

Clarice Bomdaruk
Maria Izabel Rodrigues Tognato

A SAÚDE MENTAL DOCENTE:

UM PERCURSO
PROFISSIONAL
DESAFIADOR



EDUNESPAR

Clarice Bomdaruk
Maria Izabel Rodrigues Tognato

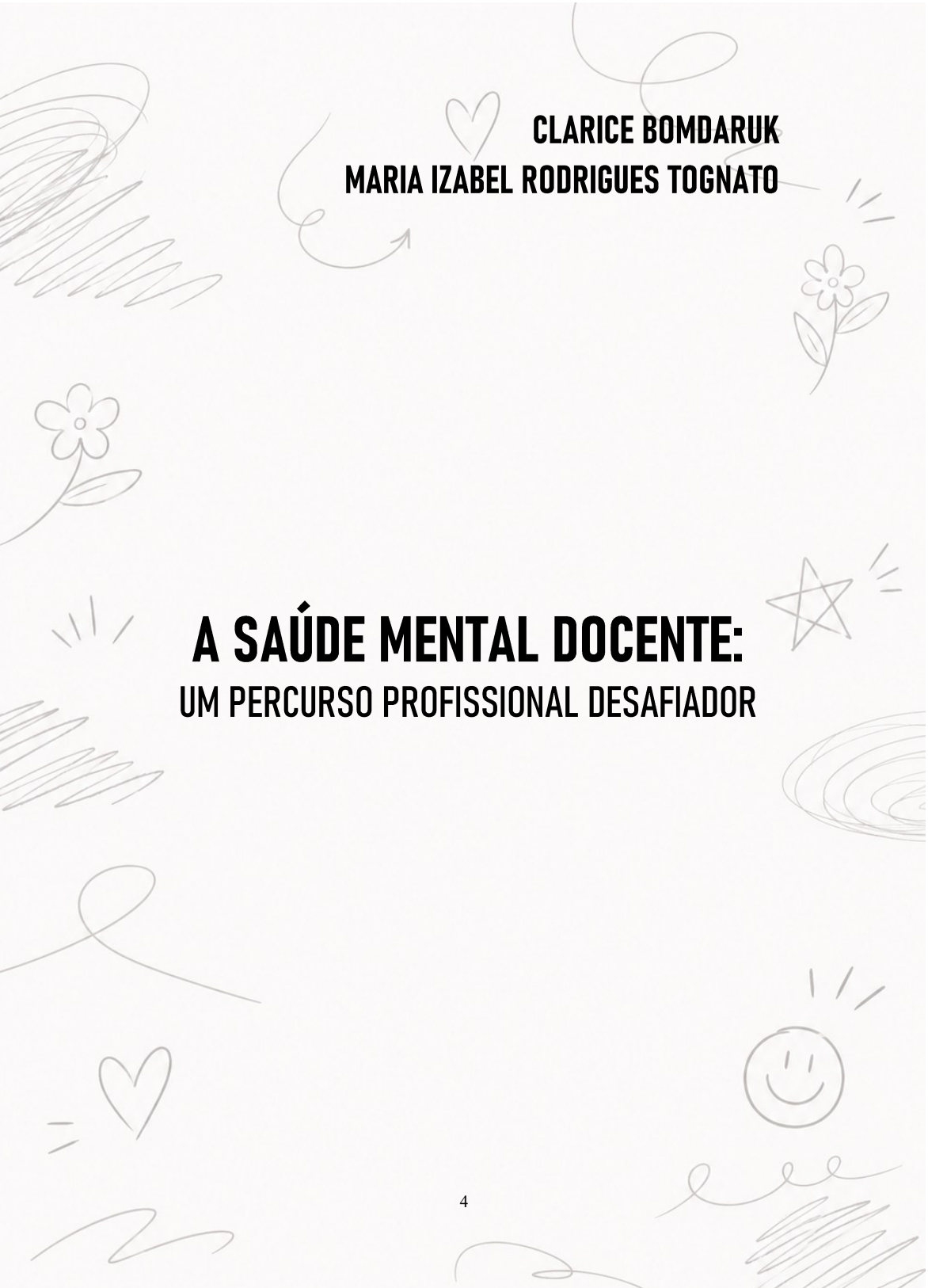
A SAÚDE MENTAL DOCENTE:

UM PERCURSO
PROFISSIONAL
DESAFIADOR



EDUNESPAR





CLARICE BOMDARUK
MARIA IZABEL RODRIGUES TOGNATO

A SAÚDE MENTAL DOCENTE:
UM PERCURSO PROFISSIONAL DESAFIADOR



Reitora Salete Machado Sirino
Vice-Reitor Carlos Alexandre Molena Fernandes
Chefe de Gabinete Ivone Ceccato



Editora da Universidade Estadual do Paraná

Diretor Luis Fernando Severo
Assistente Editorial Felipe Carneiro Silva
Assistente Editorial Terezinha Eckelberg

Conselho Editorial

Áurea Andrade Viana de Andrade
Camila Matos
Carla Andreia Lorscheider
Cristiane do Rocio Wosniak
Franciele Mara Lucca Zanardo Bohm
Marcio Telles da Silveira
Maria Ivete Basniak
Matheus Amarante do Nascimento
Mauro Alejandro Baptista Y Vedia
Sarubbo
Sérgio Carrazedo Dantas
Tatiana Colasante
Tony Willian Boita

© 2026 Universidade Estadual do Paraná
Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial desta obra
sem autorização expressa da editora.



C R E A T I V E

Projeto Gráfico

Cleverson de Lima

Revisão ortográfica:

Cleverson de Lima

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Bomdaruk, Clarice

A saúde mental docente : um percurso profissional
desafiador / Clarice Bomdaruk, Maria Izabel Rodrigues
Tognato. -- Campo Mourão, PR : Oxy Creative, 2026.

Bibliografia.

ISBN 978-65-976689-1-5

1. Professores - Estresse ocupacional
 2. Professores - Psicologia
 3. Professores - Saúde mental
 4. Psicologia educacional
 5. Saúde ocupacional
 6. Trabalho - Aspectos psicológicos
- I. Tognato, Maria Izabel Rodrigues. II. Título.

26-377194.0

CDD-371.14

Índices para catálogo sistemático:

1. Trabalho docente e saúde : Educação 371.14

Eliete Marques da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9380

Unespar - Universidade Estadual do Paraná
Avenida Gabriel Esperidião, s/n
Paranavaí-PR - CEP: 87.703-000 - Brasil

Edunespar - Editora da Universidade Estadual do Paraná
Rua Saldanha Marinho, 131, 1º andar
Curitiba-PR - CEP 80.410-150 - Brasil



Dedico este livro as minhas filhas, Ana Clara e Ana Livia. Vocês são a luz que ilumina meus dias, a inspiração que dá sentido a cada passo desta trajetória. Sem vocês, nada disso teria sentido. Sejam vastas em sonhos, fortes em coragem e sábias em coração, germinando esperança, florescendo coragem e espalhando amor. (Profa. Ma. Clarice Bomdaruk)

Dedico este livro a todos os(as) Professores(as), a todos(as) os(as) profissionais da Educação e aos(às) pesquisadores(as), em geral, pela importância da temática tratada na pesquisa e na publicação deste livro, para que esta obra possa contribuir aos avanços na busca de cuidados e da superação dos desafios da situação de trabalho docente no que diz respeito à saúde mental docente, tema recorrente e desafiador. (Profa. Dra. Maria Izabel Rodrigues Tognato)

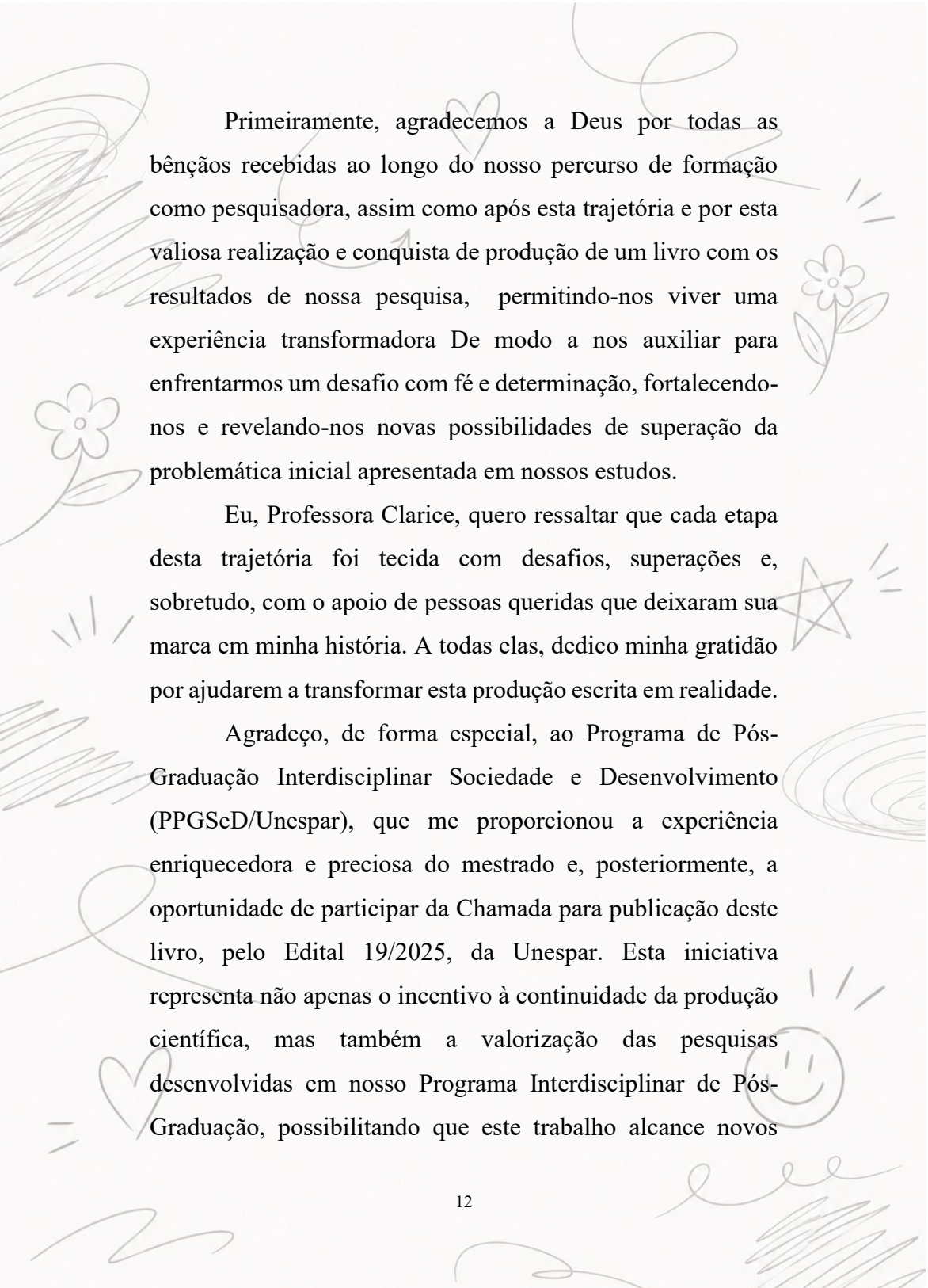






Agradecimentos





Primeiramente, agradecemos a Deus por todas as bênçãos recebidas ao longo do nosso percurso de formação como pesquisadora, assim como após esta trajetória e por esta valiosa realização e conquista de produção de um livro com os resultados de nossa pesquisa, permitindo-nos viver uma experiência transformadora De modo a nos auxiliar para enfrentarmos um desafio com fé e determinação, fortalecendo-nos e revelando-nos novas possibilidades de superação da problemática inicial apresentada em nossos estudos.

Eu, Professora Clarice, quero ressaltar que cada etapa desta trajetória foi tecida com desafios, superações e, sobretudo, com o apoio de pessoas queridas que deixaram sua marca em minha história. A todas elas, dedico minha gratidão por ajudarem a transformar esta produção escrita em realidade.

Agradeço, de forma especial, ao Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD/Unespar), que me proporcionou a experiência enriquecedora e preciosa do mestrado e, posteriormente, a oportunidade de participar da Chamada para publicação deste livro, pelo Edital 19/2025, da Unespar. Esta iniciativa representa não apenas o incentivo à continuidade da produção científica, mas também a valorização das pesquisas desenvolvidas em nosso Programa Interdisciplinar de Pós-Graduação, possibilitando que este trabalho alcance novos

espaços para que possa, assim, dialogar com um público mais amplo.

A minha família, em especial as minhas filhas, fonte de inspiração e motivo de perseverança, ao meu esposo Carlos Henrique, sempre ao meu lado, incentivando e celebrando cada conquista; a minha mãe Irene, que nunca deixou de apoiar meus sonhos; e ao meu pai João (*in memoriam*), que em sua partida deixou lições silenciosas de superação.

À Professora Maria Izabel, carinhosamente chamada de “Belinha”, que tive a honra de tê-la como orientadora e, posteriormente, como coautora desta proposta. Uma profissional admirável, a qual acolheu-me no universo da pesquisa, acreditou no meu potencial e caminhou comigo com amizade, empatia e generosidade, dando forma e força a esta obra.

Ao Grupo de Pesquisa LIDERE – Linguagem, Desenvolvimento, Educação e suas Relações, pelas trocas, diálogos e pelo conhecimento compartilhado, que fundamentaram e enriqueceram este trabalho.

Aos professores e professoras participantes da pesquisa, meus colegas de profissão, bem como ao gestor, à equipe pedagógica e a todos os funcionários do Colégio Estadual São Judas Tadeu, de Quinta do Sol-PR, pela colaboração e apoio generosos a esta experiência.

À Professora Marilda Gonçalves Dias Facci, agradeço de modo especial por sua presença em minha trajetória, sempre marcada pelo acolhimento, pela generosidade e pela inspiração, compondo de forma singular este caminho. O aceite para a escrita do Prefácio deste livro encheu-me de alegria, suas palavras não apenas iluminam estas páginas, mas também abraçam a minha caminhada. Levo comigo a ternura da escrita e a força de sua presença, que se tornaram parte viva desta jornada científica.

Por fim, a todos que, direta ou indiretamente, estiveram presentes neste percurso, meu sincero agradecimento pela força, pelo incentivo e pela possibilidade de transformar pesquisa em produção escrita, e produção escrita em vida.

Eu, Professora Maria Izabel, agradeço por todas as etapas vividas no processo de construção da pesquisa que gerou esta obra, em especial, ao Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD/Unespar), por nos proporcionar esta oportunidade de publicação de um livro sobre a pesquisa desenvolvida e defendida junto a Chamada oferecida pelo Edital 19/2025 da Unespar, pois permite-nos disseminar os resultados de investigações valiosas como a da Professora Clarice Bomdaruk.

Agradeço também a minha família por sempre me apoiar no desenvolvimento dos meus estudos e trabalhos, sendo compreensivos quanto ao tempo dedicado na orientação de pesquisas como esta, em especial, a minha mãe, Maria Iolanda, a minha irmã Juliana, e ao meu pai, Arlindo (*in memoriam*), que necessitou de uma atenção maior e acompanhamento por seu estado de saúde durante o percurso de construção desta pesquisa, partindo de modo especial e deixando-nos também lições de alegria e de força nos propósitos por nós almejados para realiza-los até o fim.

Agradeço à Professora Clarice por ter sido sempre uma orientanda empenhada e dedicada no desenvolvimento de sua pesquisa, caminhando comigo também com amizade, empatia e generosidade, pela sua compreensão nos momentos que mais precisei em função da doença e dos cuidados da saúde de meu pai, e por participar da proposta de publicação deste livro como forma de compartilhar os resultados de um trabalho tão precioso e necessário junto aos professores do Colégio Estadual São Judas Tadeu, de Quinta do Sol-PR, pelo qual tenho um carinho especial por ter sido a escola onde estudei e, anos mais tarde, atuei como professora na Educação Básica da rede estadual de ensino por 15 anos. Agradeço também aos professores desta escola, à direção e a equipe pedagógica, pela compreensão com a proposta desta pesquisa e por toda a

colaboração e sua participação na construção da pesquisa da Clarice, a qual apresenta um tema essencial e necessário à situação de trabalho docente.

Agradeço ao nosso Grupo de Pesquisa LIDERE – Linguagem, Desenvolvimento, Educação e suas Relações, por sempre participarem com suas valiosas contribuições quando precisamos no desenvolvimento da pesquisa que gerou este livro.

Enfim, agradeço de modo especial também à Professora Marilda Gonçalves Dias Facci pela sua disponibilidade em participar tanto do processo formativo da Professora Clarice como pesquisadora, contribuindo significativamente com suas valorosas avaliações e sugestões ao andamento da pesquisa, quanto da publicação deste livro com a produção do Prefácio, o que, para nós, é uma honra, uma alegria e uma grande realização poder contar com esta preciosa contribuição, a qual reflete os resultados de um percurso construído com muito acolhimento, empatia e generosidade.



Sumário

A PREFÁCIO.....	20
-----------------	----

APRESENTAÇÃO.....	30
-------------------	----

INTRODUÇÃO.....	38
-----------------	----

CAPÍTULO 1 - PROFISSÃO DOCENTE: O TRABALHO QUE SUSTENTA E ADOECE.....54

1.1 Saúde mental e doença/sofrimento mental no trabalho.....	55
1.2 O trabalho que sustenta e o trabalho que adoeca.....	63
1.3 Ser professor em tempos de pandemia: desafios e transformações.....	84
1.4 Intensificação, precarização e desvalorização do trabalho docente.....	88
1.5 A teoria da complexidade e a pesquisa interdisciplinar.....	97
1.5.1 O princípio da recursividade organizacional.....	104
1.5.2 O princípio hologramático.....	107
1.6 Síntese do capítulo.....	110

CAPÍTULO 2 - PERCURSO METODOLÓGICO: CAMINHO A SER DESVELADO.....112

2.1 Pesquisas desenvolvidas sobre a saúde mental docente.....	114
2.2 Contexto de produção da pesquisa.....	155
2.2.1 Contexto físico e sociossubjetivo.....	157
2.3 Natureza da pesquisa.....	169
2.4 Coleta, geração e tratamento dos dados.....	174
2.5 Síntese do capítulo.....	181

CAPÍTULO 3 - O ESPELHO DA DOR: TRABALHO E SAÚDE MENTAL NA EDUCAÇÃO.....185

3.1 Fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento psíquico docente.....	187
3.2 Ações de enfrentamento para a saúde mental docente.....	207
3.3 Síntese do capítulo.....	216

CAPÍTULO 4 - CUIDAR DE QUEM CUIDA: DESAFIOS DE UMA RESSIGNIFICAÇÃO.....219

4.1 Contexto de produção da ação formativa na proposta para o PDE.....	223
4.2 Procedimentos metodológicos.....	227
4.3 Discussão dos resultados obtidos com a implementação interventiva para o PDE.....	234
4.4 Síntese do capítulo.....	246

CONSIDERAÇÕES FINAIS.....249

REFERÊNCIAS.....	267
------------------	-----





Prefácio



Desfazer o normal há de ser uma norma.

(Manoel de Barros)

Atuo na área de Psicologia Escolar e Educacional desde 1988, sendo que, nos primeiros dez anos, atuei como psicóloga escolar e educacional na rede municipal de ensino de Maringá e, depois de 1998, ministrei aulas na graduação e na Pós-graduação em Psicologia na Universidade Estadual de Maringá. Na minha vida profissional, me deparei com muitos professores que estavam em um processo de sofrimento ou adoecimento. Além disso, recentemente, tivemos a aprovação da Lei 13.935/2019, que dispõe sobre a prestação de serviços de psicologia e de serviço social no contexto da Educação Básica nas redes públicas, visto que a demanda pelo atendimento, relacionado à saúde mental por psicólogos(as) vem se avolumando.

Utilizando a epígrafe, mencionando uma frase de Barros (2006), pergunto: é normal termos um elevado número de afastamento de professores(s) das atividades escolares por conta de estarem vivenciando adoecimento psíquico? Concordo com o autor que a norma deve ser desfazer o que parece normal, indo à essência dos fatos, apresentando elementos para avançar na compreensão do sofrimento e/ou adoecimento de professores(as).

As autoras desta obra contribuem enormemente para o debate dessa temática.

Em 2023, tive a oportunidade de participar da banca de defesa de mestrado de Clarice Bomdaruk, sob a orientação da Profa. Dra. Maria Izabel Rodrigues Tognato, desenvolvida no Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD) da Universidade Estadual do Paraná, Unespar, Campus de Campo Mourão. Tal dissertação culminou na publicação desta obra, intitulada *A saúde mental docente: um percurso profissional desafiador*, que tem como objetivo discorrer sobre os fatores que contribuem para o sofrimento/adoecimento docente em situação de trabalho.

A temática deste livro é atual, pertinente e necessária a ser investigada e socializada entre os leitores, pois é fato que muitos professores estão em processo de sofrimento ou adoecimento, como demonstrado em duas obras que organizamos (Facci; Urt, 2011, 2020). O sofrimento, conforme apontado por Almeida (2018), com análises realizadas, a partir do materialismo histórico e dialético e da Psicologia Histórico-Cultural, é considerado como a existência de processos no decorrer da vida dos sujeitos, que resultam em obstruções à vida. Tal sofrimento impacta a forma de compreender e agir sobre a realidade, de se relacionar com outras pessoas e consigo mesmo, pois, como analisa Zeigarnick (1981, 2016), ocorre uma desorganização e, em algumas situações mais complexas, uma desintegração das funções psicológicas superiores, como o pensamento abstrato, a

memória lógica, a atenção concentrada, dentre outras funções. No processo de sofrimento e/ou adoecimento psíquico, os professores têm dificuldade de lidar com as dificuldades que se interpõem no processo ensino-aprendizagem.

Este sofrimento não pode ser compreendido como algo individual, intrínseco ao(a) professor(a), mas sim relacionado ao contexto em que vive, enquanto trabalhador(a). Karl Marx, no século XIX, já assinalava que os trabalhadores vivenciavam um processo de estranhamento em relação à atividade laboral (Marx, 2008) e isso tem se perpetuado até nossa época. Na sociedade capitalista, no contexto em que o(a) professor(a) está inserido, ele(a) não se sente mais partícipe direto do processo de apropriação dos conhecimentos pelos(as) estudantes. O professor(a) passou a questionar sua identidade como aquele(a) que promove o processo de formação da consciência, o qual se tem tornado mercadoria em uma sociedade que oferece poucas possibilidades aos sujeitos para se desenvolverem e se emanciparem.

O cenário em que o(a) professor(a) vive é multifacetado: pressão por produção, cobrança por um bom desempenho dos estudantes em relação ao Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (Ideb), precarização do trabalho, plataformação da educação, são alguns exemplos de fatos que impactam a saúde mental do(a) professor(a), resultando em absenteísmo, depressão, síndrome do pânico, problemas psicossomáticos e, muitas vezes, uso de medicamentos, quando

na realidade, o problema é social e não somente orgânico. Este cenário é abordado pelas autoras desta obra em questão, as quais, no decorrer deste livro, vão expondo os resultados da pesquisa relacionada à saúde mental docente, no campo da interdisciplinaridade, possibilitando uma compreensão mais aprofundada sobre como se dá a relação entre a organização do trabalho e o adoecimento psíquico dos(as) professores(as).

Na introdução, chama a atenção o fato de Clarice Bomdaruk pesquisar uma problemática vivenciada por ela mesma e muitos(as) profissionais no cotidiano da escola, caracterizada por fragilidade em termos de desenvolvimento psíquico. Os estudos que tenho realizado e o contato com os(as) professores(as) demonstram o sentimento de menos valia, de culpa por não estar conseguindo executar o planejamento elaborado, uma sensação de incompetência diante dos grandes desafios sociais que aparecem na escola. As mazelas que a educação tem vivido podem ser identificadas em relação a alguns aspectos, a saber: ao fracasso escolar, principalmente, nos estudantes filhos da classe trabalhadora; ao esvaziamento da teoria na formação e na atuação profissional; à violência na escola, causada por preconceitos de toda ordem, seja racial ou relacionado à classe social e/ou às questões de gênero, por exemplo; à dificuldade da inclusão de todas as pessoas no processo de escolarização, decorrentes de trajetórias escolares que não propiciaram a apropriação dos conhecimentos ou por serem vinculadas à presença de deficiências; ao pouco

investimento financeiro na educação, em nível municipal, estadual e federal; à baixa remuneração de professores(as) e a muitas outras problemáticas presentes na sociedade e que adentram as escolas. No entanto, como analisam as autoras deste livro, a maioria dos professores(as) não desistem e resistem às adversidades e buscam uma escola transformadora.

