônia, irritabilidade, compulsão, dentre outros. Em uma das escolas que acompanho percebi que a professora não conseguia ministrar sua aula, decorrente do comportamento de um dos seus alunos, a criança tinha oito anos de idade, apresentava um comportamento estranho, com crises de histeria, pouca interação com a professora e colegas, pouco ficava na sala de aula, ficava mais na sala dos professores, pois na sala de aula só gritava, quebrava objetos. A professora começou a apresentar sintomas de insônia, fobia, medo, chegando ao ponto de sentir aversão a sala de aula, sentia pânico só de pensar que iria encontrar aquele aluno na escola, assim precisou tomar medicação controlada. Como não sabíamos de que se tratava, resolvemos buscar ajuda na secretaria de saúde do município, foi então quando a criança e a mãe iniciaram um tratamento. Eu enquanto coordenadora, acompanhando esse caso e outros semelhantes, resolvi buscar caminhos para nos orientar, foi então que iniciei o curso de pós-graduação em saúde mental, ofertado pela prefeitura municipal de Pocinhos em parceria com o Ministério da Saúde e a UEPB. Assim, pude cursar disciplinas que me auxiliaram no entendimento e esclarecimentos acerca da saúde mental do ser humano em geral, mas especialmente do profissional que atua na educação; assim surgiu o desejo de desenvolver um projeto intitulado “Cuidando de quem cuida”. Assim apresentei a ideia para nossa equipe técnica da SEDUC – Secretaria Municipal de Educação de Pocinhos.

2.3 Ações Interventivas com os Professores

Se alinhando a métodos científicos, e utilizando do que a ciência define como base na condução da cura, ou apaziguamento de sintomas, diante dos diversos transtornos, pensamos em um projeto que abrangesse a saúde mental na escola, evidenciando a figura do professor, acolhendo-o no micro e macro de suas funções, diante das singularidades apresentadas por eles.

A proposta foi a de trabalhar com o professor questões como: relações interpessoais dentro da instituição; a relação dos professores no grupo de convivência escolar; as dificuldades internas encontradas pelo professor em lidar com crianças com diagnósticos; demandas pessoais do professor.

Nossas ações iniciaram com a equipe técnica da SEDUC, sob a orientação de uma psicóloga convidada para integrar a equipe. Apresentamos o tema do projeto "Cuidando de quem cuida", a psicóloga elaborou a proposta e compartilhou com a equipe como seria desenvolvido nas instituições do município (aqui estamos enfocando a realização em uma das escolas em que o trabalho foi desenvolvido). As ações tiveram como foco principal a visita a unidade de ensino com a apresentação da psicóloga a equipe escolar, seguido da explanação da proposta. Em seguida, no segundo encontro, foi feita uma dinâmica de apresentação e socialização dos membros presentes, escutatória coletiva com a intenção em realizar posteriormente a escuta individual, acolhida dos profissionais, atividade com a musicoterapia, e socialização entre as pessoas.

O terceiro encontro teve como ponto principal, a escuta individual. Dessa forma, a proposta deste trabalho surge a partir do desvendamento de algumas questões complexas, na relação entre saúde mental e professores, dentro da Unidade de Ensino no município de Pocinhos-PB. Como pergunta norteadora buscamos saber como o trabalho influencia na saúde mental dos professores do Ensino Fundamental?

Nesse sentido, esse projeto teve como ponto central colocar os professores e demais profissionais da equipe pedagógica como agentes no processo de identificação e intervenção terapêutica a partir da intervenção de uma Psicóloga, por nós convidada, assim como participar ativamente enquanto pesquisadora das ações desse projeto.

3. MÉTODO

3.1 Tipo de Pesquisa

A pesquisa qualitativa é a única via, a meu ver, que a ontologia deste trabalho me permitiria seguir, dado seu cunho social e sua preocupação com a delimitação e superação de um problema. Conforme Minayo (2002), a pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares e se preocupa com um nível da realidade que não pode ser quantificado, como temas que adotam a perspectiva compreensiva ou interpretativa. De acordo com Sampieri; Collado e Lucio (2006), para o enfoque qualitativo, a amostra é uma unidade de análise ou um grupo de pessoas, contextos, eventos, fatos, comunidades, dentre outros. Sobre o qual deve ser coletado dado sem que necessariamente seja representativo do universo da população estudada. Os autores salientam que "[...] muitas vezes a amostra é o próprio universo de análise [...]" (SAMPIERI; COLLADO; LUCIO, 2006, p. 251).

As análises qualitativas podem ser caracterizadas por serem essencialmente descritivas, englobando diversas técnicas e incluindo elementos subjetivos. Para Martins e Bicudo (1989) o recurso básico e inicial da pesquisa qualitativa é a descrição, fundamentada pelos modos de ser e conviver das pessoas envolvidas na pesquisa. A pesquisa qualitativa pode descrever detalhadamente os procedimentos de campo, dando a ela um grau de objetivação do fenômeno estudado, na medida em que essas descrições acabam por se tornar ricas, levando a pesquisa a oferecer um maior grau de reflexividade ao pesquisador.

3.2 A Abordagem

O estudo do ponto de vista de sua natureza, pode ser caracterizada como Pesquisa-Ação. Para Thiollent (2008, p.14) a Pesquisa – Ação é:

[...] um tipo de pesquisa com base empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo e no qual os pesquisadores e participantes representativos da situação ou do problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo.

Como procedimento técnico procura o aprofundamento de uma realidade específica. É basicamente realizada por meio da observação direta das atividades do grupo estudado e de entrevistas com informantes para captar as explicações e interpretações do ocorrem naquela realidade.

3.3 Participantes

O público-alvo foi de 20 professores da Escola Municipal Maria da Guia Sales Hermínio do Ensino Fundamental, do município de Pocinhos.

O período das ações aconteceu nos meses entre Março e Maio no ano de 2019.

O planejamento das ações requereu as seguintes práticas: palestras, ações preventivas, escuta individual, e supervisão clínica de uma Psicóloga.

3.4 Critérios de Inclusão e Exclusão

Foram incluídos na pesquisa: a) Professores do Ensino Fundamental da Escola Maria da Guia Sales Hermínio. b) Todos os professores que quiseram livremente participar do estudo. Foram excluídos na pesquisa: a) Professores que não quiseram participar das intervenções.

3.5 Procedimentos Éticos da Pesquisa

Foram observadas as normas éticas determinadas na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) na perspectiva de garantir o anonimato dos participantes, assim como a sua liberdade no que se refere no consentimento livre e esclarecido e respeito à vida, objetivando o exercício pleno da autonomia (BRASIL, 2012).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nossa proposta foi a de ofertar suporte ao professor que sente uma certa solidão diante de alguns desafios, conflitos internos, que carecem do auxílio de um profissional especializado. Foi assim que convidamos o suporte de uma psicóloga para nos auxiliar na elaboração e execução do projeto. Esse projeto teve como ponto central colocar os professores como agentes no processo de identificação e intervenção terapêutica feita pela Psicóloga. Se alinhando a métodos científicos, se utilizando do que a ciência define como base na condução da cura, ou apaziguamento de sintomas, diante dos diversos transtornos, um projeto que abrange a saúde mental na escola, evidenciando a figura do professor. O projeto na escola teve como enfoque a acolhida das demandas possibilitando construções de métodos psicopedagógicos, de acordo com o diagnóstico. Acolher no micro e macro de suas funções, diante das singularidades apresentadas pela instituição.

Trabalhar as questões como as relações interpessoais dentro da instituição, a relação dos professores no grupo de convivência escolar, as dificuldades internas encontradas pelo professor em lidar com os desafios encontrados no caminho, diante dos problemas socioculturais, psicológicos, neurológico e psiquiátrico dos alunos com os quais convive no cotidiano.