A obra, para aprofundar o objeto de estudo, exposto no livro, é organizada em quatro capítulos. O primeiro deles, intitulado *Trabalho e Saúde Mental*, destina-se a discutir aspectos relacionados à saúde mental e condições de trabalho que podem provocar sofrimento e/ou adoecimento; aborda, igualmente, o problema vivenciado durante a pandemia da Covid-19 e, ainda, analisa a intensificação, precarização e desvalorização do trabalho docente na atualidade. Além disso, apresenta ao leitor os fundamentos teóricos em embasam a análise do estudo exposto, centrando-se na teoria da complexidade e na pesquisa interdisciplinar.

O segundo capítulo apresenta o percurso metodológico da pesquisa, apresentando os procedimentos utilizados para a identificação e seleção de produções que tratam da saúde mental dos docentes. Clarice e Belinha (forma carinhosa que as pessoas se utilizam para se referir à Maria Izabel), utilizaram como fonte de pesquisa o *Google Acadêmico* e o Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES. As autoras apresentam algumas sínteses dos trabalhos encontrados e discorrem sobre uma pesquisa realizada com 28 professores(as) de uma escola pública estadual

de um município do interior do Paraná, por meio da aplicação de um questionário *online* via *Google Forms*.

Na sequência, no Capítulo 3, que tem um título bem impactante: “*O espelho da dor: trabalho e saúde mental na educação*”, as autoras fazem uma análise dos resultados obtidos na pesquisa, destacando os fatores que ocasionam o adoecimento psíquico dos(as) professores(as) no desempenho da atividade docente, assim como relatam as sugestões e/ou possibilidades de ações de enfrentamento das condições de trabalho que contribuem para o adoecimento. Vale destacar quão valioso é propor alternativas e não ficar somente na denúncia dos fatos.

O Capítulo 4 foi elaborado após a defesa da dissertação e relata um trabalho prático desenvolvido junto aos professores que haviam participado da pesquisa, durante o percurso do mestrado da professora e pesquisadora Clarice. A atividade foi efetivada na Educação Básica, para o PDE e levou em conta as respostas dos(as) professores(as) aos questionários apresentados nos capítulos 2 e 3. A intervenção foi realizada em duas etapas: a) momento de escuta para resolução de conflitos; e, b) palestras com psicólogos e outros profissionais. Não poderia deixar de destacar a importância deste tipo de ação, que se constitui em uma forma de instrumentalizar professores(as) para que possam, além do enfrentamento individual, lutar coletivamente por melhores condições de trabalho para todos(as) profissionais da educação.

De uma forma geral, as autoras constataram, com a pesquisa, que os fatores predominantes que ocasionam o

adoecimento/sofrimento são: a sobrecarga de trabalho, a indisciplina dos(as) alunos(as); a falta de apoio pedagógico e familiar para o desenvolvimento da atividade docente e, por fim, a ineficiência das políticas públicas, que pouco contribuem para a melhoria das condições objetivas de trabalho dos docentes. Todos esses fatores, segundo as autoras da obra, impactam na qualidade da educação ofertada aos estudantes. Estabelecer a relação entre saúde mental e qualidade da educação deveria ser a norma, resgatando a epígrafe apresentada.

A obra relata, dentre outras formas de enfrentamento da problemática investigada, a importância da criação de redes de apoio pelos professores de modo colaborativo. Concordamos com as autoras que os professores precisam ser ouvidos em suas angústias, que devemos nos sensibilizar e ser empáticas com o sofrimento deles, que é genuíno, que impacta na sua vida pessoal e profissional. Com isso, ressaltamos que o sentimento de coletividade deve permear as ações de todos os participantes do processo educacional: professores(as), estudantes, pais ou responsáveis pelos(as) alunos(as) e funcionários.

O que tenho percebido em meus estudos sobre o sofrimento e o adoecimento de professores(as) é que adoecem porque querem ensinar, porque querem socializar os conhecimentos produzidos historicamente - função da escola, de acordo com Saviani (2003) -, porém, não estão encontrando recursos subjetivos e objetivos para desenvolver atividades pedagógicas promotoras de desenvolvimento. Urge, portanto,

buscar alternativas para mudar o contexto no qual estes(as) profissionais estão inseridos(as).

Reforçamos que a leitura desta obra é importante porque apresenta elementos sobre a temática do sofrimento e/ou adoecimento de professores(as) superando ideias que culpabilizam aquele(a) que sofre e, ao mesmo tempo, avança no sentido de compreender os determinantes históricos sociais que impactam na saúde mental dos professores. Esta obra, de certo modo, nos convida a ampliar o olhar sobre a saúde mental do(a) professor(a) e cria em nós uma necessidade urgente de valorização do trabalho do professor!

Sigamos juntos!

Maringá, 16 de setembro de 2025.

**Profa. Dra. Marilda
Gonçalves Dias Facci**

Referências

ALMEIDA, M. R. **A formação social dos transtornos do humor**. Tese de Doutorado, Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva, Faculdade de Medicina de Botucatu, Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Botucatu, SP, Brasil, 2018.

BARROS, M. **Memórias Inventadas**: A Segunda Infância. São Paulo: Planeta, 2006.

FACCI, M. G. D.; URT, S. C. (Orgs.). **Precarização do trabalho, adoecimento e sofrimento do professor**. 1ª ed. Piauí: EDUFPI, 2017.

FACCI, M. G. D.; URT, S. C. **Quando os professores adoecem**: demandas para a psicologia e a educação Campo Grande, MS: Ed. UFMS, 2020. p. 215-252.

MARX, K. **Manuscritos econômico-filosóficos**. São Paulo: Boitempo, 2008.

SAVIANI, D. **Pedagogia histórico-crítica**: primeiras aproximações. 8. ed. Campinas: Autores Associados, 2003.

ZEIGARNIK, B. V. **Introducción a la Patopsicología**. La Habana: Científico Técnica, 1979.

ZEIGARNIK, B. V. **Psicopatología**. Madrid: Akal Editor, 1981.

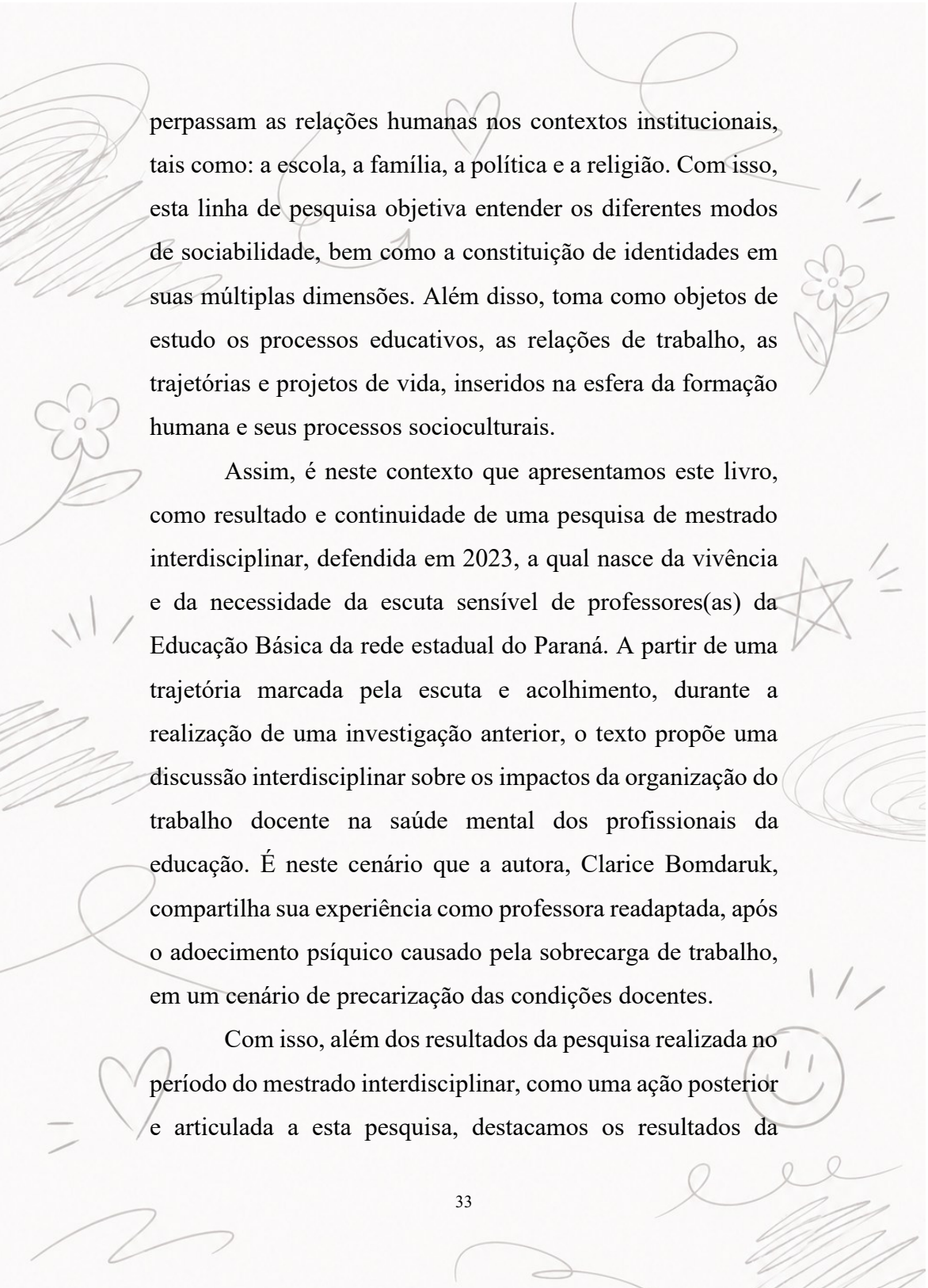


Apresentação



A interdisciplinaridade, tomando por base os estudos de Alvarenga *et al.* (2011) e Santos (2010, 2012), enquanto perspectiva de pesquisa, constitui uma característica marcante nas pesquisas realizadas pelo Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD), da Universidade Estadual do Paraná, Unespar, *Campus* de Campo Mourão. Vinculada à Teoria da Complexidade (Morin, 1991, 1996, 2005, 2016), tal perspectiva direciona nossos estudos no sentido de entendermos mais ampliadamente os aspectos que podem influenciar e/ou constituir um determinado objeto de pesquisa. Este livro teve apoio financeiro da CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) e inscreve-se em um projeto maior de continuidade dos resultados da pesquisa defendida. Esta produção também se vincula aos estudos interdisciplinares do grupo de pesquisa LIDERE/CNPq – Linguagem, Desenvolvimento, Educação e suas Relações, coordenado pela Profa. Dra. Maria Izabel Rodrigues Tognato, na Universidade Estadual do Paraná, Unespar, *Campus* de Campo Mourão, mais especificamente à linha de trabalho docente.

Os estudos apresentados neste livro inserem-se na Linha 1 de pesquisa do Programa supracitado, intitulada *Formação humana, processos socioculturais e instituições*, que visa ao entendimento dos processos socioculturais que



perpassam as relações humanas nos contextos institucionais, tais como: a escola, a família, a política e a religião. Com isso, esta linha de pesquisa objetiva entender os diferentes modos de sociabilidade, bem como a constituição de identidades em suas múltiplas dimensões. Além disso, toma como objetos de estudo os processos educativos, as relações de trabalho, as trajetórias e projetos de vida, inseridos na esfera da formação humana e seus processos socioculturais.

Assim, é neste contexto que apresentamos este livro, como resultado e continuidade de uma pesquisa de mestrado interdisciplinar, defendida em 2023, a qual nasce da vivência e da necessidade da escuta sensível de professores(as) da Educação Básica da rede estadual do Paraná. A partir de uma trajetória marcada pela escuta e acolhimento, durante a realização de uma investigação anterior, o texto propõe uma discussão interdisciplinar sobre os impactos da organização do trabalho docente na saúde mental dos profissionais da educação. É neste cenário que a autora, Clarice Bomdaruk, compartilha sua experiência como professora readaptada, após o adoecimento psíquico causado pela sobrecarga de trabalho, em um cenário de precarização das condições docentes.

Com isso, além dos resultados da pesquisa realizada no período do mestrado interdisciplinar, como uma ação posterior e articulada a esta pesquisa, destacamos os resultados da

implementação de um Projeto de Intervenção Pedagógica, no âmbito do Curso de Especialização do Programa de Desenvolvimento Educacional – PDE/UNIOESTE. Esta intervenção teve como foco o fortalecimento de estratégias de promoção da saúde mental docente, a partir dos resultados da pesquisa de mestrado, incluindo oficinas de escuta, rodas de conversa e momentos formativos voltados ao cuidado com os educadores. Tal iniciativa contribuiu com a formação continuada dos profissionais da educação, fortalecendo práticas institucionais de acolhimento.

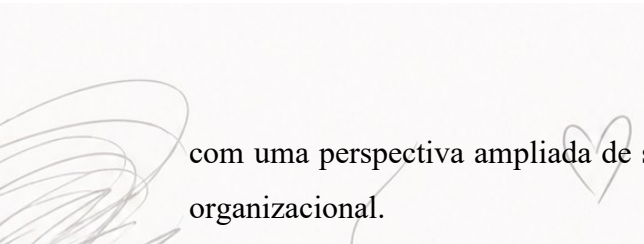
Por essas razões, a nosso ver, este livro representa uma contribuição significativa para os estudos interdisciplinares ao abordar a saúde mental docente de forma crítica, empírica e humanizada. Com base em uma investigação realizada no contexto escolar da rede estadual de ensino, esta obra oferece um olhar engajado sobre o sofrimento e os desafios enfrentados pelos professores no cotidiano da Educação Básica, promovendo a valorização do trabalho docente e fortalecendo o desenvolvimento comunitário escolar e regional.

Assim, esta obra mostra-se relevante indicando impactos positivos para diferentes níveis de desenvolvimento, tais como: comunitário, uma vez que propicia oportunidades de reflexão e ressignificação do trabalho coletivo no âmbito da

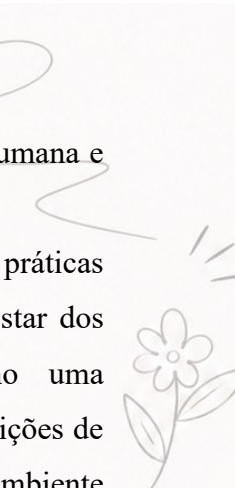
Educação em prol do bem-estar e da qualidade de vida profissional docente; local, visto que apresenta resultados e possibilidades de interação e engajamento entre os participantes da pesquisa, professores da Educação Básica de um mesmo contexto investigado, os quais recebem o retorno dos resultados da pesquisa, assim como também um trabalho extensivo de implementação como continuidade de uma formação com encaminhamentos e contribuições a sua saúde mental docente; regional, nacional ou internacional, por propiciar reflexões a partir da disseminação destes resultados, a fim de promover um debate social acerca da temática apresentada neste livro.

Tais níveis de desenvolvimento podem ser evidenciados por meio de diferentes tipos de impacto, a saber: o social, por promover a valorização do trabalho docente e fortalecer o desenvolvimento comunitário escolar e regional pelas redes de apoio e práticas de escuta entre educadores; o educacional, por contribuir para o bem-estar e uma melhor qualidade de vida em situação de trabalho, bem como para a formação continuada e qualificação dos profissionais da educação; o tecnológico, por utilizar recursos digitais na coleta de dados e sugerir a adoção de plataformas institucionais voltadas ao acolhimento docente; o econômico, apontar caminhos para a redução de afastamentos por adoecimento

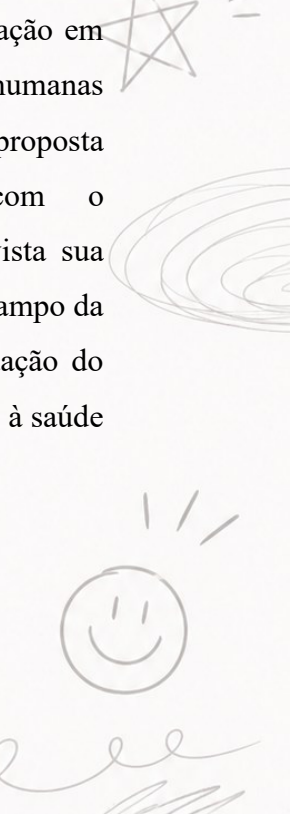
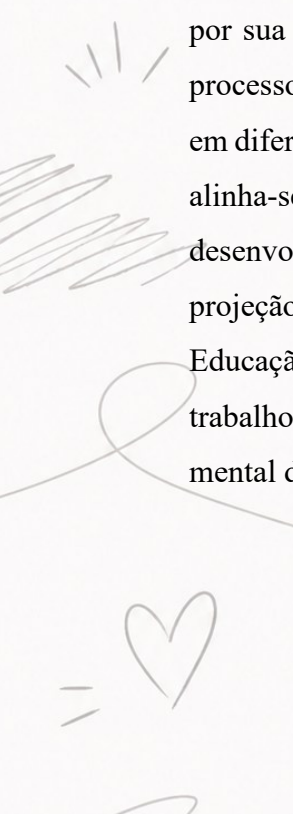
psíquico, com benefícios à gestão de recursos humanos na educação pública; o sanitário, por proporcionar um debate público e social como dimensão fundamental acerca da saúde mental do trabalhador e da qualidade da educação, destacando-se a necessidade de políticas de prevenção e de acolhimento no ambiente escolar; o cultural e o artístico, por promover uma mudança de cultura nas escolas, resgatando a dimensão sensível e expressiva da prática docente, por meio de experiências de escuta, diálogo e partilha; o profissional, por reconhecer e valorizar a docência como prática complexa que requer cuidado, reflexão e suporte institucional e por fortalecer a prática docente ao enfatizar estratégias de enfrentamento e cuidado, valorizando o protagonismo do professor na construção de sua própria saúde mental; o legal e institucional, por dialogar com a necessidade de políticas públicas que garantam os direitos dos profissionais da educação à saúde e ao bem-estar, servindo como subsídio à formulação de medidas de apoio e cuidado ao servidor, em especial, ao professor com reflexos na organização do trabalho e na promoção de ambientes escolares mais saudáveis; e, por fim, o ambiental, por propor um olhar ampliado sobre o ambiente escolar como espaço de convivência saudável, ressignificando-o como um lugar de cuidado, o que se alinha



com uma perspectiva ampliada de sustentabilidade humana e organizacional.



Ademais, esta proposta de livro dialoga com práticas de escuta e acolhimento que potencializam o bem-estar dos profissionais da educação, constituindo-se como uma importante ferramenta para a transformação das condições de trabalho e para a promoção da qualidade de vida no ambiente escolar. Ou seja, esta proposta de publicação pode estimular outras práticas e pesquisas, ao reafirmar a escuta ativa como ação formativa e política, reforçando a importância de ambientes educacionais éticos, empáticos e humanos. Enfim, por sua abrangência temática e potencial de mobilização em processos socioculturais que perpassam as relações humanas em diferentes contextos sociais e institucionais, nossa proposta alinha-se ao compromisso do PPGSeD com o desenvolvimento local e regional, sem perder de vista sua projeção nacional e sua pertinência internacional no campo da Educação e das políticas públicas de cuidado à situação do trabalho do professor, bem como às questões voltadas à saúde mental docente.





Introdução



Nos últimos anos, a Educação Básica no Brasil vem sofrendo transformações que têm impactado diretamente no trabalho docente. Isso tem acarretado exigências, pressão e sobrecarga de trabalho no professor, como, por exemplo, as questões tecnológicas e mudanças sociais que influenciam a prática profissional docente. No entanto, embora tenhamos tido avanços tecnológicos e outras ações como contribuições ao contexto educacional, ainda percebemos lacunas em relação às condições objetivas de trabalho, que acabam não sendo apropriadas para se atender às necessidades do processo de ensino e aprendizagem, como a sobrecarga de atribuições ao trabalho do professor, gerando problemas e/ou conflitos em relação à saúde mental docente.

Além disso, há que se considerar a falta de reconhecimento do trabalho docente pela sociedade, o que tem também contribuído para a precariedade da saúde mental dos professores. Por essas razões, enquanto pesquisadora responsável primeira pela pesquisa desenvolvida e, como uma das autoras deste livro, eu, Clarice, inicio ¹ este texto apresentando um relato da minha experiência como professora no contexto da Educação Básica pela rede estadual de ensino do estado do Paraná de modo a destacar as implicações no que

¹ Utilizamos a primeira pessoa do singular neste momento do texto em função da necessidade de se destacar minha história pessoal e profissional de modo a justificar nossa pesquisa.

tange à saúde mental docente. Sendo assim, em 2002, iniciei minha carreira na educação como professora de Língua Espanhola e Língua Portuguesa no Ensino Fundamental e Médio. Em 2005, fui aprovada pelo concurso público estadual, logo, atuei como professora efetiva por 17 anos, pela Secretaria de Educação e do Esporte do Paraná (SEED-PR)² com o ensino de Língua Espanhola no Centro de Línguas Estrangeiras Modernas (CELEM)³ em um Colégio da rede estadual de ensino em um município do interior do Estado do Paraná.

Nesse contexto, ao vivenciar muitas dificuldades e desafios em minha prática profissional, no que diz respeito às condições objetivas de trabalho, às mudanças impostas pelo sistema educacional e à sobrecarga de atribuições à situação de trabalho do professor, minha saúde mental foi apresentando sinais de adoecimento psíquico ao longo deste período. Desse modo, no início de 2018, com a saúde mental fragilizada, resolvi procurar ajuda médica psiquiátrica, sendo afastada da sala de aula, com diagnóstico de depressão, síndrome do

² Mais informações sobre a SEED neste endereço: <http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=1364>.

³ Informações sobre o CELEM encontram-se disponíveis em: <https://www.educacao.pr.gov.br/Celem>.

pânico e ansiedade⁴. Foram 23 meses entre idas e vindas à perícia médica, tornando-se um processo desgastante e humilhante, o que levou a minha readaptação definitiva⁵. Com isso, tive que me adaptar a minha nova função, como técnica pedagógica, obtendo, por conseguinte, uma nova identidade profissional. No início, ao assumir essa nova função, tinha receio de que não fosse me adaptar. No entanto, entendi que esta readaptação seria um fator favorável a minha saúde mental e que eu poderia me realizar nessa outra função fazendo algo que me proporcionasse maior satisfação e, ao mesmo tempo, poder contribuir com meus colegas de trabalho, pois os professores, de um modo geral, vivem, diariamente, suas angústias e aflições enfrentando os desafios que esta profissão lhes impõe, e assim, vivem um dia após outro sem esperanças de mudanças dessa realidade. Por outro lado, ainda há aqueles que resistem a tantas pressões psicológicas e à sobrecarga de suas atribuições tanto em sua prática pedagógica em sala de aula, quanto em sua prática profissional como um todo.

Enfim, trata-se de uma realidade vivenciada não somente por mim, mas por vários colegas de trabalho.