De acordo com os objetivos propostos foi possível coletar os dados e resultados, estando estes expressos a seguir sob forma de quadros e tabelas. Quanto ao perfil social das pesquisadas, pode-se constatar que apesar de existir uma vasta diversidade na faixa etária entre as professoras, o que predomina na turma são as mulheres com idade acima dos 25 anos, sendo em sua grande maioria mulheres casadas e outras solteiras. Em relação ao vínculo empregatício remunerado, constatou-se que a maioria possui estabilidade por meio do concurso. Dos professores envolvidos na pesquisa, a grande parte tem filhos, são mulheres, tem relação matrimonial estável, outras são provedoras do lar.

Foram realizadas visitas na Escola citada. Como atividades interventivas realizamos dinâmicas de acolhimento, interação entre os membros da equipe, momentos de escuta e apoio aos profissionais da equipe escolar.

Detalhando cada ação podemos citar:

1ª ação: Visita a unidade de ensino (Apresentação da proposta)

2ª ação: Dinâmica de apresentação e socialização

3ª ação: Acolhida seguido de roda de conversa coletiva

4ª ação: Escuta individual com orientações para possíveis questionamentos, fazendo assim um tratamento de escuta.

O material utilizado durante o trabalho:

- ✓ Aparelho de som
- ✓ Pendrive com músicas contextualizadas
- ✓ Caixa de som

4.1 Desenvolvimento das Ações

As oficinas aconteceram no espaço interno da Escola Maria da Guia, com a mediação da psicóloga convidada. Inicialmente com uma roda de conversa na qual foi feita uma dinâmica de apresentação dos participantes, em seguida a apresentação da proposta de trabalho. A psicóloga fez uma fala acerca do conceito de saúde mental, conforme a Organização Mundial da Saúde, em seguida estabeleceu um diálogo com a equipe realizando as seguintes perguntas:

- ✓ O trabalho proporciona realização profissional e pessoal?
- ✓ As atribuições inerentes a sua função estão relacionadas no cotidiano?
- ✓ Quais demandas você sente impotência para desenvolver?
- ✓ Você acredita que a sobrecarga do trabalho influencia na qualidade de vida?

Diante desses questionamentos, os professores compartilharam alguns depoimentos, dentre eles:

“A satisfação acontece quando percebemos a evolução cognitiva e emocional do aluno, dessa forma nos sentimos úteis e agentes mediadores desse saber”.

“Com relação as atribuições, sentimos uma certa ausência da participação da família no tocante ao acompanhamento dos filhos na vida escolar, assim é como se a responsabilidade fosse transferida totalmente a escola, isso nos angustia, uma vez que temos um limite em nossa função que em certos momentos ultrapassa o âmbito pedagógico e tudo isso causa adoecimento”.

“A sobrecarga de trabalho tem sido um desafio para muitos de nós.”

Para a psicóloga e a pesquisadora essas falas foram importantes para ancorar o momento de escuta individual e posteriormente uma intervenção terapêutica.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio da pesquisa realizada, buscamos verificar qual a importância de um trabalho com suporte emocional e psicológico pode contribuir para no processo de qualidade de vida dos professores da Escola Maria da Guia de Pocinhos. Também buscou-se verificar se o auxílio psicológico influenciou para que o processo de autogestão do professor acontecesse.

Através do levantamento realizado e análise dos, podemos afirmar que os professores que participaram desse estudo, em sua maioria são adultas, com idade superior a 25 anos, em grande maioria são casadas e tem filhos, sobrevivem com a renda equivalente ao piso salarial nacional, para realização de suas necessidades, em sua maioria apresentam mais de um vínculo empregatício.

Detectamos que historicamente estas mulheres advêm de uma classe social média, que realizaram cursos de graduação, pós-graduação, cursos de formação continuada e algumas com Mestrado. Nesse sentido, tais elementos são fatores importantes que nos ajudaram a entender que os membros pesquisados são oriundos de um grupo que investe em sua carreira profissional, se qualifica e se mostra dedicado em sua função. Em relação a escola em que a pesquisa foi aplicada, verificamos que nesta existem turmas do Ensino Fundamental anos iniciais e finais, com cerca de 500 alunos, distribuídos em turnos diurnos, manhã e tarde, fazendo-nos perceber que tais informações reafirmam o que os suportes teóricos nos apresentaram, cabendo mencionar que os docentes que atuam nessas salas de aula são em sua quase totalidade do sexo feminino.

Ao tratar dos fatores que nos motivaram para irmos em busca da elaboração e realização desse projeto constatamos que objetivo maior é o de adquirir maiores conhecimentos para um melhor crescimento pessoal e profissional dos membros envolvidos, assim como elevar o nível de satisfação dos mesmos, almejando assim um trabalho que ofereça uma satisfação que reflita nos resultados de suas atividades, também nos aparece como resultado a busca por reconhecimento e voz ativa perante a sociedade, buscando assim conquistar um espaço de escuta e possíveis mudanças no contexto no qual estão inseridos. Nesse aspecto, consideramos como positivo a aceitação, abertura para um tema ainda encarado

como tabu por alguns profissionais; visto que analisando historicamente falar sobre a saúde mental do ser humano era entendido por alguns como fraqueza, loucura, desequilíbrio, faz nos perceber que este pensamento deu lugar ao cuidado com a saúde de forma integral com cuidados na prevenção por uma qualidade de vida.

Evidenciou-se também que esse tema nos incentiva a continuarmos com outras pesquisas, a fim de ampliar os estudos com outros grupos de professores e fazermos um paralelo com outras instituições do próprio município, assim como da rede privada.

Infelizmente ainda existe a falta de apoio dentro dos setores públicos, principalmente por parte de alguns gestores, quando acontece algum adoecimento com o professor, sendo este mais um obstáculo a ser superado, mais um desafio a ser enfrentado. É nesse aspecto que enxergamos a necessidade de se investir mais em políticas públicas que visem amenizar esse problema.

Não podemos negar o quanto é difícil para estes profissionais permanecerem em sala de aula, pois muitos fatores contribuem para que o adoecimento aconteça. Isto é notável nas falas das pesquisadas quando afirmam que a sobrecargas da jornada tripla, especialmente entre as mulheres é bem mais difícil do que para os homens, pois elas reconhecem o quanto é árduo e cansativo atender as múltiplas atribuições que trazem consigo (filha, mãe, esposa, donas do lar, funcionária) fazendo-nos perceber que a jornada está sendo oferecida a todos (homens e mulheres) “cumprindo” assim com o direito de igualdade e equidade.

Esperamos que esse trabalho e seus resultados direcionem novas pesquisas e estimulem o planejamento de intervenções eficazes voltadas para a saúde mental de professores.

REFERÊNCIAS

ABREU, M. A. G. M; COELHO, M. T. A. D; RIBEIRO, J. L. L. S. Percepção de professores universitários sobre as repercussões do seu trabalho na própria saúde. **Revista Brasileira de Pós-graduação**, vol. 13, n. 31, p. 465-486, mai./ago. 2016.

ARAÚJO, T. M.; PINHO, P. S.; MASSON, M. L. V. Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, vol. 35, Supl. 1, p. 1-14, mai. 2019.

BARROS, C. A. F. S.; GRADELA, A. Condições de Trabalho Docente na Rede Pública de Ensino: os principais fatores determinantes para o afastamento da Atividade Docente. **Revista de Educação da Universidade Federal do Vale do São Francisco**, Petrolina-PE, vol. 7, n.13, p. 75-87, ag., 2017.

BARROS, M. E. *et al.* Saúde e trabalho docente: a escola como produtora de novas formas de vida. **Trabalho, Educação e Saúde**. vol. 5, n. 1, p. 103-124, 2007.

BERTONCELI, M; MARTINS, S. A valorização ou precarização do trabalho docente na educação infantil. **Anais do X Seminário do HISTEDBR - UNICAMP**, 18 a 21 jul. 2016.

BRASIL, M. S.; C. N. S. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. 2012.

CARLOTTO, M. S. **Síndrome de Burnout em professores**: avaliação, fatores associados e intervenção. Porto: LivPsic. 2012.

COSTA, P. G; SANTOS, A. G. Afastamento dos professores de 5ª à 8ª séries da rede municipal de Ipatinga da sala de aula: principais causadores. **Anais do VI Congresso de Letras: Linguagem e Cultura: Múltiplos Olhares**, 2007.