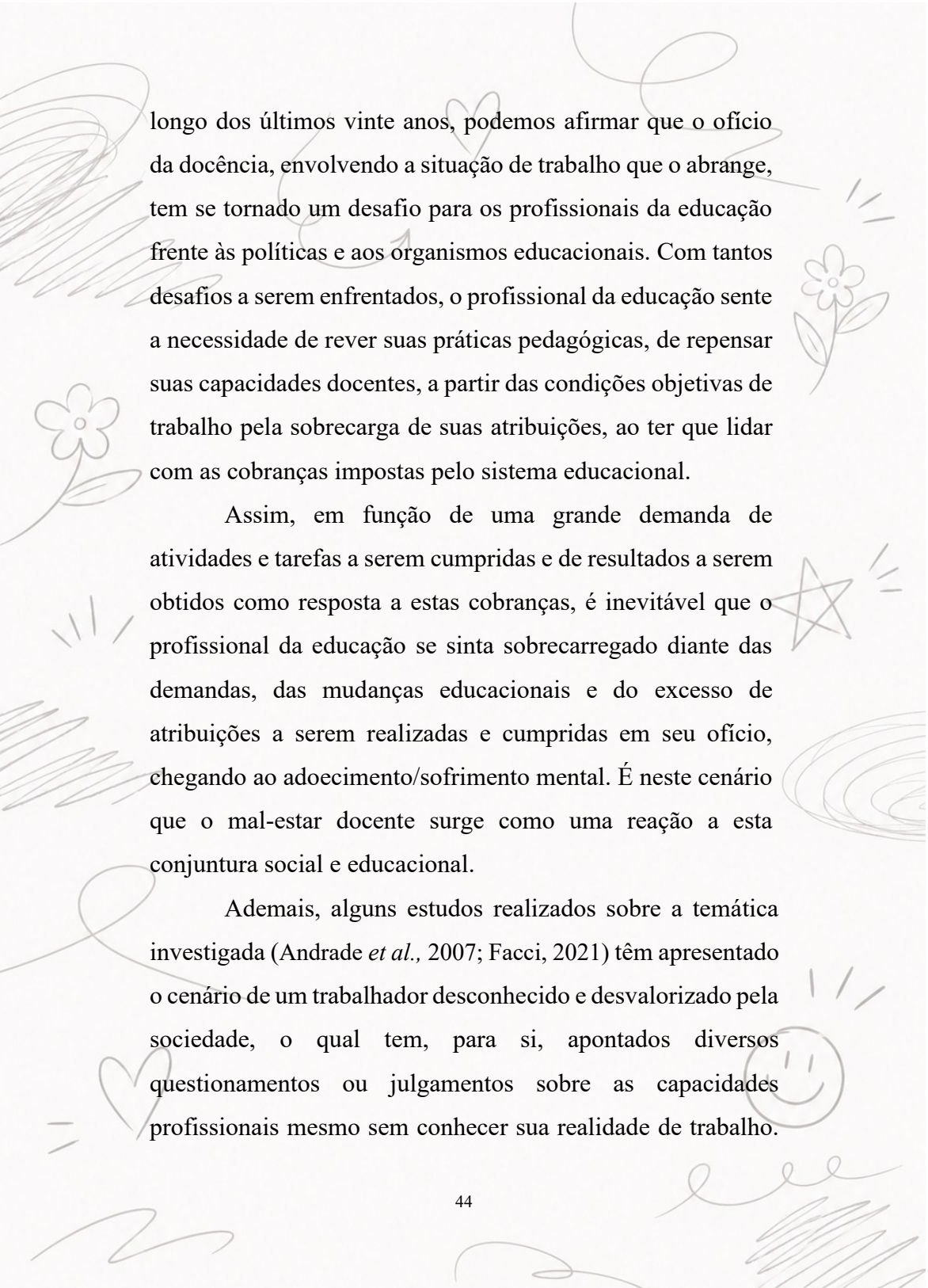
⁴ Trata-se de problemas psíquicos que têm ocorrido frequentemente no contexto educacional acometendo muitos professores de modo a abalar sua saúde mental.

⁵ A readaptação definitiva diz respeito à adequação do profissional em uma outra função que não seja a atuação em sala de aula, sendo, por isso, considerada uma readaptação funcional.

Entretanto, mesmo diante de tantos desafios, continuo acreditando, com toda certeza, na capacidade de transformação social pela educação. Posso dizer que, durante os meus primeiros anos de docência, pude me realizar nessa profissão árdua, mas, indescritivelmente bela. Pude também construir a minha história como docente no ensino de Língua Espanhola no CELEM, transmitindo e recebendo conhecimento, criando laços, vendo o desenvolvimento dos alunos e contribuindo para transformar vidas.

Diante do exposto e do vivido, com os resultados da pesquisa realizada no contexto de pós-graduação, tivemos como objetivo entender os fatores que contribuem para o sofrimento/adoecimento docente em situação de trabalho. Nosso interesse por estudar tal temática justifica-se pela necessidade de um maior entendimento sobre a situação de trabalho e da saúde mental dos professores, que vêm sendo afetada devido ao acúmulo de tarefas, muitas vezes, superior a sua capacidade física e mental, ocasionando o sofrimento/adoecimento mental docente. Nesse sentido, consideramos pertinente desenvolver uma investigação no que diz respeito à saúde mental do professor, pelo viés da pesquisa interdisciplinar.

Desse modo, tomando por base nossa experiência no contexto da Educação Básica da rede estadual de ensino, ao



longo dos últimos vinte anos, podemos afirmar que o ofício da docência, envolvendo a situação de trabalho que o abrange, tem se tornado um desafio para os profissionais da educação frente às políticas e aos organismos educacionais. Com tantos desafios a serem enfrentados, o profissional da educação sente a necessidade de rever suas práticas pedagógicas, de repensar suas capacidades docentes, a partir das condições objetivas de trabalho pela sobrecarga de suas atribuições, ao ter que lidar com as cobranças impostas pelo sistema educacional.

Assim, em função de uma grande demanda de atividades e tarefas a serem cumpridas e de resultados a serem obtidos como resposta a estas cobranças, é inevitável que o profissional da educação se sinta sobrecarregado diante das demandas, das mudanças educacionais e do excesso de atribuições a serem realizadas e cumpridas em seu ofício, chegando ao adoecimento/sofrimento mental. É neste cenário que o mal-estar docente surge como uma reação a esta conjuntura social e educacional.

Ademais, alguns estudos realizados sobre a temática investigada (Andrade *et al.*, 2007; Facci, 2021) têm apresentado o cenário de um trabalhador desconhecido e desvalorizado pela sociedade, o qual tem, para si, apontados diversos questionamentos ou julgamentos sobre as capacidades profissionais mesmo sem conhecer sua realidade de trabalho.

Isso, de algum modo, contribui para a vulnerabilidade da identidade do professor, o que acarreta conflitos psicológicos, sociais, comportamentais e econômicos. Além desta questão da desvalorização do trabalho docente pela sociedade, há que se considerar o período mais difícil e desafiador que vivenciamos recentemente, como foi o caso da pandemia pelo Covid-19, abrangendo o período de 2020 a 2021, o que agravou ainda mais a saúde mental docente.

Nesse contexto, o trabalho do professor no formato de ensino remoto emergencial nas instituições escolares, para muitos, pode ter sido também um ambiente favorável ao agravamento e ao adoecimento mental. Além disso, nem todos estavam preparados para viver essa nova realidade, seja pela dificuldade de manusear os recursos tecnológicos ou mesmo por não possuírem os instrumentos necessários para a sua execução, gerando dificuldades e frustrações, acentuando alguns problemas de saúde, como os de ordem psicológica (Guimarães, 2021).

Nessa perspectiva, os impactos da pandemia, fundamentados pelas notícias jornalísticas de morbimortalidade, pelas pressões vindas das instituições de ensino relacionadas ao uso das tecnologias digitais, juntadas a sua vida conjugal, materna e doméstica e muitas outras atribuições que os professores já possuíam ou passaram a ter

com esse período, agregaram elementos ao sofrimento/adoecimento mental docente. Diante dessa realidade social e educacional, estes profissionais vivenciaram diferentes formas de sofrimento ao confrontarem-se com situações desfavoráveis ao processo de ensino e aprendizagem em suas atividades.

Por essas razões, com esta investigação, buscamos entender os fatores que contribuem para o sofrimento/adoecimento mental docente em situação de trabalho, pelo viés da pesquisa interdisciplinar. Partindo deste objetivo mais amplo, sistematizamos os seguintes objetivos específicos a serem investigados a partir das percepções dos professores participantes da pesquisa:

1) Apontar os fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento/sofrimento mental docente em situação de trabalho;

2) Identificar as sugestões e/ou possibilidades de ações de enfrentamento às condições objetivas de trabalho e à sobrecarga de atribuições para a qualidade da saúde mental docente.

Para tanto, nossos estudos baseiam-se na perspectiva da pesquisa interdisciplinar (Alvarenga *et al.*, 2011; Santos, 2010, 2012), vinculada à Teoria da Complexidade (Morin, 1991, 1996, 2005, 2016), além de outros estudos que embasam

nossa investigação relacionados à temática proposta, como Andrade (2019), Amaral (2021), Frota (2019), Silva (2021) e Maia (2022). No que concerne à perspectiva interdisciplinar, consideramos nossa pesquisa fundamental ao desenvolvimento do contexto de atuação profissional dos professores participantes deste processo de investigação, uma vez que foi possível analisar os diferentes fatores, oriundos de campos teóricos distintos, que podem influenciar a saúde mental do professor em situação de trabalho, assim como os aspectos de vulnerabilidade, adoecimento docente e os desafios que envolvem esta prática profissional.

Para as análises, pautamos nossos estudos em alguns dos princípios da Teoria da Complexidade (Morin, 1991, 1996, 2005, 2010, 2011, 2016), tais como: o princípio hologramático e o da recursividade, bem como nos pressupostos teórico-metodológicos do Interacionismo Sociodiscursivo (ISD) (Bronckart, 1997[2009]), por meio de alguns procedimentos de análise como o contexto de produção, o plano global e/ou a macroestrutura, além do uso de SOT (Segmentos de Orientação Temática – temas) e STT (Segmentos de Tratamento Temático – subtemas) (Bronckart, 2008; Bulea, 2010). Além disso, as categorias foram definidas com base nos objetivos da pesquisa e baseadas em aspectos que envolvem a realidade profissional

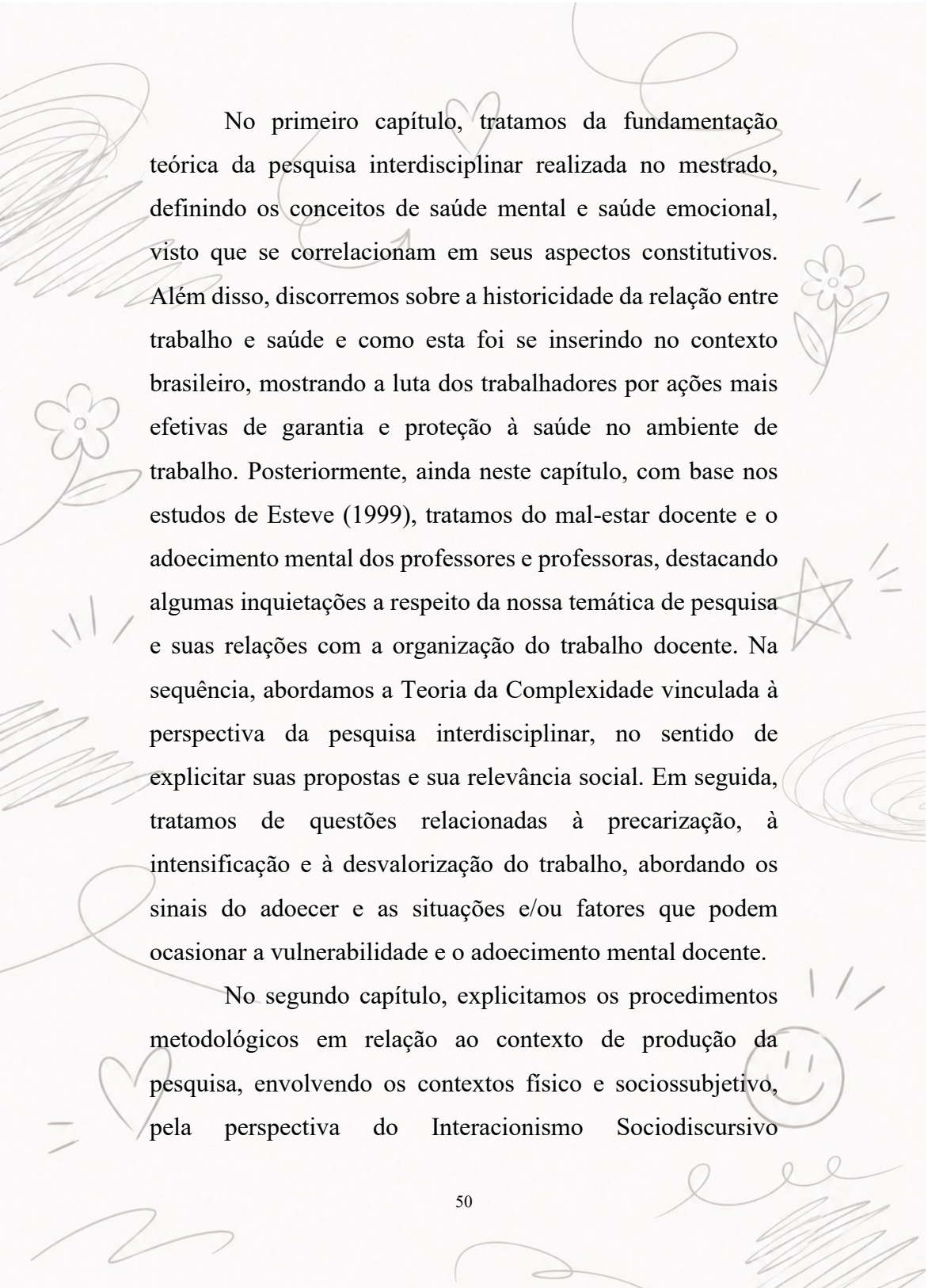
dos docentes, como mostram alguns estudos (Codo, 1999; Meleiro, 2012; Reinhold, 2012; Vilela; Garcia; Vieira, 2013).

No que concerne à natureza da pesquisa, fundamentamos a metodologia na abordagem mista (Lakatos, 2010, 2015, 2018; Cano, 2012; Creswell, 2010, 2015; Creswell; Clark, 2018), envolvendo a quantitativa e a qualitativa. De acordo com Creswell (2010), o método misto de pesquisa é uma abordagem que combina ou mescla tanto o método quantitativo quanto o qualitativo, propiciando a obtenção de dados mais precisos e uma compreensão mais aprofundada dos dados obtidos. Em relação aos procedimentos de coleta e geração de dados, utilizamos estudos bibliográficos e um questionário *online*, via *Google Forms*, envolvendo todos os professores do contexto investigado, sendo um total de 28 docentes participantes desta pesquisa, de diversas áreas do conhecimento, que atuam na Educação Básica, da rede estadual, do Ensino Fundamental II e do Ensino Médio de uma escola pública, em um município do norte/noroeste do Paraná.

Ademais, neste livro, também discorreremos sobre uma implementação realizada como atividade inerente a um Projeto de Intervenção Pedagógica, realizado para a conclusão de um período de formação continuada junto ao Programa de Desenvolvimento Educacional – PDE/UNIOESTE, oferecido pelo governo do Estado do Paraná, SEED, em parceria com as

Universidades Estaduais. Esta intervenção teve como objetivo desenvolver uma continuidade da pesquisa de mestrado, com os mesmos professores participantes, no sentido de poder retornar-lhes uma contribuição para o fortalecimento de estratégias de promoção da saúde mental docente, por meio de oficinas de escuta, rodas de conversa e momentos formativos tendo como foco o cuidado com os educadores. Tal iniciativa, a nosso ver, contribui para a formação continuada dos profissionais da educação, fortalecendo práticas institucionais de acolhimento.

No que se refere à organização textual deste livro, primeiramente, apresentamos a introdução da nossa proposta do livro apontando aspectos da realidade vivida em relação ao tema proposto, evidenciando o lugar de fala da pesquisadora por meio do relato de sua experiência, vivenciada no seu contexto de produção e os motivos pela escolha da temática, além da justificativa e relevância da investigação realizada, seus objetivos geral e específicos, a teoria norteadora deste estudo, a natureza da pesquisa e seus procedimentos metodológicos de coleta, geração e análise de dados. Além disso, discorreremos sobre um trabalho posterior à pesquisa como parte de um curso de especialização do Programa de Desenvolvimento Educacional – PDE/UNIOESTE, oferecido pelo governo estadual do Paraná.



No primeiro capítulo, tratamos da fundamentação teórica da pesquisa interdisciplinar realizada no mestrado, definindo os conceitos de saúde mental e saúde emocional, visto que se correlacionam em seus aspectos constitutivos. Além disso, discorreremos sobre a historicidade da relação entre trabalho e saúde e como esta foi se inserindo no contexto brasileiro, mostrando a luta dos trabalhadores por ações mais efetivas de garantia e proteção à saúde no ambiente de trabalho. Posteriormente, ainda neste capítulo, com base nos estudos de Esteve (1999), tratamos do mal-estar docente e o adoecimento mental dos professores e professoras, destacando algumas inquietações a respeito da nossa temática de pesquisa e suas relações com a organização do trabalho docente. Na sequência, abordamos a Teoria da Complexidade vinculada à perspectiva da pesquisa interdisciplinar, no sentido de explicitar suas propostas e sua relevância social. Em seguida, tratamos de questões relacionadas à precarização, à intensificação e à desvalorização do trabalho, abordando os sinais do adoecer e as situações e/ou fatores que podem ocasionar a vulnerabilidade e o adoecimento mental docente.

No segundo capítulo, explicitamos os procedimentos metodológicos em relação ao contexto de produção da pesquisa, envolvendo os contextos físico e sociossubjetivo, pela perspectiva do Interacionismo Sociodiscursivo

(Bronckart, 1997[1999]), discorrendo sobre o local, os participantes e a natureza da pesquisa, os objetivos geral e específicos, bem como os procedimentos e/ou critérios de coleta, geração e tratamento dos dados.

No terceiro capítulo, discutimos os resultados das análises dos dados obtidos ressaltando questões relacionadas à reação e à superação, como enfrentamento e resistência. Para isso, retomamos os objetivos específicos de nossa pesquisa de modo a respondê-los. Assim, primeiramente, discorremos sobre os aspectos sociais e culturais constitutivos da saúde mental docente. Em seguida, apontamos os fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento psíquico docente e, por fim, as ações de enfrentamento para a saúde mental docente. Para finalizar o capítulo, sintetizamos a discussão dos resultados obtidos de acordo com o que pretendíamos para esta investigação. Ao final de cada capítulo, apresentamos uma síntese com o intuito de explicitarmos o que foi exposto, destacando a relevância das informações apresentadas, com o intuito de oferecer ao leitor uma melhor compreensão entre os diferentes aspectos discutidos.

No quarto capítulo, apresentamos o trabalho desenvolvido e implementado na Educação Básica, para o

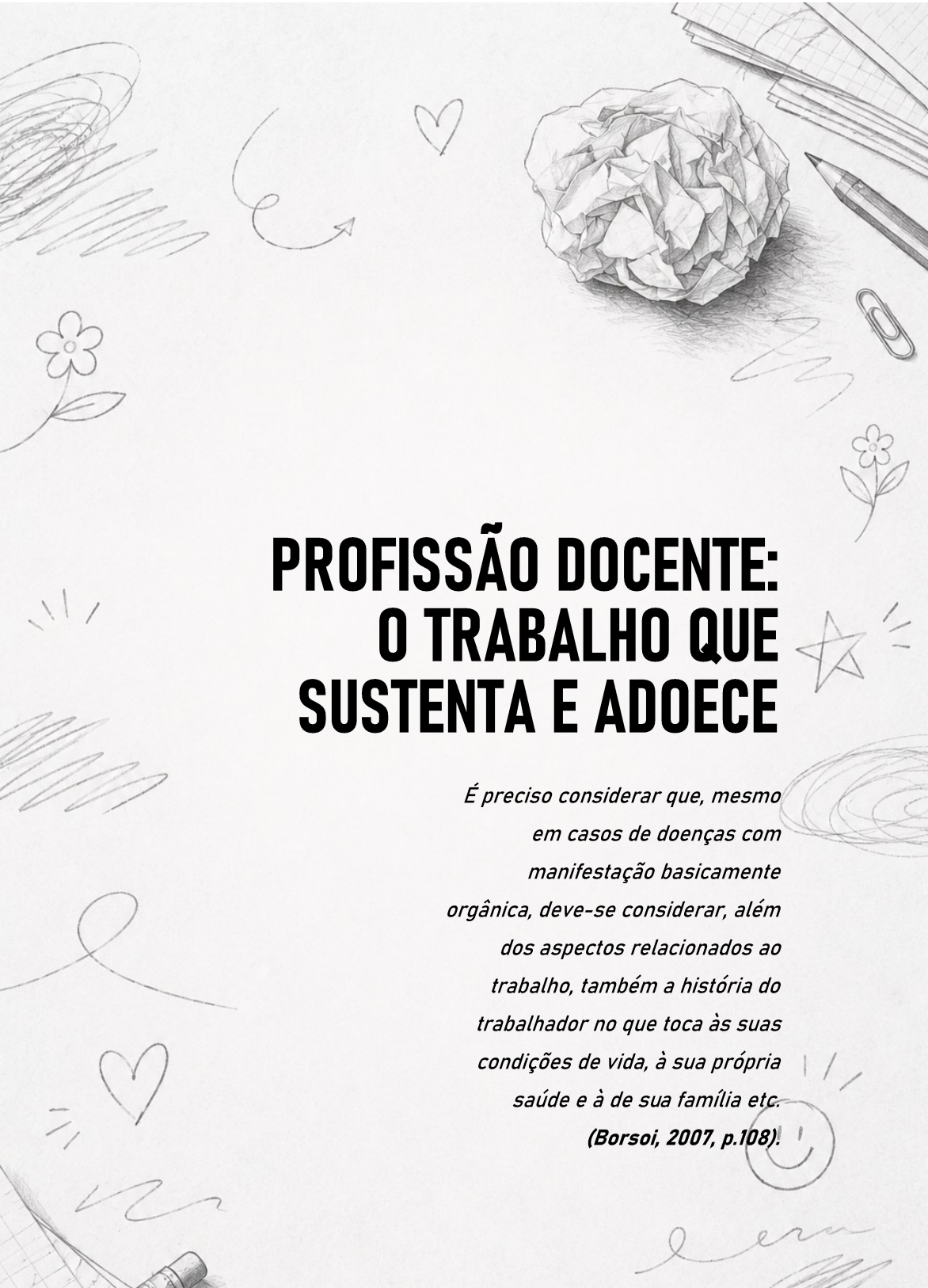
PDE, e seus resultados⁶, junto aos professores que haviam participado da nossa pesquisa de mestrado, como uma forma de oferecer um retorno, um encaminhamento com possíveis contribuições ao contexto investigado na pesquisa de mestrado, o que contribui para ressignificarmos os desafios enfrentados no percurso profissional, que podem implicar na saúde mental docente.

Enfim, esperamos, com a publicação deste livro, poder contribuir para a ampliação e disseminação dos conhecimentos científicos acerca do tema proposto, para o contexto investigado, para o Programa de Pós-Graduação Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD) a Unespar, bem como a todos os(as) professores(as) e pesquisadores(as), a partir dos resultados de nossa pesquisa e do trabalho realizado posteriormente junto ao PDE como contribuições para pesquisas posteriores no que tange aos cuidados e à superação quanto aos desafios da saúde mental docente.

Na sequência, trataremos das discussões teóricas que fundamentam a nossa pesquisa.

⁶ Os resultados deste trabalho, mencionados neste livro, encontram-se em avaliação para uma publicação junto ao PDE.





PROFISSÃO DOCENTE: O TRABALHO QUE SUSTENTA E ADOECE

É preciso considerar que, mesmo em casos de doenças com manifestação basicamente orgânica, deve-se considerar, além dos aspectos relacionados ao trabalho, também a história do trabalhador no que toca às suas condições de vida, à sua própria saúde e à de sua família etc. (Borsoi, 2007, p.108).

Neste capítulo, visamos a discutir questões relacionadas ao trabalho e à saúde mental, partindo de concepções mais amplas para algumas mais específicas no que se refere ao trabalho e à saúde docentes. Para tanto, primeiramente, este capítulo tratará da saúde mental e doença/sofrimento mental no trabalho, do trabalho que sustenta e o trabalho que adoecer apontando os sinais do adoecer e o espelho da dor, o ser professor em tempos de pandemia e os desafios e transformações enfrentados pelos docentes durante este período e a intensificação, precarização e desvalorização do trabalho docente.

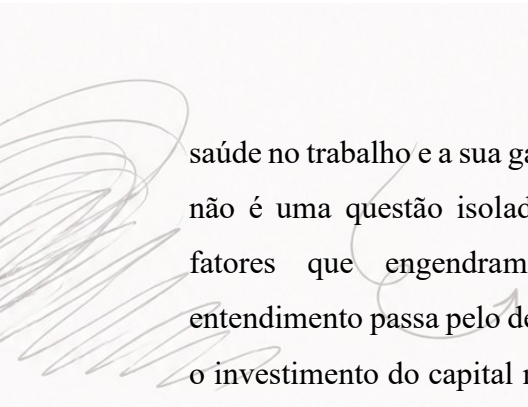
Na sequência, discorreremos sobre a teoria da complexidade e a pesquisa interdisciplinar, abordando dois de seus princípios, a saber: o princípio da recursividade organizacional e o princípio hologramático. Por fim, trataremos das pesquisas desenvolvidas sobre a saúde mental docente, as quais compõem o nosso Estado da Arte, finalizando com uma síntese do capítulo.

1.1 Saúde mental e doença/sofrimento mental no trabalho

Para discorrer sobre saúde mental e doença/sofrimento mental no trabalho, desenvolvemos uma retomada histórica no sentido de contextualizar a importância dessas temáticas para

a sociedade e, em especial, o contexto educacional. Assim, por meio de um estudo bibliográfico, tomando por base os estudos de Andrade (2007), constatamos que, já na antiguidade, as discussões sobre tais temáticas evidenciavam que os trabalhadores que sofriam em decorrência da natureza das suas atividades e eram acometidos por agravos à saúde não pertenciam às camadas privilegiadas da sociedade. Além disso, como escravos ou servos tinham sob suas responsabilidades o desenvolvimento de quaisquer tarefas que exigiam esforços físicos implicando em riscos à saúde. As questões relacionadas ao trabalho e à saúde/doença pareciam não evidenciar a preocupação em preservar ou promover a saúde da população trabalhadora.

Com a chegada do capitalismo, muito foi investido na força de trabalho em linhas de produção, o que gerou uma maior preocupação com o trabalho e suas relações com a saúde do trabalhador. Com isso, a problemática da saúde da população e da doença da pobreza passou a apresentar-se não somente como questão política, mas também como econômica a partir do século XVIII. Após este contexto, as discussões sobre as relações entre trabalho e saúde/doença ganharam mais espaço, a partir da segunda metade do século XX. Porém, de acordo com Andrade (2007), tais preocupações começaram a ser intensificadas na última década. Ademais, a



saúde no trabalho e a sua garantia em relação aos trabalhadores não é uma questão isolada, mas determinada por múltiplos fatores que engendram a vida em sociedade. Este entendimento passa pelo desvelamento de ações que vão desde o investimento do capital no corpo e na saúde de sua força de produção à mobilização pessoal do trabalhador por melhores condições em seu ambiente de trabalho.



Além disso, há que se destacar o papel social do âmbito coletivo, como a organização das instâncias civis e representativas como espaços fundamentais para a luta por direitos no que tange às questões relacionadas ao trabalho e à saúde do trabalhador. Estas questões não se configuram de forma diferente com os/as profissionais da educação, em particular, os docentes. Apesar de, muitas vezes, ser desconhecida ou mesmo ignorada, a historicidade acerca da articulação trabalho e saúde docente dá mostras da seriedade da problemática e sinaliza para as evidências do padecimento dos professores e professoras que não mais se ocultam, denunciando uma tensão que já não admitem ser relegada a outro plano (Andrade, 2007, p.67).



Por essas razões, é fundamental entendermos a concepção de saúde mental, conforme definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como sendo “o estado de bem-estar mental que capacita ou dá condições às pessoas

para lidar com o estresse da vida, perceber suas habilidades, aprender e trabalhar bem, e contribuir com sua comunidade”⁷ (OMS, 2022, p. 1). Vinculada a esta definição, encontramos uma explicação da Biblioteca Virtual em Saúde, do Ministério da Saúde (Brasil, 2017, p.1), ressaltando a importância do “estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade”⁸. Em outras palavras, é fundamental que as políticas públicas pensem e cuidem do bem-estar e da qualidade de vida dos profissionais da Educação.

No entanto, de acordo com Lunardi (1999), tomando por base os estudos de Dejours (1991), a definição de OMS é considerada como algo inatingível, ressaltando que a normalidade é um estado em que as doenças estão estáveis devido à ação de estratégias defensivas; quanto à saúde mental, nunca é verdadeiramente atingida e é evidente a relação entre saúde física e saúde mental. Portanto, o trabalho pode contribuir para a saúde ou para a doença, sendo um elemento

⁷ “*Mental health is a state of mental well-being that enables people to cope with the stresses of life, realize their abilities, learn well and work well, and contribute to their community*” (OMS, 2022, p. 1). Disponível em: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

⁸ Mais informações do Ministério da Saúde (Brasil, 2017) em: <https://bvsmis.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/>.

fundamental na construção da saúde mental, moldando a identidade do trabalhador e podendo levá-lo ou não a sua autorrealização e a sua autoestima, propiciando reconhecimento e oportunidades de relações sociais. Ademais, para Guimarães (1999, p.23), a saúde mental e trabalho envolvem o estudo da dinâmica, da organização e dos processos de trabalho, visando à promoção da saúde mental do trabalhador, por meio de ações diagnósticas, preventivas e terapêuticas eficazes.

Para Pereira, Barros e Augusto (2011), o conceito de saúde mental faz referência ao homem em seu todo biopsicossocial⁹ e ao contexto social em que está inserido, considerando-se a fase de desenvolvimento em que se encontra. Nesse sentido, corroboramos com Fonseca (1985) ao ressaltar a saúde mental como um equilíbrio dinâmico que resulta da interação do indivíduo com os seus vários ecossistemas: o seu meio interno e externo, as suas características orgânicas e os seus antecedentes pessoais e familiares.

⁹ De acordo com Pereira, Barros e Augusto (2011, p.523), trata-se de um “paradigma biopsicossocial, que busca superar o paradigma curativista ou biomédico, se refletindo em transformações no conceito de saúde, na compreensão sobre o processo saúde-doença, na organização do sistema brasileiro de saúde pública e nas práticas profissionais em saúde”. Segundo as autoras (2011, p.526), “o modelo biopsicossocial pressupõe ações integradas e interdisciplinares”.

Um outro aspecto a ser levado em conta são as mudanças que têm ocorrido na vida laboral nos últimos anos, na tentativa de se obter melhores condições de trabalho, como um ambiente mais limpo e menos insalubre, com menor risco de acidentes e doenças. Entretanto, tais mudanças nos processos de trabalho têm criado novas formas de sofrimento e/ou adoecimento, muito relacionadas ao funcionamento psicológico dos trabalhadores, espalhando-se nos mais diversos ambientes de trabalho como o setor de serviços.

As questões relativas à doença mental ainda ocupam um lugar bastante nebuloso. As doenças crônicas, por exemplo, podem ser comprovadas por meio de um exame. A doença mental, muitas vezes, é concebida como uma fraqueza do sujeito, acarretando preconceito e julgamento. As pessoas não querem ser posicionadas no lugar daqueles que têm transtornos mentais, com o risco de serem vistas como fracas ou descontroladas, o que envolve questões morais e éticas. Nessa perspectiva, a nosso ver, há que se considerar o papel da psicopatologia do Trabalho (Le Guillant, 1984), que se preocupou em fundamentar a clínica do sofrimento e a relação psíquica com o trabalho a partir do início dos anos 1980. Trata-se de uma abordagem, conforme explicita Lima (1998, p.12), que propõe

[...] verificar o papel do meio no surgimento e no desaparecimento dos distúrbios mentais. Em outras palavras, apesar de não negar a presença de fatores orgânicos e psíquicos no adoecimento, Le Guillant busca nas transformações sócio-históricas os elementos essenciais para compreender a gênese das doenças mentais. (Lima, 1998, p.12).

Diante do exposto, reconhecemos a relevância desta área para uma maior compreensão acerca da saúde mental no trabalho. Além disso, segundo Codo *et al.* (1993), nessa nova perspectiva, o trabalho na clínica psicológica pode ultrapassar seus conceitos filosóficos, econômicos e sociológicos, passando a ser definido como uma psicopatologia, que tem sua origem nas pressões do trabalho, pressões essas que ameaçam o equilíbrio psíquico e a saúde mental na organização do trabalho (Dejours, 1994). Vinculado a esta concepção, Dejours (1998) também ressalta que as relações de trabalho, dentro das organizações, frequentemente, despojam o trabalhador de sua subjetividade, excluindo o sujeito e tornando o homem uma vítima do seu trabalho.

Uma outra área que pode auxiliar em nossa investigação é a psicodinâmica do trabalho. Esta área é desenvolvida pela Clínica da Atividade¹⁰ (Clot, 1999 [2006]),

¹⁰ No que concerne às questões teórico-metodológicas referentes à Clínica da Atividade, recomendamos a leitura de CLOT, Y. A função psicológica do trabalho. Petrópolis: Vozes, 2006.

que é a “denominação escolhida por Yves Clot para o método desenvolvido por ele e sua equipe no *Conservatoire National des Arts et Métiers* (CNAM), em Paris, no qual é professor e responsável pelo Laboratório de Psicologia do Trabalho” (Lima, 2007, p.100). No que diz respeito à psicodinâmica do trabalho, tomando por base a pesquisa de Tognato (2009, p.25), de acordo com Dejours (Heldani; Lankman, 2004), esta área foi iniciada por Dejours (1980), sendo considerada uma área clínica.

Segundo Heldani e Lancman (2004), trata-se de um método clínico de intervenção e investigação, que visa a “compreender os aspectos psíquicos e subjetivos do trabalhador mobilizados a partir das relações e da organização do trabalho, ligando a intervenção à pesquisa, sendo, pelas suas características específicas, intitulada clínica do trabalho” por buscar “desenvolver o campo da saúde mental e trabalho, retornando a ele constantemente”. Sendo assim, “a Clínica da Atividade (Clot, 1999 [2006]), pela Psicologia do Trabalho, privilegia a função psicológica do coletivo de trabalho, por meio de psicodinâmica de grupo” (Tognato, 2009, p.23). Consideramos esta área fundamental, que pode ser melhor explorada em estudos posteriores, no sentido de poder contribuir para o coletivo de trabalho em relação às questões tratadas nesta pesquisa.

1.2 O trabalho que sustenta e o trabalho que adocece

Os desafios que afetam e preocupam os profissionais da educação não são uma temática nova, uma vez que estão intrinsecamente ligados à origem da profissão, ao seu desenvolvimento histórico e a sua valorização na sociedade. Segundo Aguiar e Almeida (2008), a crise na educação escolar está vinculada ao entendimento de que há também uma crise na educação familiar e na própria sociedade, que se sustenta em bases frágeis constituídas por valores morais e éticos, que permeiam a vida moderna. Existe uma disparidade marcante entre a visão idealizada do papel de um professor e a realidade tangível em que essa função é exercida. Para as autoras, a crise na educação tem se intensificado com o passar dos anos, ao afirmarem que:

A crise na educação arrasta-se há muitos anos, sem perspectiva de solução em curto prazo, e que a escola acaba sofrendo as consequências de uma sociedade conflituosa, pois a escola é parte integrante dessa mesma sociedade. (Aguiar; Almeida, 2008, p. 27).

Com isso, reconhecemos o sofrimento e os conflitos pelos quais a escola tem passado como consequência de uma

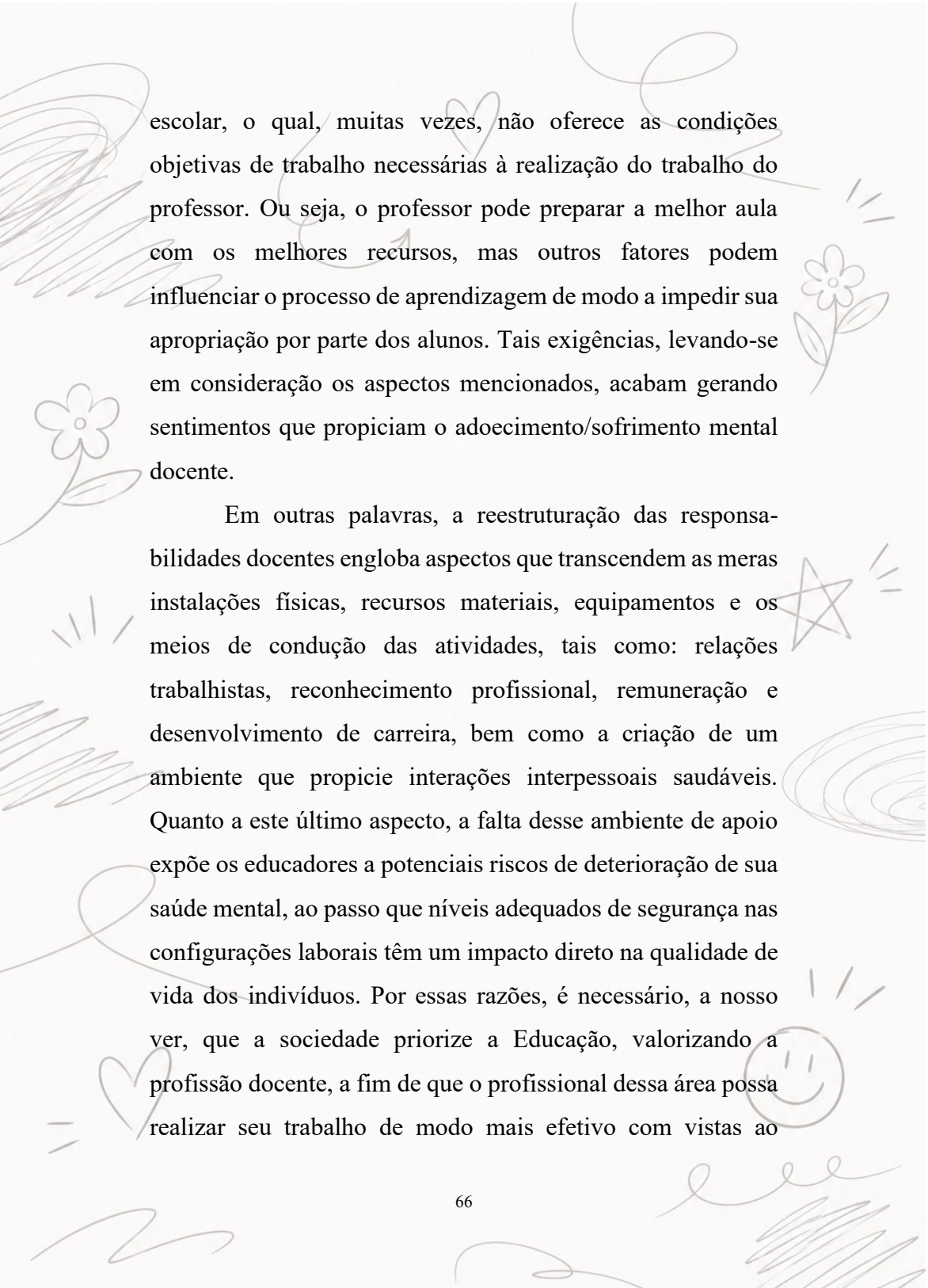
sociedade complexa que parece não ter entendido ainda o papel da educação na formação humana e no seu próprio desenvolvimento. Diante disso, consideramos as várias reformulações ocorridas na esfera das políticas educacionais nas últimas décadas, o que tem resultado em transformações na estrutura escolar, bem como desencadeado uma reavaliação do papel e das atribuições do professor, impactando diretamente em suas práticas pedagógicas. Além disso, esse fenômeno tem refletido intrinsecamente na saúde dos profissionais da educação, com foco particular naqueles que estão envolvidos nas atividades de ensino. Dentre as mudanças e/ou transformações mencionadas, Carlotto (2002), destaca alguns aspectos, a saber:

Dentre várias questões impostas pela nova organização do trabalho, algumas foram especificamente formuladas aos professores: 1) desenvolver métodos eficazes a serem seguidos pelos professores; 2) determinar, em função disso, qualificações necessárias para o exercício da atividade; 3) capacitá-los em consonância com as qualificações, ou colocar requisitos de acesso; 4) fornecer formação permanente que mantivesse o professor à altura de suas tarefas durante sua permanência na instituição; 5) dar-lhe instruções detalhadas sobre como realizar seu trabalho; e 6) controlar permanentemente o fluxo do produto

parcialmente desenvolvido, isto é, o aluno. (Carlotto, 2002, p. 22).

Tais mudanças impostas pela nova organização do trabalho podem ter seus benefícios, por outro lado, podem acabar propiciando uma redução da autonomia do trabalho do professor e do seu agir docente como, por exemplo, ao mencionar “desenvolver métodos eficazes a serem seguidos pelos professores” e “controlar permanentemente o fluxo do produto parcialmente desenvolvido, isto é, o aluno”, gerando alguns sentimentos como angústia, frustração, insatisfação, desânimo e tristeza, o que colabora para o adoecimento/sofrimento mental docente. O uso dos termos “métodos eficazes” demonstra uma exigência de estratégias de ensino que permitam obter resultados positivos e significativos e o uso dos termos “a serem seguidos pelos professores” reforça esta exigência.

No entanto, como sabemos, o processo de ensino e aprendizagem é influenciado e constituído por muitos fatores, não somente em relação aos aspectos inerentes ao ato de ensino, que envolvem preparação de aulas, uso de metodologias e estratégias específicas para a obtenção de resultados e recursos didáticos necessários a um ensino mais efetivo para que a aprendizagem ocorra de fato. Ademais, no que tange aos aspectos relacionados aos alunos, aos contextos sociais e familiares nos quais estão inseridos, além do contexto



escolar, o qual, muitas vezes, não oferece as condições objetivas de trabalho necessárias à realização do trabalho do professor. Ou seja, o professor pode preparar a melhor aula com os melhores recursos, mas outros fatores podem influenciar o processo de aprendizagem de modo a impedir sua apropriação por parte dos alunos. Tais exigências, levando-se em consideração os aspectos mencionados, acabam gerando sentimentos que propiciam o adoecimento/sofrimento mental docente.

Em outras palavras, a reestruturação das responsabilidades docentes engloba aspectos que transcendem as meras instalações físicas, recursos materiais, equipamentos e os meios de condução das atividades, tais como: relações trabalhistas, reconhecimento profissional, remuneração e desenvolvimento de carreira, bem como a criação de um ambiente que propicie interações interpessoais saudáveis. Quanto a este último aspecto, a falta desse ambiente de apoio expõe os educadores a potenciais riscos de deterioração de sua saúde mental, ao passo que níveis adequados de segurança nas configurações laborais têm um impacto direto na qualidade de vida dos indivíduos. Por essas razões, é necessário, a nosso ver, que a sociedade priorize a Educação, valorizando a profissão docente, a fim de que o profissional dessa área possa realizar seu trabalho de modo mais efetivo com vistas ao

desenvolvimento da sociedade. No que tange a esta questão, Robalino destaca que:

A valorização da profissão docente inclui, também, a atenção aos diversos aspectos da vida profissional e pessoal dos trabalhadores da educação como condição fundamental para um bom desempenho e para garantir seu direito a um trabalho que seja fonte de alegria e realização (Robalino, 2012, p.317).

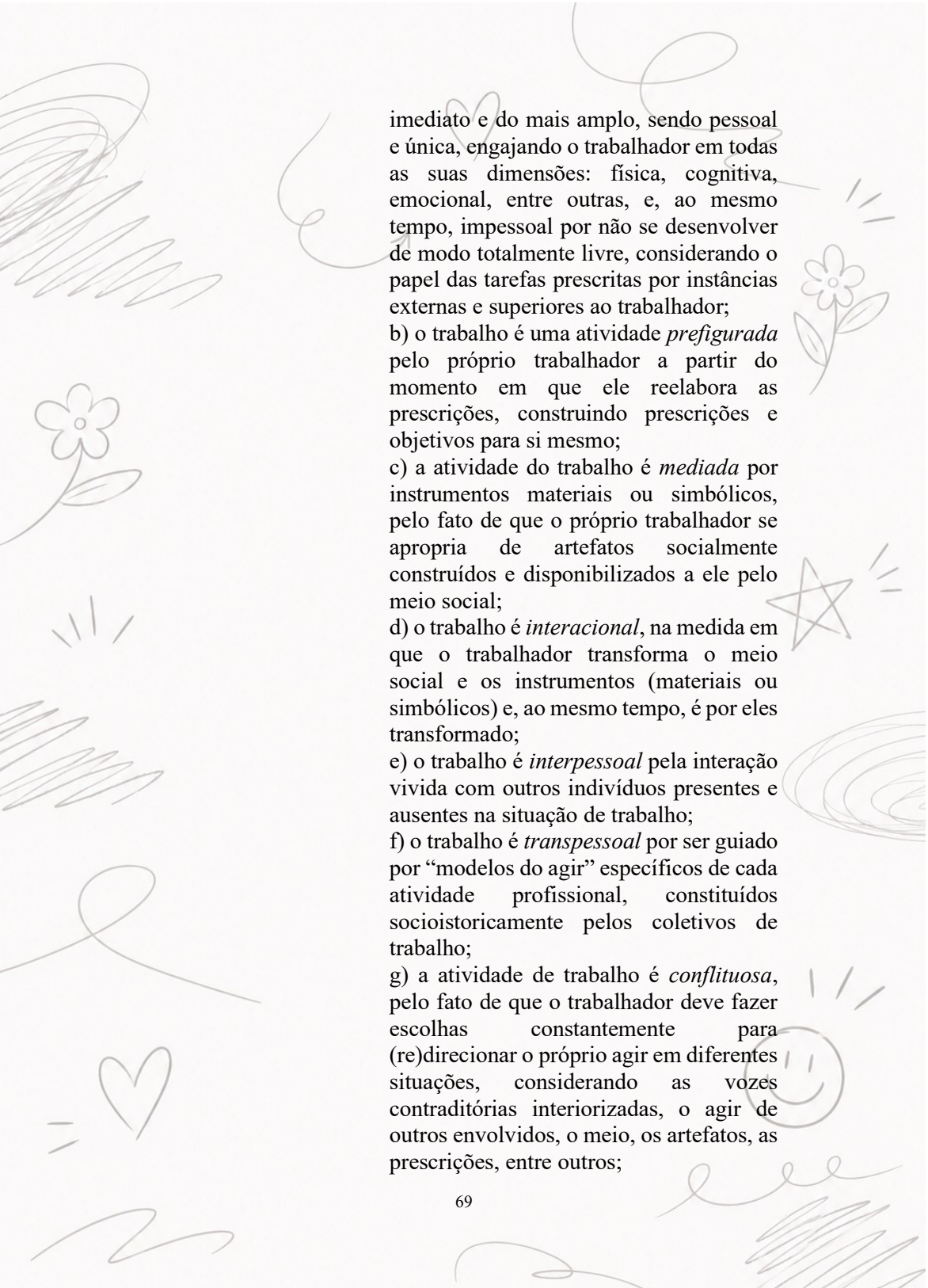
Isso posto, corroboramos com Robalino ao destacar a importância da valorização da profissão docente como elemento fundamental não somente para a realização deste trabalho, mas também como contribuição aos avanços sociais, culturais e educacionais. A docência como trabalho, de envolvimento interpessoal, apresenta implicações significativas tanto no âmbito profissional, quanto pessoal para os educadores. Isso ocorre porque está intrinsecamente relacionada a uma série de fatores sociais, culturais, políticos e econômicos interligados à identidade do professor. Esse indivíduo enfrenta o desafio de satisfazer as demandas cada vez mais imediatas da sociedade e do contexto educacional no qual se insere, embora boa parte da sociedade produza um discurso de desvalorização do trabalho do professor, o que, frequentemente, resulta em exaustão tanto física quanto emocional, ocasionando um desânimo em relação à profissão.

Esse cenário reflete uma diminuição da percepção do valor da profissão docente, mesmo que o professor se desdobre para cumprir e atingir os objetivos de ensino e aprendizagem, bem como para cuidar das relações sociais em seu contexto de atuação, o que é visível a quem acompanha a situação de trabalho docente.

A nosso ver, a prática de ensino, que envolve interações interpessoais, requer uma abordagem que considere o estado de saúde-doença dos professores. Isso implica na compreensão de saúde como um fenômeno que abrange dimensões eminentemente humanas e não meramente biológicas. Para além dessas interações interpessoais, há que se considerar outros aspectos constitutivos do trabalho docente que podem implicar na qualidade da sua saúde mental. Nesse sentido, corroboramos com Tognato (2009, p.89), ao nos apontar as características desta situação de trabalho, as quais, do nosso ponto de vista, devem ser consideradas e validadas pela sociedade que recebe os resultados e os frutos do trabalho docente, explicitando que:

[...] Machado (2007, p. 91), apoiada em Bronckart (2004), Clot (1999/2006), Amigues (2004), Saujat (2002) e Roger (2007), caracteriza a atividade do trabalho, considerando os seguintes aspectos:

a) trata-se de uma atividade *situada*, pois sofre influência do contexto mais



imediatamente e do mais amplo, sendo pessoal e única, engajando o trabalhador em todas as suas dimensões: física, cognitiva, emocional, entre outras, e, ao mesmo tempo, impessoal por não se desenvolver de modo totalmente livre, considerando o papel das tarefas prescritas por instâncias externas e superiores ao trabalhador;

b) o trabalho é uma atividade *prefigurada* pelo próprio trabalhador a partir do momento em que ele reelabora as prescrições, construindo prescrições e objetivos para si mesmo;

c) a atividade do trabalho é *mediada* por instrumentos materiais ou simbólicos, pelo fato de que o próprio trabalhador se apropria de artefatos socialmente construídos e disponibilizados a ele pelo meio social;

d) o trabalho é *interacional*, na medida em que o trabalhador transforma o meio social e os instrumentos (materiais ou simbólicos) e, ao mesmo tempo, é por eles transformado;

e) o trabalho é *interpessoal* pela interação vivida com outros indivíduos presentes e ausentes na situação de trabalho;

f) o trabalho é *transpessoal* por ser guiado por “modelos do agir” específicos de cada atividade profissional, constituídos sociohistoricamente pelos coletivos de trabalho;

g) a atividade de trabalho é *conflituosa*, pelo fato de que o trabalhador deve fazer escolhas constantemente para (re)direcionar o próprio agir em diferentes situações, considerando as vozes contraditórias interiorizadas, o agir de outros envolvidos, o meio, os artefatos, as prescrições, entre outros;

h) por isso, de acordo com a autora, a atividade do trabalho pode ser *fonte para a aprendizagem de novos conhecimentos e para o desenvolvimento de capacidades* do trabalhador, ou *fonte de impedimento* para tais aprendizagens. (Tognato, 2009, p.89).