DIEHL, L; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, vol. 7, n. 2, dez. 2016.

ESTEVES, J. M. **Mal-estar docente**: a sala de aula e a saúde dos professores. Bauru: Edusc, 1999.

GIL-MONTE, P. R. El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar. **Ediciones Pirámide**, Madrid, Mar. 2005.

GOMES, M. M. Fatores que facilitam e dificultam a aprendizagem. **Educação Pública**, Rio de Janeiro, 17 jul. 2018. Disponível em <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/18/14/fatores-que-facilitam-e-dificultam-a-aprendizagem>. Acesso em 15 nov. 2020.

HYPOLITO, A. M; GRISHCKE, P. E. Trabalho imaterial e trabalho docente. **Revista Educação – UFSM**, Santa Maria, vol. 38, n. 3, p. 507-522, set./dez. 2013.

MARQUES, S. V. D; MARTINS, G. B; CRUZ SOBRINHO, O. Saúde, trabalho e subjetividade: absenteísmo-doença de trabalhadores em uma universidade pública. **Cadernos EBAPE.BR**, Rio de Janeiro, vol. 9, n. 11, p. 668-680, jul. 2011.

MARTINS, J.; BICUDO, M. A. V. **A pesquisa qualitativa em Psicologia**: fundamentos e recursos básicos. São Paulo: Educ/Moraes, 1989.

MINAYO, M. C. S. Ciência, técnica e arte: o desafio da pesquisa social. *In*: DESLANDES, S. F. *et al* (Orgs.). **Pesquisa Social: Teoria, método e criatividade**, Petrópolis, RJ: Vozes, 21ª ed. 2002. p. 9-29.

MOREIRA, D. Z. N; RODRIGUES, M. B. Saúde mental e trabalho docente. **Estudos de Psicologia**, Natal, vol. 13, n. 3, p. 236-247, jul./set. 2018.

NEVES, M. Y. R; SILVA, E. S. A dor e a delícia de ser (estar) professora: trabalho docente e saúde mental. **Estudos e pesquisas em Psicologia, UERJ**, Rio de Janeiro, vol. 6, n. 1, 2006.

OLIVEIRA, D. A. *et al*. Transformações na organização do processo de trabalho docente e suas consequências para os professores. **Trabalho & Educação**, Belo Horizonte, vol. 11, n. 11, jul./dez. 2002. p. 51- 65.

OLIVEIRA, D. A; VIEIRA, L. F; AUGUSTO, M. H. Políticas de responsabilização e gestão escolar na educação básica brasileira. **Linhas Críticas**, Brasília, DF, vol. 20, n. 43, p. 529-548, set./dez. 2014.

REIS, E. J. E. B. *et al.* Docência e exaustão emocional. **Educação & Sociedade**, Campinas, vol. 27, n. 94, p. 229-253, jan./abr. 2006.

SAMPIERI, R. H; COLLADO, C. F; LUCIO, P. B. **Metodologia de pesquisa**. 3. ed. São Paulo: McGraw-Hill, 2006.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-ação**. São Paulo: Cortez, 2008.

VIEIRA, J. S. *et al.* Constituição das doenças da docência. **Cadernos de Educação**, Pelotas, n. 37, p. 303-324, set./dez. 2010.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a espiritualidade superior pelo auxílio constante em minha caminhada terrena.

Sou grata a família, meu marido e filhos, pelo incentivo e força para que eu continue investindo em meus projetos pessoais e profissionais.

Agradeço a minha orientadora, a professora Laércia por toda orientação durante a execução do trabalho.

Gratidão a Prefeitura Municipal de Pocinhos, por meio da Secretaria Municipal de Saúde pela oportunidade desse valioso curso, a toda equipe da UEPB, especialmente aos docentes, a nossa Coordenadora do curso, professora Josevânia e sua assistente Jailda que não mediram esforços a fim de nos ajudar durante todo percurso.

Também desejo expressar minha gratidão aos colegas de curso pelas trocas de ideias, saberes e ajuda mútua. Juntos conseguimos avançar, ultrapassar obstáculos e construir belas amizades.