Diante do exposto, é necessário reconhecermos que, para a realização e concretização do trabalho docente, que envolve não somente o processo de ensino e aprendizagem na prática pedagógica, mas também a prática profissional docente como um todo, a saúde é uma condição vital para o funcionamento adequado do indivíduo em todos os âmbitos, particularmente para os professores, que estão cada vez mais sujeitos ao risco de adoecimento durante sua atividade profissional, considerando-se os fatores supracitados.

Tomando por base nossa experiência de trabalho, temos notado uma sensação de desânimo entre os professores e a falta de tempo para seu autocuidado. O tempo utilizado por estes profissionais é invariavelmente dedicado à busca por resultados. Com isso, o trabalho docente parece transcender limites, infiltrando-se na esfera da vida pessoal e social dos professores, levando-os ao extremo da sua situação de trabalho, que é o adoecimento em plena atividade escolar. Isso gera implicações tanto do ponto de vista profissional, quanto pessoal por envolver diversos fatores sociais, culturais, políticos, econômicos constitutivos deste sujeito professor,

que precisa dar conta das demandas de uma sociedade que cobra e que, ao mesmo tempo, não reconhece seu fazer profissional, o que provoca esgotamento físico, emocional e desânimo pela profissão.

Dentro desse contexto temporal, apresentamos uma análise sobre os acontecimentos no cenário laboral e a crescente introdução de flexibilização no tempo de trabalho na vida dos profissionais. Isso tem se concretizado por meio de implementações de novos modelos de compensação de horários e da emergência de regimes de trabalho atípicos que surgem em resposta às mudanças tecnológicas, organizacionais e de gestão. Esses eventos, que se entrelaçaram entre as décadas de 1980 a 1990, coincidem com o crescimento das políticas neoliberais. A fragmentação e a singularização dos períodos de trabalho resultam na emergência de uma diversidade de horários laborais inovadores. Esses horários de trabalho, frequentemente, desvinculam-se consideravelmente dos outros ritmos de vivências sociais, como os períodos reservados para a família, o repouso, o entretenimento e a educação. Como observado por Cardoso (2013, p. 351), essa desconexão se torna evidente.

Em relação a esta questão dos horários do trabalho docente, está oculto um período que não é considerado formalmente como parte do tempo de trabalho do professor,

desconsiderando-se sua disponibilidade, pois trata-se de um tempo que não é valorizado ou remunerado e nem apreciado pelo empregador, seja ele do setor público ou privado. Além disso, cresce significativamente o tempo destinado a atividades que se estendem para o ambiente doméstico, muitas das quais ocorrem de maneira informal.

Adicionalmente, é notório o aumento do tempo dedicado ao uso de tecnologias da informação, como *smartphones*, *laptops* e a *internet* na realização do trabalho docente, principalmente, com o contexto da pandemia por nós vivenciado. Tais ferramentas desempenham um duplo papel, uma vez que podem ser utilizadas tanto para contribuir com o processo de ensino e aprendizagem, quanto para monitorar e controlar os trabalhadores, independentemente do local ou momento, como destacado por Cardoso (2013, p. 354).

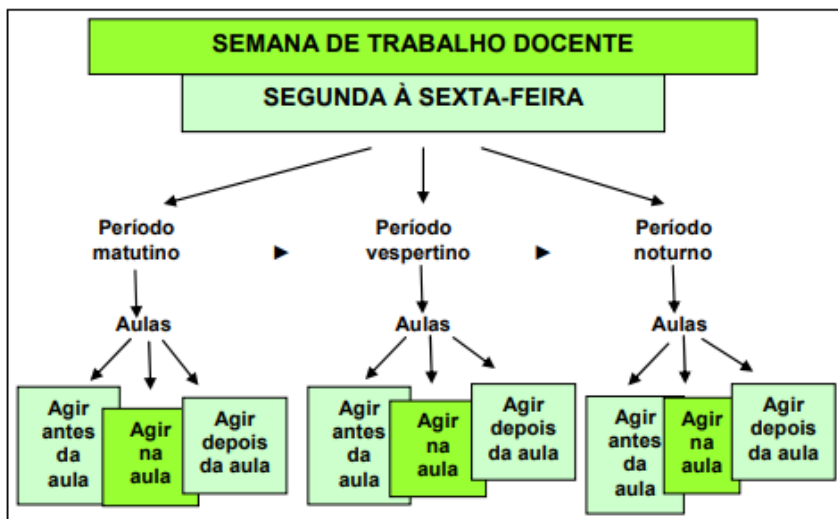
Assim, no que se refere ao trabalho do professor, é indiscutível que esta profissão acarreta uma transferência contínua de tarefas para o ambiente doméstico. Diariamente, uma parte considerável do seu tempo é dedicada à avaliação de aulas realizadas, ao planejamento de aulas e às atividades avaliativas, correção de atividades e avaliações, à pesquisa e ao estudo de conteúdo para a preparação e a planificação de aulas. Nesse sentido, corroboramos as conclusões de Tognato (2009, p.188), ao destacar o agir docente como um agir

intermediário e ininterrupto por se tratar de um trabalho contínuo, para além dos seus horários de aula, ao ressaltar que:

[...] Mesmo a sobrecarga de trabalho, que leva o professor a desenvolver um trabalho extra-classe, centrando-se cada vez mais em seu agir individual para realizar suas tarefas em situação de trabalho, diz respeito a um trabalho do coletivo, representativo desse grupo de trabalhadores, que são os professores. Isto mostra-nos também uma característica desse trabalho docente como sendo um agir ininterrupto, ou seja, o professor instrutor está em constante atuação, tanto em sala de aula e na escola, como em sua própria residência nos fins de semana e horários livres. (Tognato, 2009, p.188).

Diante disso, ao tratar desta caracterização do trabalho docente, destacamos a representação da descrição de uma semana de trabalho do professor, realizada pela autora (2009, p.141) ao apresentar a Figura 1.

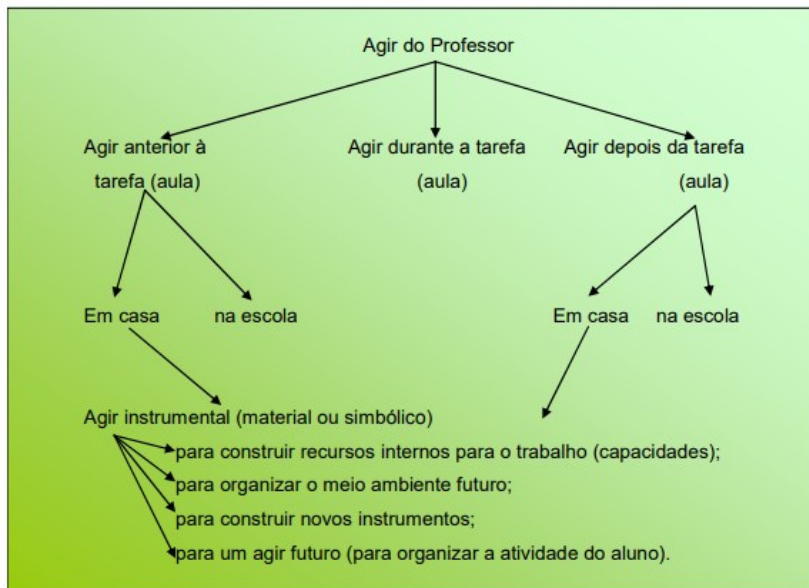
Figura 1 – Agir docente como um trabalho contínuo e ininterrupto



Fonte: Tognato (2009, p.141).

Na sequência, Tognato (2009, p.159) explicita a situação do trabalho docente descrita e analisada, após discutir os três modos de agir, constitutivos deste agir docente, conforme ilustra a Figura 2.

Figura 2 – Modos do agir docente em situação de trabalho



Fonte: Tognato (2009, p.159).

Ademais, nos últimos tempos, o uso de tecnologias e plataformas de mídia social tem se tornado uma parte integrante do monitoramento virtual dos alunos. Isso é evidenciado pelos grupos formados para atender alunos no *WhatsApp*, *Facebook*, dentre outras plataformas virtuais de aprendizagem, tais como: *Moodle* e *Google Classroom*, que conectam professor, aluno e ambiente educacional, tanto dentro quanto fora do contexto profissional.

Nesse sentido, esta reflexão sobre uso e gerenciamento de tempo no trabalho docente, em função das diferentes

ferramentas utilizadas, também envolve a expectativa de que o professor se dedique à busca de soluções para as situações-problema, como orientar alunos que enfrentam dificuldades de aprendizagem ou situações sensíveis, relacionadas aos seus sentimentos, auxiliando os estudantes que passam por problemas de saúde mental ou que enfrentam violência doméstica. Embora tais atividades não sejam reconhecidas como parte da tarefa docente, muitas vezes, são exigidas e esperadas, demandando um engajamento proativo por parte dos educadores.

Nessa perspectiva, Cardoso (2013) também salienta o tempo gasto no deslocamento entre casa e trabalho, bem como o aumento do tempo dedicado a atividades de aprimoramento profissional. Todos esses aspectos temporais merecem ser considerados como partes integrantes do trabalho docente. Isso nos conduz a uma análise mais profunda das implicações do uso do tempo no desgaste físico, mental e social dos profissionais e como isso está vinculado com a importância do autocuidado. Por isso, destacamos uma pesquisa realizada durante o período de 1990 a 2000, pela Confederação Nacional dos Trabalhadores da Educação (CNTE)¹¹ tendo como foco a

¹¹ Para maiores informações acerca desta pesquisa, bem como seu acesso, consultar este endereço:
<https://www.cnte.org.br/index.php/menu/comunicacao/posts/noticias/70952-pesquisa-demonstra-dados-sobre-a-saude-dos-trabalhadores-em-educacao>.

saúde dos profissionais da educação. Esta investigação revelou uma conexão praticamente inseparável entre as condições de trabalho e o bem-estar dos trabalhadores. Os resultados apontaram que a Síndrome de *Burnout*¹², a qual reflete uma perda de entusiasmo em relação ao desempenho laboral e emerge como um fator primordial, tende a levar à depressão.

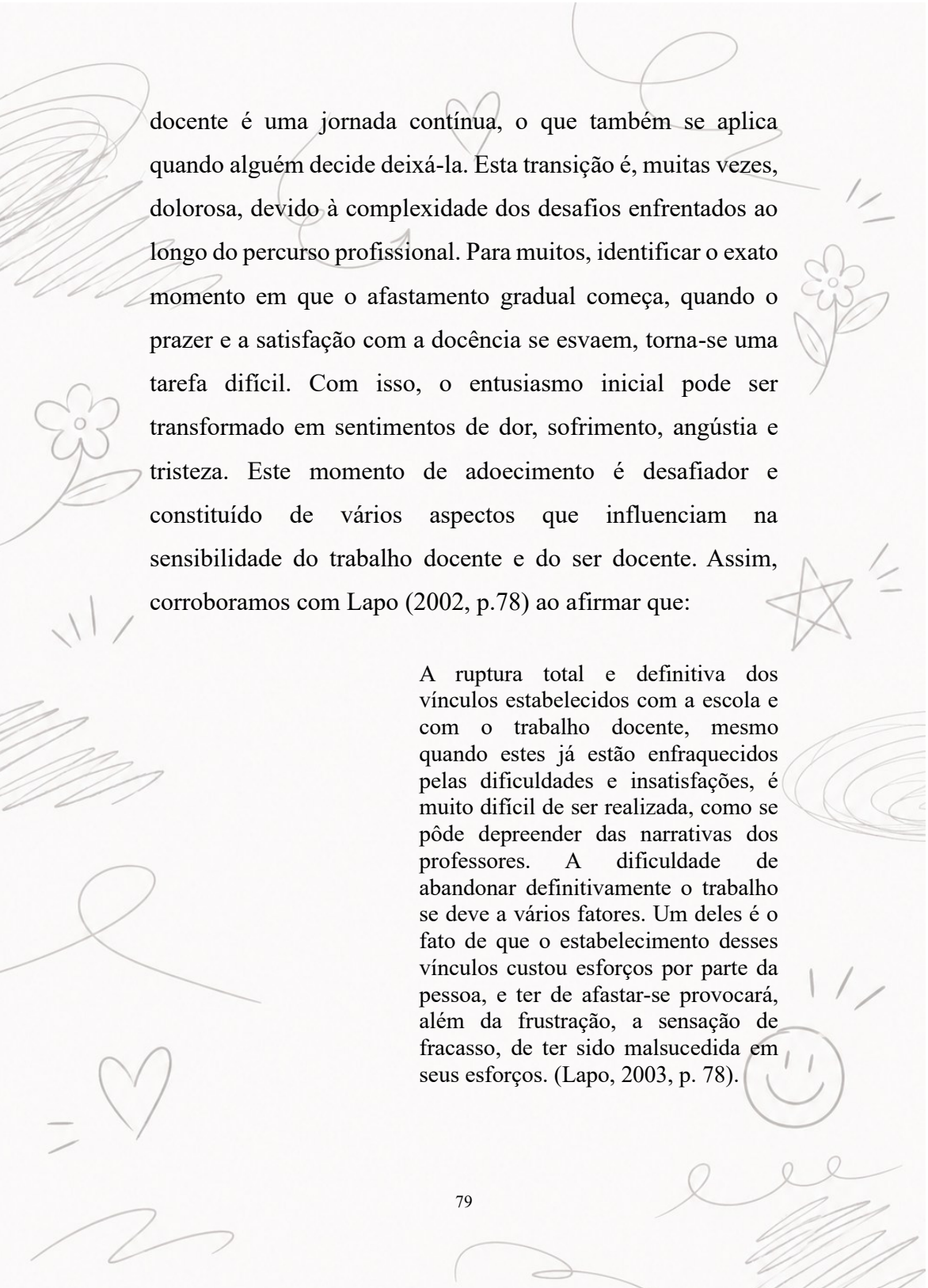
O desvanecimento do vínculo afetivo com a profissão faz o trabalho perder seu significado pessoal e, muitas vezes, transformar-se na única maneira de garantir o sustento financeiro da família. O prazer cede espaço ao sofrimento, sustentado por razões econômicas e adversidades impostas pelo mercado de trabalho. Isso resulta na persistência de muitos educadores na profissão, mesmo que isso signifique recorrer à medicação, submeter-se a consultas médicas frequentes e enfrentar sua situação de trabalho em dias nos quais se apresentam doentes no ambiente profissional. Este sofrimento, especialmente para aqueles que estão imersos nele, frequentemente, começa de forma sutil, expressando-se por

¹² De acordo com o Ministério da Saúde, “Síndrome de *Burnout* ou **Síndrome do Esgotamento Profissional** é um **distúrbio emocional** com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade. A principal causa da doença é justamente o **excesso de trabalho**. Esta síndrome é comum em profissionais que atuam diariamente sob pressão e com responsabilidades constantes, como médicos, enfermeiros, professores, policiais, jornalistas, dentre outros”. Mais informações, consultar este endereço: <https://rb.gy/ghgt4e>.

meio de desmotivação em relação ao trabalho, relacionamentos conflituosos ou desanimadores com colegas e, até, com determinados alunos. Com o passar do tempo, no entanto, essas experiências podem culminar em condições psicossomáticas, levando o professor a um afastamento temporário ou definitivo das suas responsabilidades educacionais.

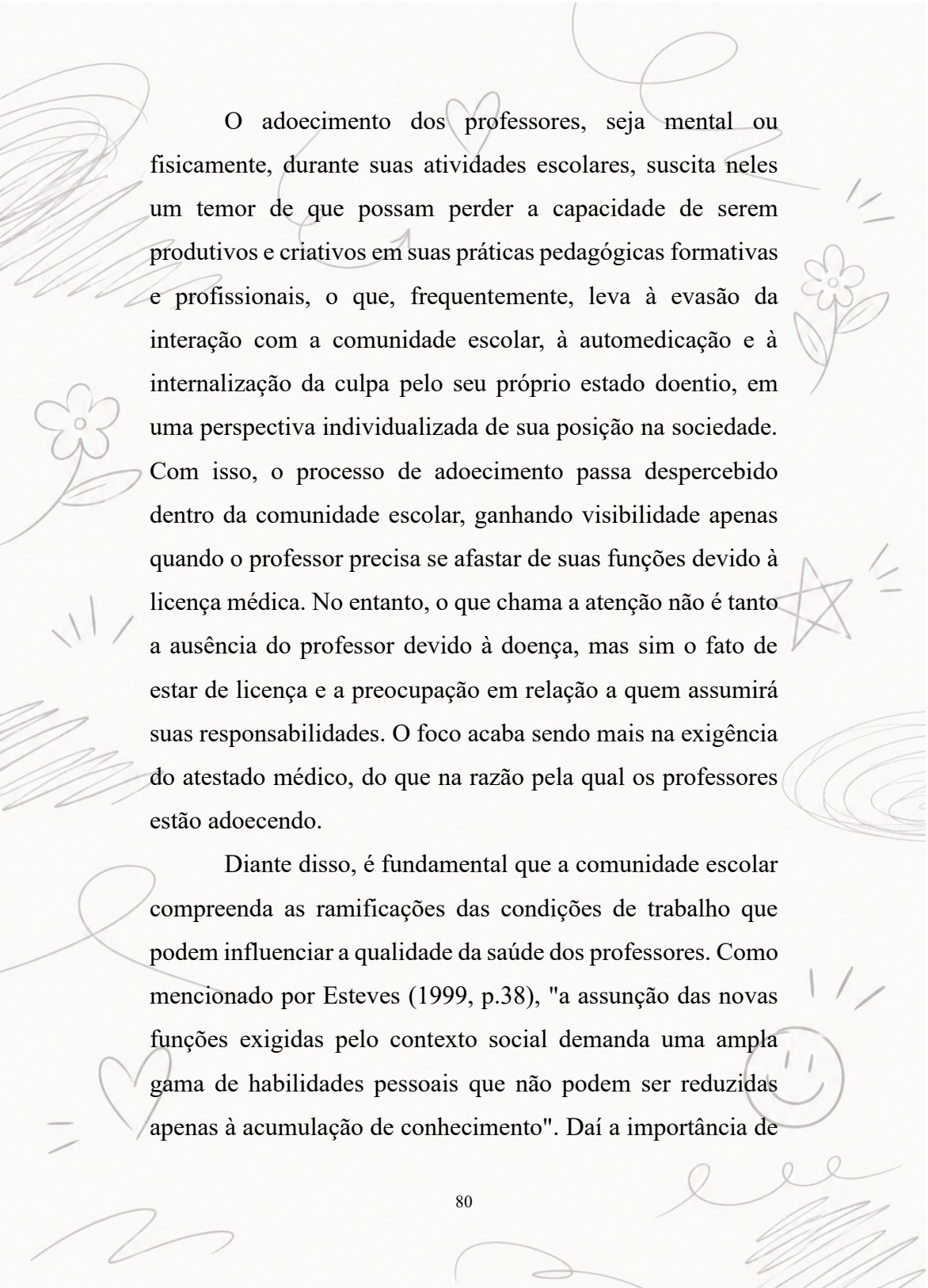
Conforme observado por Lapo (2003), é imprescindível reconhecer que os docentes não estão adoecendo como um processo intrínseco ao biológico, mas sim devido às condições laborais que fomentam o surgimento de enfermidades relacionadas ao trabalho, impactando diretamente os professores em pleno exercício em sua situação de trabalho na escola. É crucial expor a situação de desconforto enfrentada pelos educadores, em vez de agravar ainda mais a sua autoestima fragilizada, especialmente quando o sistema atribui aos professores a responsabilidade única pelo insucesso dos alunos. A detecção imediata dos fatores responsáveis pelas dores e pelo adoecimento dos professores no ambiente de trabalho é uma necessidade premente, a fim de restabelecer o entusiasmo pela profissão, a motivação por se manter em sua situação de trabalho ou considerar uma eventual saída.

Nesse contexto, a pesquisa de Lapo (2003) evidencia que a mesma relação que leva alguém a escolher a carreira



docente é uma jornada contínua, o que também se aplica quando alguém decide deixá-la. Esta transição é, muitas vezes, dolorosa, devido à complexidade dos desafios enfrentados ao longo do percurso profissional. Para muitos, identificar o exato momento em que o afastamento gradual começa, quando o prazer e a satisfação com a docência se esvaem, torna-se uma tarefa difícil. Com isso, o entusiasmo inicial pode ser transformado em sentimentos de dor, sofrimento, angústia e tristeza. Este momento de adoecimento é desafiador e constituído de vários aspectos que influenciam na sensibilidade do trabalho docente e do ser docente. Assim, corroboramos com Lapo (2002, p.78) ao afirmar que:

A ruptura total e definitiva dos vínculos estabelecidos com a escola e com o trabalho docente, mesmo quando estes já estão enfraquecidos pelas dificuldades e insatisfações, é muito difícil de ser realizada, como se pôde depreender das narrativas dos professores. A dificuldade de abandonar definitivamente o trabalho se deve a vários fatores. Um deles é o fato de que o estabelecimento desses vínculos custou esforços por parte da pessoa, e ter de afastar-se provocará, além da frustração, a sensação de fracasso, de ter sido malsucedida em seus esforços. (Lapo, 2003, p. 78).



O adoecimento dos professores, seja mental ou fisicamente, durante suas atividades escolares, suscita neles um temor de que possam perder a capacidade de serem produtivos e criativos em suas práticas pedagógicas formativas e profissionais, o que, frequentemente, leva à evasão da interação com a comunidade escolar, à automedicação e à internalização da culpa pelo seu próprio estado doentio, em uma perspectiva individualizada de sua posição na sociedade. Com isso, o processo de adoecimento passa despercebido dentro da comunidade escolar, ganhando visibilidade apenas quando o professor precisa se afastar de suas funções devido à licença médica. No entanto, o que chama a atenção não é tanto a ausência do professor devido à doença, mas sim o fato de estar de licença e a preocupação em relação a quem assumirá suas responsabilidades. O foco acaba sendo mais na exigência do atestado médico, do que na razão pela qual os professores estão adoecendo.

Diante disso, é fundamental que a comunidade escolar compreenda as ramificações das condições de trabalho que podem influenciar a qualidade da saúde dos professores. Como mencionado por Esteves (1999, p.38), "a assunção das novas funções exigidas pelo contexto social demanda uma ampla gama de habilidades pessoais que não podem ser reduzidas apenas à acumulação de conhecimento". Daí a importância de



se entender e refletir sobre a rotina dos professores e de acolher suas queixas de adoecimento provenientes e relacionadas ao ambiente de trabalho. Desse modo, compreendemos que a escola tem um papel social essencialmente relevante no que tange ao trabalho e às relações colaborativas, uma vez que envolve uma situação de trabalho coletivo, contemplando toda uma comunidade escolar que pode e acaba, muitas vezes, sentindo o reflexo do sofrimento e do adoecimento da saúde mental docente.



Por essas razões, a interligação entre trabalho e adoecimento é inegável, uma vez que a relação entre saúde e trabalho é historicamente marcada por enfermidades laborais, embora seja um tópico frequentemente negligenciado pelas políticas de saúde ocupacional. Um embasamento legal é encontrado na Constituição Federal de 1988, na Lei nº 8.080/90, que estabelece o Sistema Único de Saúde (SUS) e na Portaria nº 1.823/2012, que implementa a Política Nacional de Saúde do Trabalhador (PNST). No entanto, na prática, a política de saúde do trabalhador, muitas vezes, falha em promover a saúde e a segurança no ambiente de trabalho, bem como em reduzir os riscos de adoecimento resultantes dos modelos e processos produtivos aos quais os trabalhadores são submetidos.



Para muitos, a ideia de adoecer no trabalho ou em função dele é tomada como natural, normal ou comum. Entretanto, para aqueles que enfrentam o adoecimento, fica explícito que esse é um processo doloroso e de negação, que nega a própria condição de estar doente. Em relação a estas questões, Mendes e Punch (2019) alertam para o fato de que o trabalho desempenha um papel crucial na determinação da saúde ou doença do trabalhador. Sendo assim, o trabalho pode ser uma fonte de satisfação ou sofrimento, dependendo das situações, exigências e pressões decorrentes da relação entre o capital e o trabalho. Em outras palavras, não deve ser considerado natural adoecer devido ao trabalho.

Além disso, de acordo com Delors (1993), o trabalho exerce um papel fundamental na estruturação da saúde mental do indivíduo, sendo o meio pelo qual a identidade, os laços sociais e os projetos pessoais são construídos. Reconhecimento, respeito, empatia e gratificação são elementos que promovem bem-estar e satisfação no trabalho. Por outro lado, a falta de reconhecimento, pressões, conflitos nas relações, desrespeito e desmotivação podem levar ao sofrimento e ao adoecimento, levando o trabalhador, em muitos casos, a um afastamento temporário, à readaptação ou à saída definitiva do trabalho. Por tudo isso, a profissão docente apresenta-se como uma situação de trabalho

complexa, uma vez que lida com vidas e interações sociais, demandando um trabalho especializado para atender às demandas das interações humanas, também complexas, muitas vezes, como observado por Tardif e Lessard (2014).

Ademais, Carlotto (2002, p. 25) destaca que os professores assumem funções que vão para além de suas atividades pedagógicas e competências. Estas funções estão diretamente relacionadas aos aspectos sociais e emocionais dos alunos, bem como às pressões dos pais, gestores e da própria comunidade, os quais atribuem aos professores a responsabilidade total pela formação e conhecimento dos alunos. A autora também ressalta que o excesso de tarefas burocráticas faz os professores se sentirem desrespeitados, especialmente quando são encarregados de executar tarefas que não estão diretamente relacionadas à essência de sua profissão que é o ato de ensinar com foco no processo de aprendizagem.

Enfim, tratar dos desafios que afetam e preocupam os profissionais da educação é complexo, visto vez que o trabalho docente é constituído por diversos elementos, envolvendo desde recursos didático-pedagógicos, formação por meio de outros professores e pesquisadores, autores, sujeitos e suas interações, dimensões e processos sociais e histórico, a sentimentos e emoções que constitui o agir docente. Por tudo

isso, há que se valorizar o profissional da educação, pois, além do conhecimento e todo um processo de formação e percurso de experiência, o professor desenvolve um trabalho humanizador, o que reflete, de algum modo, na sociedade e em seu desenvolvimento.

1.3 Ser professor em tempos de pandemia: desafios e transformações

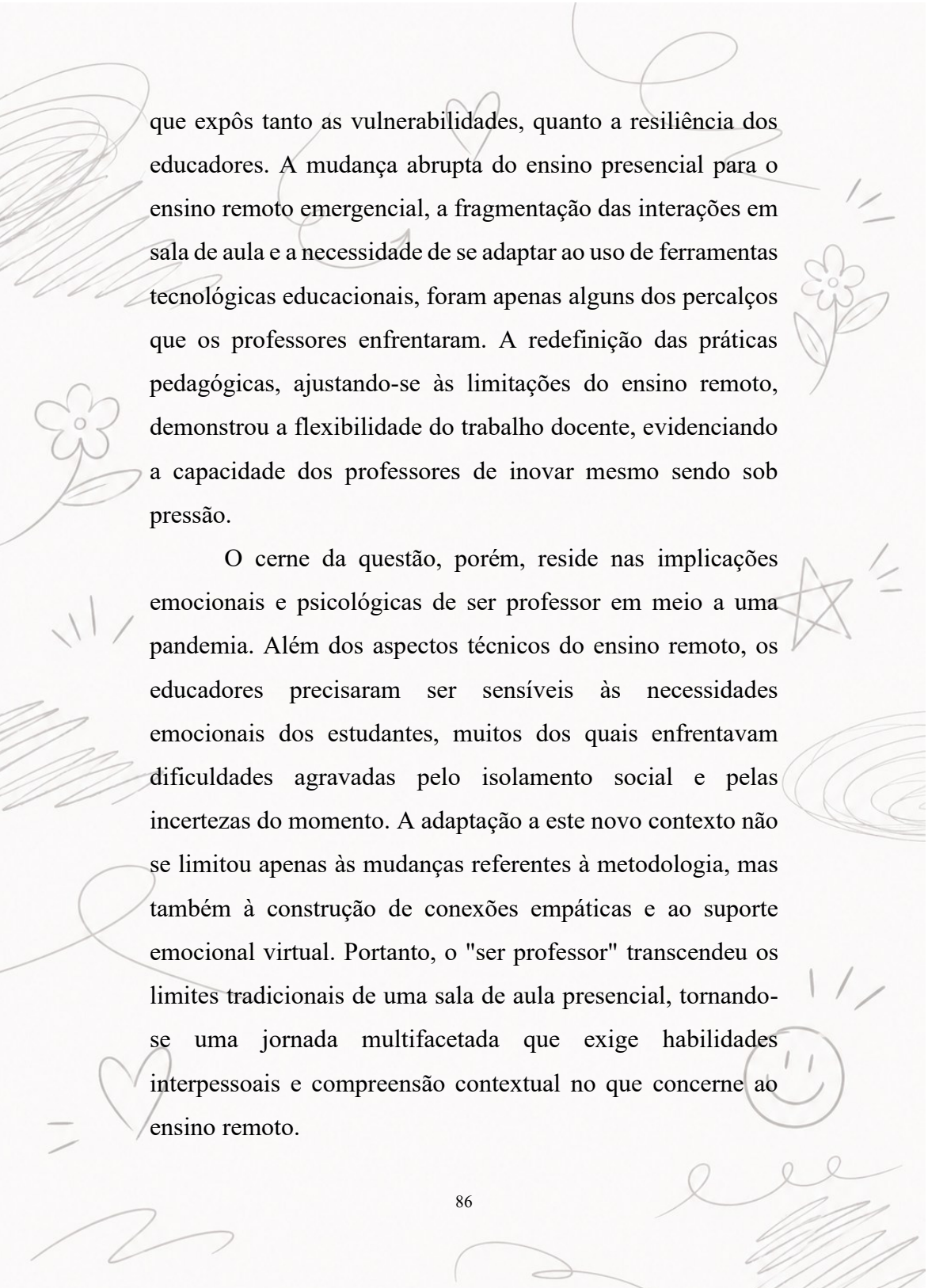
Nos últimos anos, o mundo testemunhou uma série de desafios imprevistos e transformações radicais que impactaram todos os aspectos da vida humana. Dentre tais desafios, a pandemia global de COVID-19, que emergiu no início deste século, destacou-se como um evento de proporções inigualáveis, alterando profundamente as dinâmicas sociais, econômicas, culturais e educacionais. No centro desta transformação, os educadores foram obrigados a se adaptar rapidamente a novas realidades para além do uso de novas ferramentas tecnológicas, enfrentando dilemas inéditos com responsabilidades ampliadas, pois esta nova conjuntura social afetou não somente os professores em seu agir profissional, mas também os alunos em seu processo de aprendizagem.

Assim, a mudança repentina para o ensino remoto emergencial trouxe consigo uma série de desafios que os

educadores tiveram que superar. Conforme ressalta Clark (2020, p.76), "a transição para o ensino online não envolveu apenas o domínio de novas tecnologias, mas também a revisão fundamental das práticas pedagógicas para se adequarem ao ambiente virtual". Ou seja, os professores tiveram que explorar o uso de ferramentas digitais, repensar metodologias e adaptar o conteúdo para um formato mais adequado ao ensino remoto. Além dos desafios em relação às práticas pedagógicas e ao uso de diferentes recursos e ferramentas tecnológicas, os professores também enfrentaram impactos emocionais profundos tanto no que tange ao seu papel e ao ato de ensino, quanto aos alunos e suas necessidades de aprendizagem.

Nesse sentido, um estudo conduzido por Gupta et al. (2021, p. 238) destaca que "os educadores relataram níveis aumentados de ansiedade, estresse e sentimentos de isolamento devido à falta de interações presenciais com colegas e alunos". Com isso, a ausência de conexões interpessoais e o ambiente isolado do ensino remoto afetaram o bem-estar emocional dos professores, reforçando a necessidade de suporte psicológico e mecanismos de apoio institucional.

No cenário contemporâneo, a profissão de ser professor sempre foi uma das mais essenciais e desafiadoras. No entanto, o advento da pandemia trouxe à tona uma gama de questões



que expôs tanto as vulnerabilidades, quanto a resiliência dos educadores. A mudança abrupta do ensino presencial para o ensino remoto emergencial, a fragmentação das interações em sala de aula e a necessidade de se adaptar ao uso de ferramentas tecnológicas educacionais, foram apenas alguns dos percalços que os professores enfrentaram. A redefinição das práticas pedagógicas, ajustando-se às limitações do ensino remoto, demonstrou a flexibilidade do trabalho docente, evidenciando a capacidade dos professores de inovar mesmo sendo sob pressão.

O cerne da questão, porém, reside nas implicações emocionais e psicológicas de ser professor em meio a uma pandemia. Além dos aspectos técnicos do ensino remoto, os educadores precisaram ser sensíveis às necessidades emocionais dos estudantes, muitos dos quais enfrentavam dificuldades agravadas pelo isolamento social e pelas incertezas do momento. A adaptação a este novo contexto não se limitou apenas às mudanças referentes à metodologia, mas também à construção de conexões empáticas e ao suporte emocional virtual. Portanto, o "ser professor" transcendeu os limites tradicionais de uma sala de aula presencial, tornando-se uma jornada multifacetada que exige habilidades interpessoais e compreensão contextual no que concerne ao ensino remoto.

Assim, as discussões sobre adoecimento/sofrimento mental na docência têm sido objeto de pesquisa em relação às doenças que aparecem no cotidiano da profissão. Nessa perspectiva, Oliveira (2002) enfatiza que:

[...] a profissão docente tem se caracterizado por fortes mudanças que têm causado problemas de saúde mental entre os professores, destacando-se as reformas educacionais das décadas de 1980 e 1990, que movimentam a educação e profissionais a um modelo de trabalho que atende a demanda do mercado e pressiona os professores por competências, habilidades e flexibilidade. (Oliveira, 2002, p. 15).

Diante disso, é compreensível que as mudanças no sistema educacional brasileiro em decorrência das reformas educacionais das décadas de 1980 e 1990 e, mais especificamente, o contexto pandêmico tem evidenciado problemas de saúde mental docente. A profissão docente tem acompanhado as mudanças destes cenários que tornam o trabalho um desafio para os docentes, pois o professor adoecce ao desempenhar diferentes funções e, ao mesmo tempo, em função de ter que se adequar às inovações tecnológicas, por exemplo, de modo repentino, ao lecionar por meio de plataformas e ferramentas digitais desconhecidas. Ademais, de acordo com Oliveira (2022), discutir questões de adoecimento

mental é essencial para entendermos a situação dos professores que, muitas vezes, precisam deixar a profissão docente devido ao sofrimento e ao adoecimento decorrente.

Por fim, destacamos que a sociedade deve considerar os desafios vividos nos últimos tempos como o contexto da pandemia global de COVID-19 e as mudanças sociais, econômicas, culturais e educacionais no sentido de melhor entender a complexidade do trabalho docente, o papel social e as atribuições do professor, bem como seus sentimentos e necessidades em relação a sua situação de trabalho docente de modo a respeitar e a contribuir para a qualidade da saúde mental do professor.

1.4 Intensificação, precarização e desvalorização do trabalho docente

No que concerne ao trabalho docente, primeiramente, de acordo com nossa compreensão, trata-se de um conjunto de atos de realização do processo educativo, que abrange não apenas a sala de aula, caracterizada pela prática pedagógica, ou o processo de ensino formal, mas também outras atividades inerentes ao cumprimento das atribuições docentes tanto em situação de trabalho, quanto fora dela, envolvendo a prática profissional na situação de trabalho como um todo. Além disso, entendemos que o trabalho se constitui de um ato de

transformação dialética, pois, ao mesmo tempo que o homem transforma a natureza por meio do trabalho, este também transforma o homem (Marx; Engels, 2004). Nessa perspectiva, educação e trabalho são elementos fundamentais para se entender a condição humana, indispensáveis à socialização, sendo aspectos determinantes de nossas experiências.

A experiência como herança, transmitida ao mesmo tempo em que é historicamente construída e elaborada (Thompson, 1997), partilhada por meio do trabalho, constitui-se em noção-chave para a compreensão da categoria trabalho docente em contraposição à profissão. Assim, o trabalho docente compreende as atividades e as relações presentes nas instituições educativas, extrapolando a regência de classe ou a prática pedagógica. Em outras palavras, o trabalho docente não envolve somente a prática do ensino em sala de aula, mas também o cumprimento de muitas outras tarefas inerentes à prática profissional do professor, tais como: produção de planejamentos, planificação de aulas, produção e correção de atividades e avaliações, preenchimento de livro de chamada ou de registro de classe, registro de conteúdos ensinados, participação em cursos de qualificação ou formação continuada de modo a propiciar um processo de ensino e aprendizagem mais efetivo, dentre outras atribuições que podem ser demandas ao professor. A nosso ver, a maioria das

redes de ensino utiliza o trabalho didático como base de regulamentação da carreira profissional docente, que se configura por uma perspectiva reducionista, fazendo referência ou destacando as atividades de sala de aula, ignorando as demais atribuições docentes que posicionam o professor como um profissional cujo campo de atuação vai para além das salas de aula.

A sociedade deve entender que a educação envolve muito mais que o seu campo profissional como os espaços da escola e da sala de aula. Isso significa que a profissão docente não pode se limitar a determinadas funções de trabalho didático-pedagógico. O professor deve participar ativamente de diferentes ações educacionais como, por exemplo: definição de políticas educacionais; organização do trabalho escolar (seus horários, salas de aula, departamentos); elaboração do projeto político-pedagógico (PPP)⁶ da escola; busca por parcerias com a comunidade e profissionais externos; concepção e preparação dos currículos escolares; definição de métodos de ensino; criação e validação de conhecimentos na área; especialmente nos movimentos aliados da classe a que pertence.

Assim, na medida em que entendemos a profissão docente dessa forma, é preciso compreender que a função do professor não se limita apenas ao conhecimento de

determinada disciplina e seu ensino. Ser um professor independente, atencioso e intelectual significa participar (e ser capaz de) tomar decisões em todas as áreas do seu trabalho. Nessa perspectiva, “espera-se que as escolas se desenvolvam para funcionarem como comunidades de aprendizagem, onde a cooperação docente se oponha à atual situação de insularidade” (Canário, 2006, p. 19) na sala de aula de cada professor, a partir da sua disciplina e sua turma, sem articulação e troca com outros setores das redes educativas, com sua escola e colegas. Desse modo, entendemos que a atividade específica de dar aulas é parte constitutiva do trabalho dos professores, ou seja, é o que dá especificidade à profissão. Contudo, além da prática pedagógica em sala de aula e do espaço privado de cada professor, existe um amplo espaço de atuação profissional que deve ser reconhecido pelas políticas vigentes e pelas formas de organização do trabalho escolar. Ou seja, a situação de trabalho do professor envolve não somente a prática pedagógica, mas toda uma prática profissional com todas as suas atribuições, muitas vezes, desvalorizadas pela sociedade que é formada por ela.

Os profissionais da educação, em especial, os professores, conforme aponta Esteve (1999), têm sofrido tanto com a exigência de posturas requeridas pela sociedade, quanto por problemas relativos aos recursos materiais e humanos.

Com isso, modificações no contexto social das últimas décadas têm alterado significativamente o perfil do professor e as exigências pessoais e do meio em relação à obtenção de resultados mais efetivos em sua atividade profissional. De acordo com Esteve (1999, p.163),

Frente a esta realidade, os professores se veem sem saber o que fazer, como um ator de teatro que enquanto está representando é trocado o cenário e ele não sabe como fazer para brigar pelo seu papel e conquistar a atenção e o respeito do público. A profissão de professor que, outrora, fora valorizada e respeitada, hoje atravessa uma crise em que não atrai mais, sobretudo nos países denominados de Primeiro Mundo. Diante dos baixos salários oferecidos, o professorado tem sido encarado como um voluntarismo. (Esteve, 1999, p.163).

Diante disso, a situação de trabalho docente segue cada vez mais desvalorizada e isso tem contribuído para o mal-estar docente, o que pode interferir na qualidade tanto do processo de ensino e aprendizagem, quanto da qualidade de vida do professor, bem como da sua saúde mental. Nessa perspectiva, o autor (1999, p.163) ainda ressalta que,

A falta de reconhecimento social constitui-se em fio condutor para entendermos a maneira pela qual elas se localizam social e profissionalmente, bem

como se relacionam com sua saúde mental'. No quadro de caos do sistema educacional, o julgamento negativo – por parte da sociedade e dos pais de alunos em particular – responsabilizando as professoras pelo fracasso da escola pública incomoda-as profundamente. 'As professoras se ressentem coletivamente de não ter o seu trabalho reconhecido e valorizado'. (Esteve, 1999, p.163).

Em outras palavras, a desvalorização do trabalho docente, seja envolvendo professoras ou professores, tem sido uma temática discutida ao longo dos últimos vinte e três anos em função de uma problemática recorrente em um fluxo contínuo por falta de superação da própria sociedade. Ou seja, o caos do sistema educacional ainda permanece e perdura acarretando problemas de ordem psíquica, psicológica e emocional somatizando em doenças físicas. Enfim, o sistema educacional apresenta imposições ao trabalho docente, que acaba sendo exercido sob pressão, o que influencia e interfere na organização deste trabalho, ocasionando sobrecarga e falta de autonomia.

Ademais, tomando por base os estudos de Tognato (2009, p.100), ao destacar a discussão de Tardif e Lessard (2005), concordamos com os autores, ao tratarem do trabalho docente, considerando-se desde os contextos mais globais às situações cotidianas, por meio de análise das características

sociorganizacionais da escola. Trata-se da necessidade de se levar em conta “o conjunto de tarefas realizadas pelos agentes escolares”, “as formas de realização do trabalho docente e do trabalho escolar, as condições de trabalho dos docentes: tempo, intensidade, dificuldades e diversidade da carga de trabalho e as tensões que esta gera nos professores”. Em relação às formas de realização do trabalho docente, os autores destacam “a questão da intensificação desse trabalho ao tratar do agir do professor na perspectiva do ensino como trabalho”. Com isso, evidenciamos o que Tognato (2009, p.100) ressalta em relação a estas questões, tomando por base os autores supracitados, ao explicitar que,

Para Hargreaves (1998), a maior fonte de intensificação no trabalho docente pode não estar no trabalho prescrito aos professores, mas no que ele denomina de auto-intensificação realizada pelos docentes. Esse autor formula as principais características do processo de intensificação, que, segundo Hypolito (2008), podem ser sintetizadas como elementos de um processo ao qual os docentes devem responder a pressões cada vez mais acentuadas, consentindo com inovações crescentes sob condições de trabalho, muitas vezes, precárias. (Tognato, 2009, p.100).

Essas discussões nos levam a enfatizar a importância da necessidade de se repensar e se discutir as condições

objetivas de trabalho no sentido de auxiliar o professor a amenizar o processo de autointensificação do trabalho docente. Por essas razões, diante do exposto, há que se considerar alguns aspectos gerados pela intensificação do trabalho, conforme apontado em Tognato (2009, p.100-101), a saber:

[...] a redução do tempo para descanso na jornada de trabalho; a falta de tempo para atualização em alguns campos e requalificação em certas habilidades necessárias; a sobrecarga de trabalho que sempre parece estar aumentando, com pouco tempo para fazer o que deve ser feito, reduzindo, com isso, as áreas de decisão pessoal, inibindo envolvimento e controle sobre planejamento de longo prazo, aumentando a dependência a materiais externos e a técnicos especialistas também externos ao trabalho, o que tem provocado um aumento da separação entre concepção e execução, entre planejamento e desenvolvimento; a redução na qualidade do tempo, pois para se “ganhar” tempo somente o “essencial” é realizado, aumenta, com isso, o isolamento, reduzindo as chances de interação (já que a participação motiva comportamento crítico) e limitando as possibilidades de reflexão conjunta, perdendo-se ou reduzindo-se, desse modo, as habilidades coletivas de trabalho; a imposição e incremento diversificado de especialistas para dar cobertura a deficiências pessoais; a introdução de soluções técnicas simplificadas (tecnologias para as

mudanças curriculares a fim de compensar o reduzido tempo de preparo (planejamento); e, os processos de intensificação, que são mal interpretados como sendo uma forma de profissionalização, muitas vezes, voluntariamente apoiada e confundida como profissionalismo. (Tognato, 2009, p.100-101).

Nessa perspectiva, salientamos a necessidade de se tomar ciência sobre como o trabalho docente é constituído no sentido de melhor entender esta realidade educacional e as práticas formativas que nela ocorrem, bem como as condições objetivas de trabalho que colaboram para a realização do agir docente. Nesse sentido, concordamos com Facci (2004, p.249), ao tratar da alienação acerca do trabalho docente, ressaltando que “quando o sentido pessoal do trabalho do professor se separa do significado dado socialmente, pode-se considerar esse trabalho alienado e este pode descaracterizar a prática educativa escolar”. Além disso, tomando por base Basso (1998, p.28), Facci destaca que “o que motiva o professor a realizar o seu trabalho está relacionado ‘à necessidade real instigadora da ação do professor, captada por sua consciência e ligada às condições materiais ou objetivas em que a atividade se efetiva’”. Em outros termos, Facci explicita que “a superação de um trabalho alienado não depende apenas de condições subjetivas, depende também das

condições afetivas de trabalho que podem ou não auxiliar o professor na busca de relações mais conscientes com a atividade social que desenvolve”. Ou seja, para além de se entender como o trabalho docente é constituído, é necessário que haja uma compreensão dos sentimentos que envolvem e que influenciam a constituição do professor enquanto sujeito que deve lidar com outros sujeitos em seu contexto de atuação junto à comunidade escolar e à sociedade na qual se insere.

Enfim, cabe não somente aos profissionais da educação e aos professores, mas também à sociedade como um todo, porque as partes e o todo se relacionam entre si, conhecer melhor, entender a situação de trabalho docente, rever, repensar e ressignificar a realidade educacional no sentido de contribuir para a realização dos trabalhos e das práticas formativas nestes contextos de modo a propiciar uma maior qualidade à saúde mental docente.

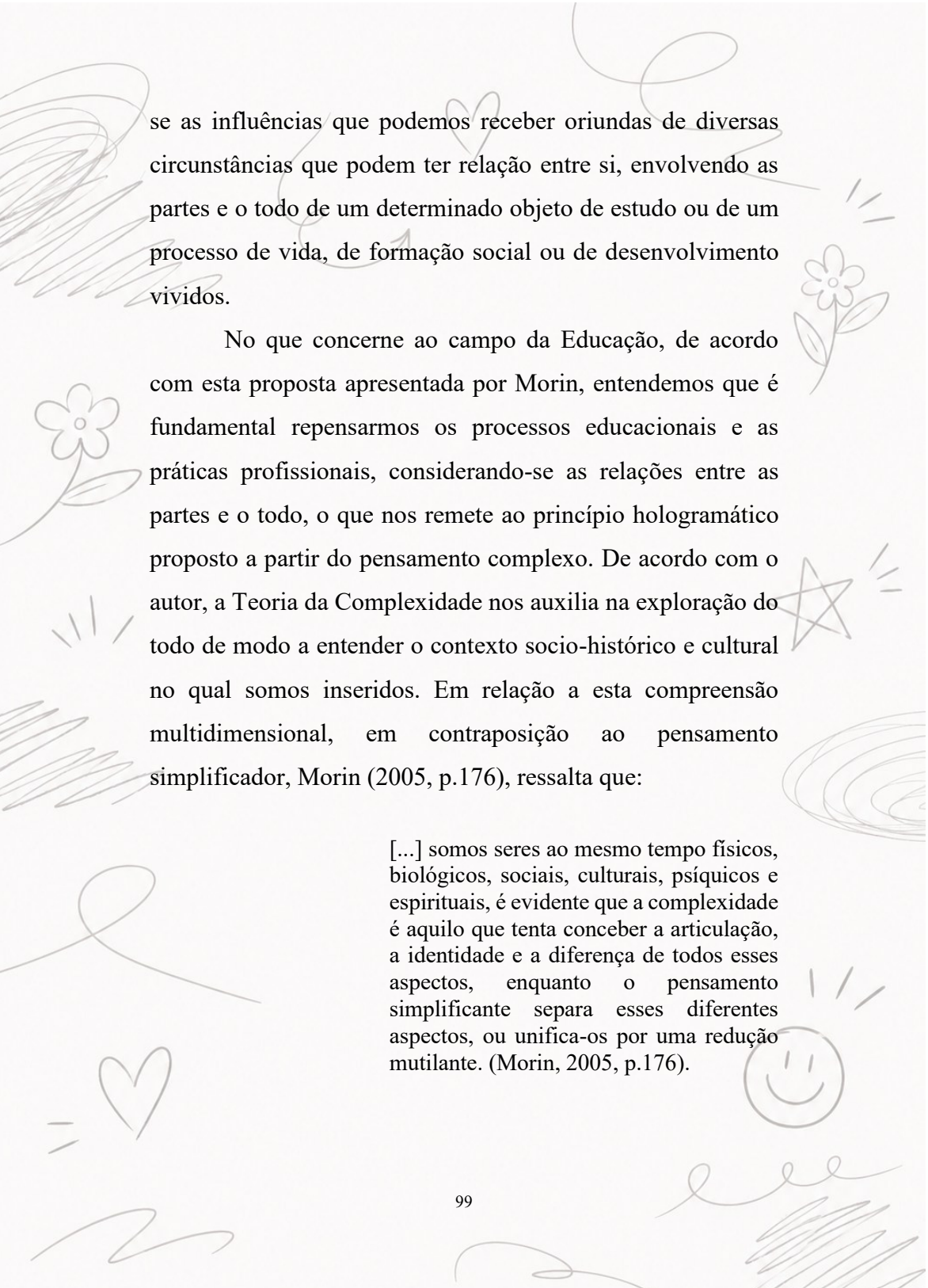
1.5 A teoria da complexidade e a pesquisa interdisciplinar

Com o intuito de entendermos o trabalho docente como um todo e a importância da saúde mental docente para a realização deste trabalho e de todas as atribuições que lhe são conferidas, também ancoramos nossos estudos na Teoria da Complexidade (Morin, 2005, 2010), vinculada à pesquisa interdisciplinar. Do nosso ponto de vista, é necessário

considerarmos os avanços propiciados pela modernidade no que tange à realidade educacional e à situação do trabalho do professor, mas também é fundamental refletirmos sobre como estas questões têm influenciado a qualidade da saúde mental docente. Por isso, tomamos por base o pensamento complexo apresentado por Morin (2015) em contraposição ao paradigma do pensamento simplificador, uma vez que desconsidera a complexidade do real, ao ressaltar que,

O paradigma simplificador é um paradigma que põe ordem no universo, expulsa dele a desordem. A ordem se reduz a uma lei, a um princípio. A simplicidade vê o uno, ou o múltiplo, mas não consegue ver que o uno pode ser ao mesmo tempo múltiplo. Ou o princípio da simplicidade separa o que está ligado (disjunção), ou unifica o que é diverso (redução). (Morin, 2015, p. 59).

Por este viés, Morin defende a importância do estabelecimento de relações e reflexões sobre diversos campos do conhecimento para se entender um determinado fenômeno, pois, para o autor, é necessário considerar o aspecto multidimensional que constitui o desenvolvimento humano. Nessa perspectiva, corroboramos os apontamentos de Morin (2010, p.57), ao destacar a relevância da “integração das disposições naturais inatas com a existência da cultura, fundamental para o desenvolvimento humano”, considerando-

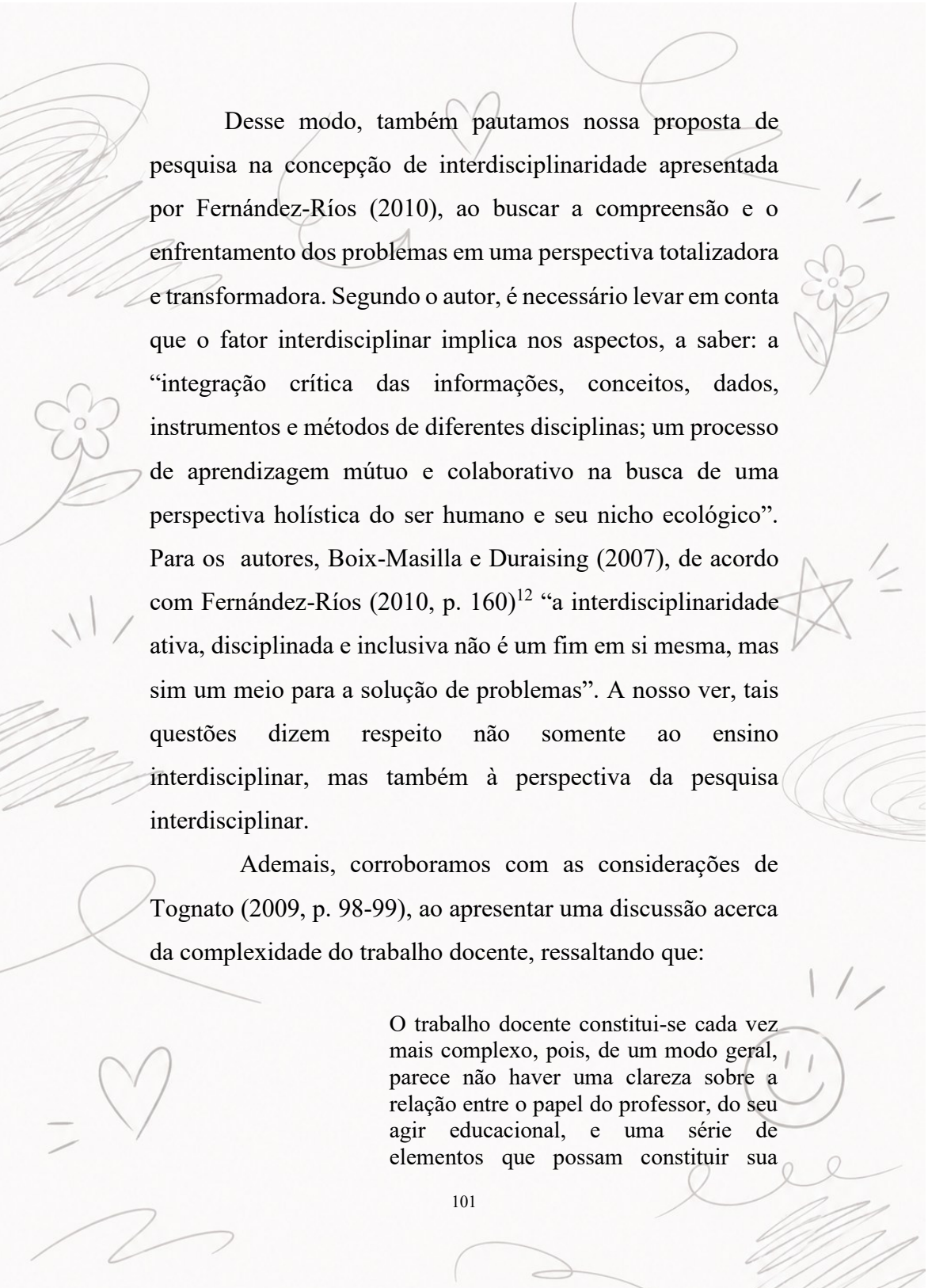


se as influências que podemos receber oriundas de diversas circunstâncias que podem ter relação entre si, envolvendo as partes e o todo de um determinado objeto de estudo ou de um processo de vida, de formação social ou de desenvolvimento vividos.

No que concerne ao campo da Educação, de acordo com esta proposta apresentada por Morin, entendemos que é fundamental repensarmos os processos educacionais e as práticas profissionais, considerando-se as relações entre as partes e o todo, o que nos remete ao princípio hologramático proposto a partir do pensamento complexo. De acordo com o autor, a Teoria da Complexidade nos auxilia na exploração do todo de modo a entender o contexto socio-histórico e cultural no qual somos inseridos. Em relação a esta compreensão multidimensional, em contraposição ao pensamento simplificador, Morin (2005, p.176), ressalta que:

[...] somos seres ao mesmo tempo físicos, biológicos, sociais, culturais, psíquicos e espirituais, é evidente que a complexidade é aquilo que tenta conceber a articulação, a identidade e a diferença de todos esses aspectos, enquanto o pensamento simplificante separa esses diferentes aspectos, ou unifica-os por uma redução mutilante. (Morin, 2005, p.176).

Nesse sentido, concordamos com as considerações de Morin e, vinculando tal discussão à perspectiva da pesquisa interdisciplinar, com base em Alvarenga *et al.* (2011, p. 21), ao destacar a importância da interdisciplinaridade, a partir de investigação por meio de diferentes aspectos, a fim de podermos atuar “nas fronteiras disciplinares e na (re)ligação de saberes”, como contribuição para a compreensão de “fenômenos complexos de diferentes naturezas”. Além disso, destacamos os estudos de Santos (2012) ao ressaltar a relevância das diferentes dimensões sociais que influenciam e/ou constituem, de algum modo, um determinado objeto de investigação. Esta “imbricação entre disciplinas diversas ao redor de um mesmo objetivo de estudo”, conforme Santos (2012, p. 133) salienta, auxilia-nos a estudar o fenômeno investigado, pela integração de diferentes campos teóricos a partir de suas contribuições para a pesquisa. Assim sendo, consideramos pertinente desenvolver um olhar para a formação humana, quanto à saúde mental docente, pelo viés da pesquisa interdisciplinar (Alvarenga *et al.*, 2011; Santos, 2012), de modo a investigar os aspectos oriundos de campos teóricos distintos que possam influenciar e/ou constituir as questões relacionadas ao trabalho docente, bem como discorrer sobre desafios desta prática profissional.



Desse modo, também pautamos nossa proposta de pesquisa na concepção de interdisciplinaridade apresentada por Fernández-Ríos (2010), ao buscar a compreensão e o enfrentamento dos problemas em uma perspectiva totalizadora e transformadora. Segundo o autor, é necessário levar em conta que o fator interdisciplinar implica nos aspectos, a saber: a “integração crítica das informações, conceitos, dados, instrumentos e métodos de diferentes disciplinas; um processo de aprendizagem mútuo e colaborativo na busca de uma perspectiva holística do ser humano e seu nicho ecológico”. Para os autores, Boix-Masilla e Duraising (2007), de acordo com Fernández-Ríos (2010, p. 160)¹² “a interdisciplinaridade ativa, disciplinada e inclusiva não é um fim em si mesma, mas sim um meio para a solução de problemas”. A nosso ver, tais questões dizem respeito não somente ao ensino interdisciplinar, mas também à perspectiva da pesquisa interdisciplinar.

Ademais, corroboramos com as considerações de Tognato (2009, p. 98-99), ao apresentar uma discussão acerca da complexidade do trabalho docente, ressaltando que:

O trabalho docente constitui-se cada vez mais complexo, pois, de um modo geral, parece não haver uma clareza sobre a relação entre o papel do professor, do seu agir educacional, e uma série de elementos que possam constituir sua

situação de trabalho como, por exemplo, as prescrições, o coletivo de trabalho, enfim, uma proposta teórico-metodológica que possa ser norteadora ao ato de ensinar. Machado (2007, p. 94) enfatiza que o verdadeiro “déficit” não está no professor, mas nas próprias prescrições ou nas condições de trabalho que impedem a realização de seu agir profissional, e portanto, o seu desenvolvimento particular.

Além disso, em relação a uma conceitualização do termo, entendemos por *trabalho* não somente o comportamento observável, mas o que há de implícito e que não pode ser visto simplesmente pela observação das condutas desenvolvidas pelo trabalhador em uma determinada situação. Nessa perspectiva, o trabalho envolve tudo o que é realizado, mas também o que não pôde ser realizado, o que se queria realizar etc., de acordo com a concepção de Clot (1996/2006). Ou seja, o trabalho envolve tudo o que o sujeito faz em todos os sentidos com suas faculdades cognitivas e psíquicas, entre outras (Faita, 2004). (Tognato, 2009, p.98-99).

Em outras palavras, a situação de trabalho docente é constituída por uma complexidade que não diz respeito somente ao indivíduo, mas também a um coletivo de trabalho, envolvendo tanto colegas professores, equipe pedagógica, pais de alunos, agentes educacionais, quanto os seus alunos, enfim, toda a comunidade escolar. Nesse âmbito, ao se utilizar da perspectiva interacionista sociodiscursiva de desenvolvi-

mento, Bronckart (1997[2009]) destaca as relações entre o agir social, referindo-se às formações sociais por meio de diferentes grupos sociais, ou seja, o coletivo de trabalho, e o agir individual com foco nas próprias responsabilidades e atribuições. Desse modo, o autor atribui ao agir social ou coletivo o que ele denomina de nível sociológico, enquanto que, ao referir-se ao agir individual, ele o denomina de nível psicológico. Estes dois níveis são considerados, pelo autor, como unidades integradoras, como ilustram as correlações por nós sistematizadas na Figura 3.

Figura 3 – Correlações entre o agir individual e social



Fonte: As autoras.

Diante do exposto, tal discussão mostra-se fundamental ao desenvolvimento do contexto de atuação profissional dos professores participantes deste processo de investigação e do contexto educacional no qual nos inserimos, uma vez que isso nos permite analisar os diferentes fatores que podem influenciar a saúde mental do professor em situação de trabalho. Além disso, essa investigação nos possibilita identificar os aspectos de vulnerabilidade, adoecimento docente e os desafios que envolvem esta prática profissional no sentido de propiciar possíveis contribuições seja no campo do debate social, seja em relação aos encaminhamentos práticos que possam auxiliar o contexto investigado.

1.5.1 O princípio da recursividade organizacional

Este princípio da Teoria da Complexidade diz respeito a um ciclo recursivo por meio do qual tanto o sujeito trabalha para a sociedade, contribuindo com seus resultados, quanto a sociedade trabalha para formar o sujeito influenciando sua formação e desenvolvimento. Trata-se de um processo e de movimento dialéticos que envolvem relações entre a sociedade e os sujeitos que nela se inserem e que dela participam. Esta questão nos remete ao materialismo histórico dialético

proposto por Marx. Nesse sentido, corroboramos os estudos de Peto e Veríssimo (2018, p.5), ao explicitar que:

[...] a unidade que se estabelece entre seres humanos e natureza é caracterizada por uma influência recíproca. O ser humano não pode transformar o que se passa ao redor sem transformar a si. O inverso também é verdadeiro. Não se pode transformar a si sem transformar o entorno. O ser humano transforma o seu entorno ao mesmo tempo em que transforma a si. (Peto; Veríssimo, 2018, p.5).

Assim, tomando por base o princípio da organização recursiva, podemos entender os processos de trabalho e de produção, a partir do que Marx nos apresenta ao defender que “o homem é constituído por aspectos sociais, culturais, físicos e biológicos produzidos por ele mesmo, autoconstitui-se e se autoproduz por meio desses mesmos aspectos”, produzindo e se autoproduzindo “pela cultura, pela ciência, por sua fisiologia e biologia” (Souza, 2019, p.60). Para Morin (2016), segundo a autora Souza (2019), “o conceito de produção, elaborado e pensado por Marx, em uma relação dialética com o mundo, está diretamente relacionado e pode ser ampliado pelo princípio de organização recursiva”. Com isso, pelo princípio da recursividade organizacional, podemos entender

o movimento dialético das relações e das contribuições entre as partes e o todo. Isso é o que veremos no tópico a seguir.

Nesse sentido, corroboramos as considerações de Aquino de Paula (2021, p.30), ao fazer referência ao movimento circular-retroativo, com base em Morin (2018), conforme denominado pelo autor e como mostra a Figura 4, proposta por De Paula (2021).

Figura 4- Movimento circular-retroativo da recursividade organizacional



Fonte: Aquino de Paula (2021, p.31), com base em Morin (2018).

No caso de nossa investigação, a situação do trabalho docente contemplando os aspectos inerentes à saúde mental docente constituem uma relação lógica recursiva pelo fato de os professores terem sido formados pela sociedade e, ao

mesmo tempo, por produzirem algo dando um retorno a esta sociedade que os têm constituído.

1.5.2 O princípio hologramático

Este outro princípio da Teoria da Complexidade prevê a totalidade de um determinado objeto, conforme ressalta Morin (1991), remetendo ao pensamento multidimensional no entendimento da relação entre as partes e o todo, ao explicitar que “não apenas a parte está no todo; o todo está no interior da parte que está no interior do todo” (Morin, 1991, p. 107). Tal perspectiva contribui para uma maior compreensão das relações sociais e culturais constitutivas de um sistema complexo. Assim, ressaltamos o defendido por Aquino de Paula (2021, p.37), tomando por base esta concepção de Morin, ao destacar que:

[...] não somos sujeitos únicos, mas fazemos parte de uma sociedade na qual cada um tem uma especificidade na construção de um contexto sócio-histórico mais amplo. A sociedade, ao mesmo tempo, enquanto uma organização global, como um todo, contribui para a construção e constituição das partes, a partir da formação dos indivíduos, por meio da linguagem, da cultura, da educação e das normas sociais e políticas. (Aquino de Paula, 2021, p.37).

Com isso, entendemos que, no caso do contexto educacional, mais especificamente, por envolver a educação, a cultura e as normas sociais e políticas que influenciam este contexto socio-histórico, temos a oportunidade de discutir e evidenciar as relações entre as partes e o todo, a fim de propiciar um maior entendimento do processo de formação humana e de desenvolvimento social. Por essas razões, o princípio hologramático nos permite a relação entre o papel social do indivíduo e da sociedade. Portanto, destacamos as considerações de Morin (2010, p. 90), ao enfatizar que “o todo está também dentro da parte; o indivíduo não está somente dentro da sociedade, a sociedade enquanto todo está também no indivíduo”. É possível vermos uma correlação entre esta concepção de globalidade e a de Bronckart (1997[1999]), em sua proposta interacionista sociodiscursiva, ao propor que consideremos o plano global de um determinado fenômeno investigado. Diante disso, no caso de nossa pesquisa especialmente, podemos visualizar as relações entre os sujeitos participantes desta pesquisa e o contexto social no qual se inserem pela sistematização das informações evidenciadas na Figura 5.

Figura 5 – Contexto socio-histórico mais amplo educacional e suas partes



Fonte: As autoras.

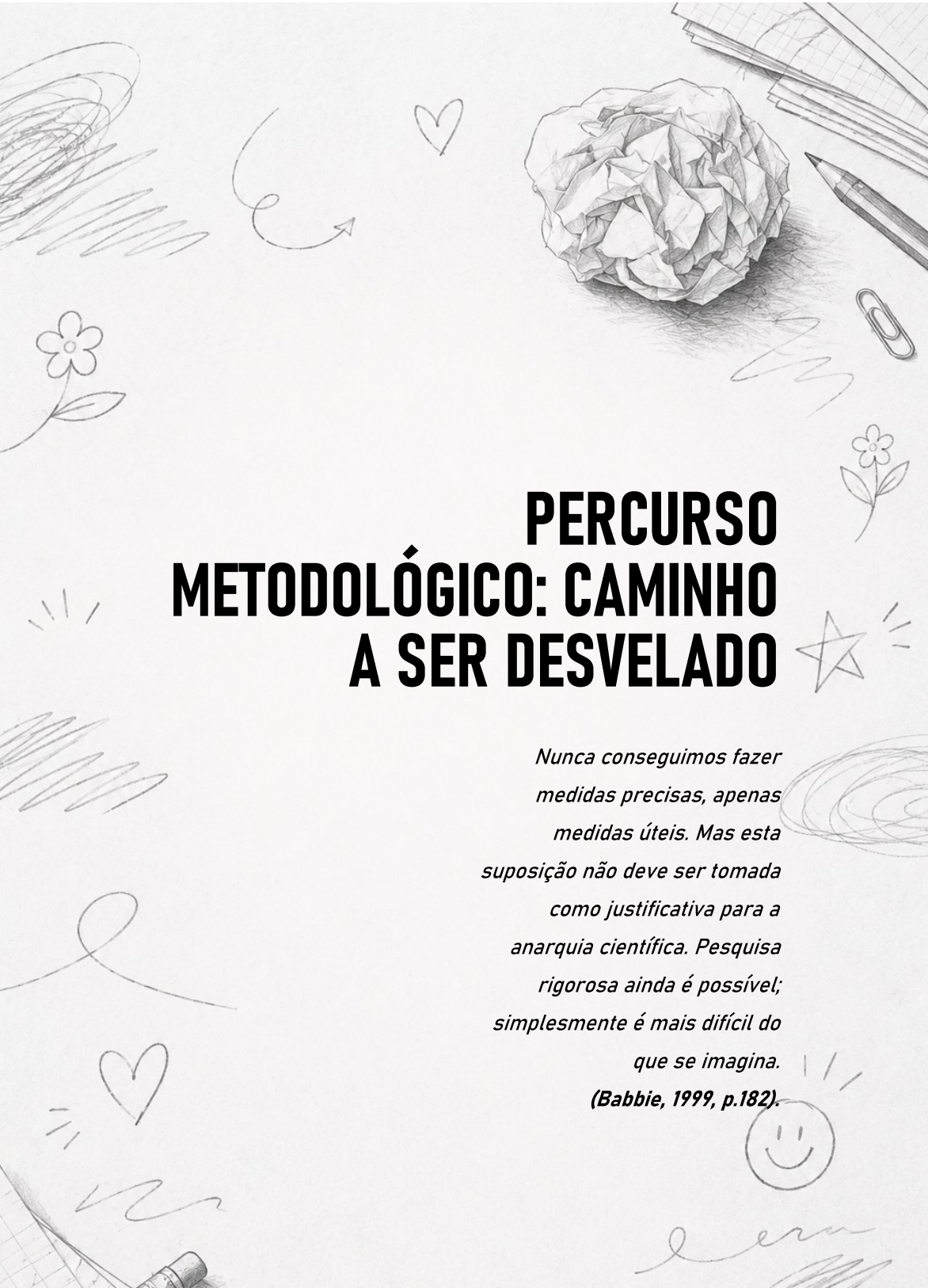
Por fim, ressaltamos a importância de se entender os aspectos constitutivos da situação de trabalho docente e, mais especificamente, a relevância da saúde mental docente, uma vez que o professor trabalha e cuida da formação educacional de tantos outros sujeitos inseridos nesta mesma realidade social, que pode, a nosso modo de ver, ser considerada um sistema complexo em que cada parte constitui um todo fundamental à formação humana.

1.6 Síntese do capítulo

Neste capítulo, procuramos apresentar as bases teóricas de nossa investigação no sentido de mostrar os aspectos basilares de nosso estudo, além de apontar alguns elementos considerados essenciais para um debate social, tais como: a saúde mental docente, o trabalho do professor, a intensificação, a precarização e a desvalorização deste trabalho, além dos desafios desta prática profissional.

Nessa perspectiva, pautamos nossos estudos na teoria da complexidade vinculada à pesquisa interdisciplinar, o que nos permite entender as relações entre os aspectos constitutivos do trabalho docente e da saúde mental do professor, bem como o que pode influenciar seu agir e a qualidade deste agir docente. Ao final, almejamos não apenas contribuir para a teoria, mas também oferecer contribuições que possam enriquecer a qualidade do agir docente e promover uma reflexão crítica sobre a realidade educacional.





PERCURSO METODOLÓGICO: CAMINHO A SER DESVELADO

*Nunca conseguimos fazer
medidas precisas, apenas
medidas úteis. Mas esta
suposição não deve ser tomada
como justificativa para a
anarquia científica. Pesquisa
rigorosa ainda é possível;
simplesmente é mais difícil do
que se imagina.
(Babbie, 1999, p.182).*



Neste capítulo, buscamos descrever o percurso metodológico de nossa proposta de investigação envolvendo o percurso de busca de pesquisas realizadas em relação à temática da nossa pesquisa, a sua natureza e ao seu contexto de produção. Dito isto, primeiramente, discorreremos sobre as pesquisas encontradas e selecionadas para, em seguida, tratar da natureza da pesquisa, seu contexto de produção, os instrumentos de coleta e geração de dados, bem como o tratamento dos dados e os critérios de análise. Assim, trataremos dos procedimentos metodológicos utilizados em nossa pesquisa a partir da descrição do contexto de produção da investigação que envolve tanto o físico, contemplando o local, os participantes da pesquisa, o tempo e os procedimentos de coleta de dados, quanto o sociossubjetivo, abrangendo o lugar social, o papel social do emissor e do receptor, bem como o objetivo da interação.

Na sequência, trataremos das pesquisas que constituem o estado da arte de nossa investigação.

2.1 Pesquisas desenvolvidas sobre a saúde mental docente

O estado da arte de nossa pesquisa tem como objetivo apresentar estudos encontrados relacionados à temática por nós proposta, intitulada *A saúde mental docente: desafios de*

uma prática profissional. Desse modo, para desenvolvermos esta parte norteadora de nossa pesquisa, em Romanowski e Teodora (2006) que, segundo as autoras, para construir o estado da arte de uma pesquisa, é preciso analisar, investigar e categorizar trabalhos, a partir de um levantamento bibliográfico que abranja uma área em específico, tendo um olhar mais amplo de modo a considerar artigos científicos publicados em periódicos, dissertações e teses relacionados ao objeto de pesquisa do pesquisador.

Dessa forma, o pesquisador pode traçar um mapa do que já fora desvendado no campo da temática tratada em sua pesquisa e identificar o que não foi suficiente para responder ao problema, indicando apontamentos do que poderia ser pesquisado por outro(s). Este movimento possibilita a continuidade das pesquisas em diferentes campos do saber, tornando-se essencial para a disseminação do conhecimento, uma vez que garante ao pesquisador o contato com produções anteriores, além de propiciar orientações para a construção de novas ações em relação às práticas investigativas. Além disso, quando o pesquisador realiza o procedimento de coleta e análise dos dados, sua pesquisa pode contribuir de forma mais eficaz para com o seu campo do saber, retribuindo, à sociedade, novas e possíveis formas de responder e olhar ao

objeto pesquisado, colaborando com os avanços da e para a ciência e a sociedade.

No que diz respeito aos aspectos metodológicos da pesquisa de estado da arte, realizamos nossos procedimentos tomando por base os estudos de Ferreira (2002). Desse modo, em um primeiro momento, buscamos por produções acadêmicas e científicas, com o objetivo de mapear essa produção em um recorte temporal envolvendo o período de 5 anos entre 2017 a 2021, indexados nas bases de dados do *Google Acadêmico*. Esta busca foi feita a partir do uso das palavras-chave “saúde mental docente”, “saúde docente”, “sofrimento professor” e “sofrimento docente”. Posteriormente, foram aplicados os filtros com critérios de relevância para a temática proposta. Como resultado preliminar, obtivemos 1.782 trabalhos.

Para a triagem, identificamos 368, dos quais 158 foram selecionados, tendo como critério a adequação do título ao tema investigado e a exclusão de ocorrências duplicadas. Desses 158 trabalhos, iniciamos um processo de seleção por meio da leitura dos resumos, o que resultou na exclusão de textos inadequados ao tema proposto para esta investigação. Com isso, alcançamos o total de 10 trabalhos elegíveis para as análises, os quais foram lidos na íntegra e incluídos em nosso estudo, a fim de que pudéssemos compreendê-las e produzir

um melhor descrição do percurso histórico das pesquisas selecionadas em relação a nossa investigação.

Para a seleção destes textos, utilizamos os seguintes critérios: a identificação do autor e a data de publicação da pesquisa, o título da pesquisa, seu objetivo e o resultados das pesquisas, bem como sua relevância em relação a nossa investigação. Enfim, para uma melhor visualização da totalidade das pesquisas encontradas nesta primeira busca, sistematizamos o total de teses e artigos encontrados, conforme ilustra a Tabela 1.

Tabela 1 – Primeira busca de pesquisas relacionadas à temática da nossa investigação

Tipos de pesquisa	Google Acadêmico	Quantidade
Tese	1	
Artigos	9	
Total		10

Fonte: As autoras, com base em Sontag (2024).

Dessa forma, após a seleção das pesquisas encontradas, conforme mencionado anteriormente, procuramos identificar mais alguns elementos estruturais importantes nestes estudos, tais como: título, resumo, objetivo e resultados, com o objetivo de entender a proposta das pesquisas selecionadas.

Assim, no sentido de explicitar alguns elementos essenciais destas primeiras pesquisas encontradas, organizamos o Quadro 1, conforme o que segue, em que discorreremos sobre 1 tese e 9 artigos.

Quadro 1 – Resultado da primeira busca de pesquisas relacionadas à temática de nossa investigação

Tipo da pesquisa	Autor/ano	Revista-Instituição/Programa	Título da pesquisa	Objetivo	Resultados
A R T I G O	Silva; Almeida (2019)	Rev. Bras. Ed. Esp., Marília.	As características dos alunos são determinantes para o adoecimento de professores: um estudo comparativo sobre a incidência de <i>burnout</i> em professores do ensino regular e especial.	Comparar a presença de indicadores de <i>burnout</i> em três grupos de professores que atuam no primeiro ciclo do Ensino Fundamental.	- Maiores escores de esgotamento emocional e despersonalização em professores que trabalham com a inserção de alunos especiais em sala comum (sem recursos) no ensino regular.
	Souza; Coutinho (2018)	EDUR - Educação em Revista.	Adoecimento das professoras das primeiras letras em Olinda: sintomas, queixas e diagnósticos.	Descobrir e relacionar as principais queixas, sintomas e diagnósticos de professores de séries iniciais de Olinda.	- Afastamento de professoras - 62,4% das professoras entrevistadas já se afastaram das suas funções por doença. - O sentimento de preocupação e tristeza representou os mais referidos, 62,4% seguido de incapacidade com 43,75% e ansiedade com 31,2%.
	Albuquerque <i>et al.</i> (2018)	Saúde em Debate.	Exploração e sofrimento mental de	Verificar a associação entre a elevação da	- A prevalência de casos indicativos de distúrbios

			professores: um Estudo na rede estadual de ensino do Paraná.	exploração no trabalho dos docentes e o sofrimento mental.	psíquicos é muito elevada entre os professores e que há indícios da associação desta prevalência com diversas formas de exploração no trabalho. - Carga horária semanal, número de turmas por professor e número de alunos por turma apresentaram relação positiva para a ocorrência de sofrimento mental.
	Silva <i>et al.</i> (2017)	Universidade Federal Fluminense, Brasil.	<i>Prevalencia del síndrome de burnout entre profesores de la Escuela Estatal em Niterói, Brasil.</i>	Descrever a prevalência da Síndrome de Burnout entre os professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil.	- Suspeita de prevalência de síndrome de <i>Burnout</i> foi de 33 casos (63,5%). A prevalência significativa desta síndrome entre os professores gera alerta sobre as condições de trabalho e a saúde mental desses profissionais.
	Andrade; Falcão (2018)	Educ. Soc., Campinas.	Trabalho docente no município de Natal: perfil e risco psicossocial.	Identificar condições e percepções da atividade docente, dimensões e risco psicossociais do trabalho de professores do 1º ao 5º ano de Natal, Rio Grande do Norte, estabelecendo perfil e relações.	- Constatação de que 22% dos professores consideram-se insatisfeitos no trabalho e 30,2% relatam sentirem-se solitários no ambiente laboral. 19,2% correspondem a um perfil de risco psicossocial, com alta demanda psicológica e baixa latitude de decisão. - Associação entre o sentimento de solidão no

					trabalho e a percepção de maior demanda psicológica da atividade, suporte social e satisfação com as reuniões de planejamento pedagógico.
Silva; Bolsini-Silva; Loureiro (2018)	USP- Revista Brasileira de Educação.	<i>Burnout</i> e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional.	Verificar a prevalência de burnout e depressão em professores do ensino fundamental e investigar correlações entre burnout, depressão, variáveis sociodemográficas e organizacionais.	- Prevalência de 29%, sendo constatado distanciamento emocional (40%), exaustão emocional (37%), desumanização (22%) e realização pessoal (11%). - A depressão foi identificada em 23% dos professores, além de correlações positivas e fortes entre a depressão e as dimensões do <i>burnout</i> .	
Facci, Urt; Barros (2018)	Psicologia Escolar e Educacional, SP.	Professor readaptado: a precarização do trabalho docente e o adoecimento.	Discutir a relação entre a precarização do trabalho e o adoecimento do professor readaptado tendo como fundamento os pressupostos da Psicologia Histórico-Cultural.	- Destaque das condições de trabalho que têm levado muitos professores ao adoecimento, acompanhado de sofrimento. - O adoecimento como forma de resistência à precariedade do trabalho, a partir da perspectiva da Psicologia Histórico-cultural.	

	Silva, Coimbra; Yokomiso (2017)	Revista do NESME.	Saúde dos professores do ensino fundamental da rede pública e a Construção dos espaços psíquicos compartilhados.	Refletir sobre o sofrimento psíquico de professores do ensino fundamental, assim como propor estratégia para sua minimização.	- Necessidade de maior apoio social, tanto da família dos alunos, quanto da própria gestão escolar e comunitária aos professores. Estes sofrem com o desamparo diante das problemáticas presentes na escola e com o desinteresse dos alunos e a crescente desvalorização da autoridade docente na sala de aula.
	Tostes, <i>et al</i> (2018)	Saúde debate, Rio de Janeiro.	Sofrimento mental de professores do ensino público.	Conhecer a prevalência de sofrimento mental nos professores da rede estadual (ensino fundamental) do Paraná e sua relação com aspectos deste trabalho docente.	- Prevalência de 75% de Distúrbios Psíquicos Menores na amostra, sendo que 9,73% dos professores relataram alguma forma de adoecimento mental, sintomas depressivos em 44,04% , tendo destes 25,06% depressão leve (disforia) e 18,98% moderada ou grave além de 29,89% que apresentavam níveis mínimos de ansiedade. - Maior sofrimento psíquico nas mulheres sendo relacionado ao elevado número de turmas e ao trabalho docente realizado em casa.

T E S E	Silva (2017)	Universidade de São Paulo, USP.	Condições de trabalho, presenteísmo e absenteísmo em professores da rede pública de São Paulo.	Analisar as percepções das condições do trabalho docente no ensino fundamental e as relações com o adoecimento, presenteísmo e absenteísmo.	- Condições de trabalho do professor que podem tanto contribuir para o processo de adoecimento, quanto dificultar os cuidados da saúde dos professores.
----------------------------	-----------------	---------------------------------	--	---	---

Fonte: As autoras.

Na sequência, discorreremos sobre as pesquisas selecionadas, a fim de evidenciarmos o que já tem sido estudado em relação a nossa investigação. Como uma primeira pesquisa, por nós analisada, apresentamos o estudo de Silva e Almeida (2019), intitulado, “*As características dos alunos são determinantes para o adoecimento de professores: um estudo comparativo sobre a incidência de burnout em professores do ensino regular e especial*”, que teve como objetivo comparar a presença de indicadores de *burnout* em três grupos de professores que atuam no primeiro ciclo do Ensino Fundamental. Trata-se de um estudo comparativo de corte, utilizando análise quantitativa, com 60 professores que atuavam no ensino regular, divididos proporcionalmente em 3 grupos, em turmas com e sem a inserção de alunos com necessidades educacionais especiais, e em sala de recursos, da rede Municipal de Ensino Fundamental de Bauru.

Quanto aos sinais de sofrimento e adoecimento por parte dos professores, foi identificada uma Síndrome de *Burnout* por meio de sinais de esgotamento emocional, realização profissional e despersonalização. No que tange aos fatores associados ao adoecimento docente, dois aspectos são destacados, a saber: a inserção alunos com necessidades especiais sem os recursos necessários pra o ensino em turmas de ensino regular e uma maior quantidade de alunos em uma sala de aula. Por fim, os resultados desta pesquisa apontam para o fato de que foram encontrados maiores escores de esgotamento emocional e despersonalização em professores que trabalham com a inserção de alunos especiais em sala comum sem recursos, no ensino regular. Consideramos esta pesquisa relevante em relação a nossa investigação por contribuir com reflexões significativas acerca da temática tratada em nossa pesquisa.

Uma segunda pesquisa intitulada “*Adoecimento das professoras das primeiras letras em Olinda: Sintomas, queixas e diagnósticos*” é o estudo de Souza e Coutinho (2018), que teve o intuito de descobrir e relacionar as principais queixas, sintomas e diagnósticos de professores de séries iniciais da cidade de Olinda. Esta pesquisa foi caracterizada como um estudo exploratório, descritivo, explicativo, a partir de um método misto, ou seja,

qualiquantitativo, envolvendo 32 professoras de 3 escolas municipais de Olinda, no Estado de Pernambuco. No que se refere aos sinais de sofrimento e adoecimento, foram identificados os aspectos, a saber: insônia, distúrbios da voz e da coluna, irritabilidade, fadiga física e mental, tensão, ansiedade e depressão, sentimento de tristeza e ansiedade. Quanto aos fatores relacionados ao adoecimento docente, foram apontados os seguintes: excesso de atribuições para além da sala de aula e infraestrutura inadequada das salas de aula. Os resultados demonstraram que 62,4% das professoras entrevistadas já se afastaram das suas funções por doença. Os sentimentos de preocupação e tristeza tiveram destaque dentre 62,4% dos participantes, sendo que a incapacidade apareceu em 43,75% e a ansiedade em 31,2%. Esta pesquisa mostra-se importante a nossa investigação por nos permitir entender o quanto estes sentimentos têm avançado e influenciado a saúde mental docente, afetando a prática profissional dos professores.

Na sequência, apresentamos uma terceira pesquisa intitulada “*Condições de trabalho, presenteísmo e absenteísmo em professores da rede pública de São Paulo*”, de Silva (2017), que visava analisar as percepções das condições de trabalho de docentes de ensino fundamental e as possíveis associações com o adoecimento, presenteísmo e

absenteísmo. Este estudo envolveu a natureza qualitativa de pesquisa, de cunho exploratório e descritivo, abrangendo vinte professores de escolas de Ensino Fundamental de Rio Branco. Quanto aos sinais de sofrimento e adoecimento, o absenteísmo, o presenteísmo (quando os professores trabalham mesmo adoecidos) e o afastamento do trabalho por sentimento de impotência foram predominantes.

Em relação aos fatores associados ao adoecimento docente, houve uma constatação de vários aspectos, tais como: desvalorização do trabalho do professor, exigência de cumprimento de horas, falta de assistência à saúde do professor, excessiva carga horária, baixo salário, salas em desconforto térmico, ausência de autonomia do professor, desrespeito dos alunos para com os professores e apoio insuficiente ao professor. No que se refere aos resultados, a autora conclui que as condições de trabalho do professor podem tanto contribuir para o processo de adoecimento, quanto dificultar os cuidados da saúde dos professores. Com isso, corroboramos as conclusões da autora, ao destacar o papel social que as condições de trabalho do professor vêm exercendo sobre este profissional, ocasionando o adoecimento da saúde do trabalho docente.

A quarta pesquisa intitulada “*Exploração e sofrimento mental de professores: um Estudo na rede estadual de ensino*”

do Paraná”, de Albuquerque *et al.* (2018), teve por objetivo verificar a associação entre a elevação da exploração no trabalho dos docentes e o sofrimento mental. Trata-se de um estudo transversal por meio da plataforma *Limesurvey*, com 1.201 professores da rede estadual de ensino do Paraná. Os sinais de sofrimento e adoecimento foram identificados por transtornos mentais. Quanto aos fatores associados ao adoecimento docente, a carga horária de trabalho elevada e o número de alunos por turma foram os elementos responsáveis por este mal-estar docente. Os resultados apontaram para o fato de a prevalência de casos indicativos de distúrbios psíquicos é muito elevada entre os professores e que há indícios da associação desta prevalência com diversas formas de exploração no trabalho. Além disso, a carga horária semanal, o número de turmas por professor e o número de alunos por turma apresentaram relação positiva para a ocorrência de sofrimento mental. Esta pesquisa contribui para as discussões em nossa investigação na medida em que oferece dados e subsídios que nos permitem avançar em nossas reflexões acerca da qualidade da saúde mental do professor.

Uma outra pesquisa intitulada “*Prevalencia del síndrome de burnout entre profesores de la Escuela Estatal em Niterói, Brasil*”, de Silva *et al.* (2017), objetivou descrever a prevalência da Síndrome de *Burnout* entre os professores da

Escola Estadual em Niterói, Brasil, sendo caracterizada como um estudo quantitativo e descritivo (levantamento *Survey*) com 52 docentes de uma escola estadual de Niterói, no Estado de São Paulo. Os sinais de sofrimento e adoecimento foram destacados pela Síndrome de *Burnout*. Em relação aos fatores associados ao adoecimento docente, nenhum foi encontrado. Quanto aos resultados, a pesquisa revelou uma suspeita de prevalência de Síndrome de *Burnout* ocorrida em 33 casos (63,5%). A prevalência significativa desta Síndrome dentre os professores gera alerta sobre as condições de trabalho e a saúde mental destes profissionais. Trata-se de uma pesquisa relevante a nossa investigação, uma vez que ressalta um dos problemas que muito tem afetado a saúde mental docente na situação de trabalho do professor.

A sexta pesquisa intitulada “*Trabalho docente no município de Natal: Perfil e risco psicossocial*”, de Andrade e Falcão (2018), teve o intuito de identificar condições e percepções da atividade docente, dimensões psicossociais e risco psicossocial do trabalho de professores do primeiro ao quinto ano de Natal, Rio Grande do Norte, estabelecendo perfil e relações. Este estudo foi de caráter exploratório e descritivo, abrangendo 172 professores de anos iniciais do Ensino Fundamental do Município de Natal no Estado do Rio Grande

do Note. A solidão e a insatisfação no trabalho ocasionaram os sinais de sofrimento e adoecimento.

No que tange aos fatores associados ao adoecimento docente, os autores destacam a precarização das condições de trabalho, alta demanda psicológica e baixa latitude de tomada de decisão (trabalho ativo e baixo controle), trabalho repetitivo e perturbado, tempo insuficiente para conclusão das tarefas, volume excessivo de trabalho e necessidade de trabalhar rapidamente, além ausência de suporte social e menor experiência profissional. Como resultados, os autores constataram que 22% dos professores consideram-se insatisfeitos no trabalho e 30,2% relatam sentirem-se solitários no ambiente laboral. Com isso, 19,2% correspondem a um perfil de risco psicossocial, com alta demanda psicológica e baixa latitude de decisão. Por fim, os autores concluíram que há associação entre o sentimento de solidão no trabalho e a percepção de maior demanda psicológica da atividade, suporte social e satisfação com as reuniões de planejamento pedagógico. Tal pesquisa é relevante a nossa investigação visto que nos auxilia a refletir sobre os riscos das más condições do trabalho docente e seus possíveis impactos em sua prática profissional.

Em seguida, analisamos uma sétima pesquisa intitulada *“Burnout e depressão em professores do ensino fundamental:*

um estudo correlacional”, de Silva, Bolsini-Silva e Loureiro (2018), que teve como prisma verificar a prevalência de *Burnout* e depressão em professores do ensino fundamental e investigar possíveis correlações entre *Burnout*, depressão, variáveis sociodemográficas e organizacionais. Este estudo transversal, correlacional de prevalência em escolas públicas municipais, do qual participaram 100 professoras do 2º ao 5º ano.

No que concerne aos sinais de adoecimento, foram apontadas a Síndrome de *Burnout* e a depressão. Além disso, no que tange aos fatores associados ao adoecimento docente, os professores fizeram referência a uma baixa satisfação profissional, menor tempo de experiência profissional e condições do ambiente de trabalho. Quanto aos resultados, em relação ao *Burnout*, foi identificada a prevalência em 29% dos professores, sendo constatado distanciamento emocional em 40%, exaustão emocional em 37%, desumanização em 22% e realização pessoal em 11%. A depressão foi identificada em 23% dos professores, além de correlações positivas e fortes entre a depressão e as dimensões do *Burnout*. A nosso ver, estes dados revelam a preocupação por nós apontada em nossa pesquisa ao ressaltarmos a necessidade de cuidar da saúde mental docente.

Outra pesquisa intitulada “*Professor readaptado: a precarização do trabalho docente e o adoecimento*”, de Facci, Urt. e Barros (2018) visou discutir a relação estabelecida entre a precarização do trabalho e o adoecimento do professor readaptado tendo como fundamento os pressupostos da Psicologia Histórico-cultural, sendo um estudo qualitativo e descritivo com 20 professores readaptados, da educação básica, como participantes. Quanto aos sinais de adoecimento, as autoras indicaram os seguintes aspectos: afastamentos sucessivos do trabalho por transtornos mentais e a necessidade de readaptação ao retornar ao trabalho. No que tange aos fatores associados ao adoecimento docente, o que se destacou foi a precarização das condições de trabalho. Assim, como resultados, as autoras destacam que as condições de trabalho têm levado muitos professores ao adoecimento, acompanhado de sofrimento e que o adoecimento, a partir da perspectiva da Psicologia Histórico-cultural seria uma forma de resistência à precariedade do trabalho. Com isso, concordamos com as considerações das autoras, ao tratarem de uma temática fundamental no sentido de se pensar possíveis contribuições para amenizar esta questão social e profissional em relação ao trabalho docente.

A penúltima pesquisa intitulada “*Saúde dos professores do ensino fundamental da rede pública e a*

construção dos espaços psíquicos compartilhados”, de Silva, Coimbra e Yokomisso (2017), teve o objetivo de refletir sobre o sofrimento psíquico de professores do ensino fundamental, assim como propor estratégia para sua minimização, caracterizando-se como uma pesquisa qualitativa e exploratória, tendo como participantes 7 professores da educação básica, sendo 3 da Educação Infantil e 4 do Ensino Fundamental. Quanto aos sinais de adoecimento, foram destacados os aspectos, a saber: sentimento de solidão e impotência do professor, desamparo, afastamento e licença do trabalho. No que diz respeito aos fatores associados ao adoecimento docente, os autores indicaram a fragilidade da parceria escola-família, ausência de interesse e indisciplina dos alunos, ausência de apoio da equipe gestora na ação pedagógica, bem como de apoio da comunidade (entidades e órgãos públicos) e ausência de amparo legal diante da violência escolar.

Os resultados apontam para o fato de que os professores necessitam de maior apoio social, tanto da família dos alunos, quanto da própria gestão escolar e comunitária, pois sofrem com o desamparo diante das problemáticas recorrentes na escola, com o desinteresse dos alunos e a crescente desvalorização da autoridade docente em sala de aula e fora dela. Assim, destacamos a relevância desta

pesquisa para a nossa investigação, visto que se trata de uma discussão fundamental à saúde mental docente para que a realização desta prática profissional possa ser mais efetiva e com qualidade.

Por fim, a última pesquisa encontrada e por nós analisada foi a de Tostes *et al.* (2018), intitulada “*Sofrimento mental de professores do ensino público*”, com o intuito de conhecer a prevalência de sofrimento mental nos professores de rede estadual (ensino fundamental) do Paraná e sua associação com alguns aspectos do trabalho docente no estado. Este estudo foi caracterizado como sendo transversal do sofrimento mental com 1.021 professores do ensino público do Paraná. No que se refere aos sinais de sofrimento e adoecimento, os seguintes aspectos foram identificados: depressão, ansiedade, estresse, disforia, doenças osteomusculares e doenças otorrinolaringológicas. Em relação aos fatores associados ao adoecimento docente, foram obtidos os elementos, a saber: sexo feminino, trabalhar no ensino fundamental, levar tarefas do trabalho para a casa, condições de trabalho, número excessivo de turmas, sobrecarga de trabalho, excesso de alunos por turma e professores que lecionam no ensino fundamental.

Quanto aos resultados, foi encontrada uma prevalência de 75% de Distúrbios Psíquicos Menores na amostra realizada

pela pesquisa, com 9,73% dos professores relatando alguma forma de adoecimento mental, sintomas depressivos em 44,04%, sendo que 25,06% destes apontaram depressão leve (disforia) e 18,98% moderada ou grave, 29,89% apresentavam níveis mínimos de ansiedade. Além disso, um maior sofrimento psíquico nas mulheres também foi identificado e associado ao elevado número de turmas, ao fato de ter que levar trabalho para a casa e passar a maior parte do tempo trabalhando. Enfim, assim como as demais pesquisas encontradas, esta mostra-se importante ao nosso processo de investigação por nos agregar conhecimentos relacionados à situação do trabalho docente e aos fatores que impactam na saúde mental docente.

A partir destes estudos pesquisados, no que diz respeito ao delineamento das pesquisas, amostras e métodos, notamos que houve predomínio de publicações na área educacional, sendo a maior parte das pesquisas de cunho transversal descritiva. Quanto à forma de análise, houve a predominância de estudos de natureza qualitativa, cerca de seis estudos, dois estudos utilizaram a análise quantitativa e dois estudos de análise quanti e qualitativa. Esta investigação permitiu-nos tomar conhecimento de um estudo que apresentou correlação entre depressão e síndrome de *Burnout* em professores (Silva; Bolsoni-Ssilva; Loureiro, 2018).

A depressão é considerada um transtorno mental, com alta prevalência e alta morbidade no Brasil e no mundo, além de constituir-se como uma das principais causas de absenteísmo e presenteísmo no ambiente laboral, e ser a terceira causa de afastamento do trabalho no Brasil. O país lidera o *ranking* de prevalência de depressão entre as nações em desenvolvimento, com 20 a 36 milhões de pessoas afetadas, contabilizando o equivalente a 10% das pessoas com depressão no mundo. Segundo Facci *et al.* (2018), as condições de trabalho têm levado muitos professores ao adoecimento, acompanhado de sofrimento, ademais, o adoecimento, a partir da perspectiva da Psicologia Histórico-cultural seria uma forma de resistência à precariedade do trabalho. Um recente estudo dirigido por Melanda *et al.* (2018), com 789 professores da rede pública de ensino de Londrina/PR, identificou que um em cada doze professores relatou ter sofrido violência física na escola nos 12 meses anteriores à pesquisa. Esta investigação ressaltou a relação entre a violência sofrida e a fatores como as condições de trabalho, o tipo de vínculo de trabalho temporário e o número de escolas em que atuam, por eles terem testemunhado ou sofrido outros tipos de violência no ambiente escolar.

Os estudos supracitados evidenciaram muitos fatores que podem provocar a precariedade da saúde mental dos

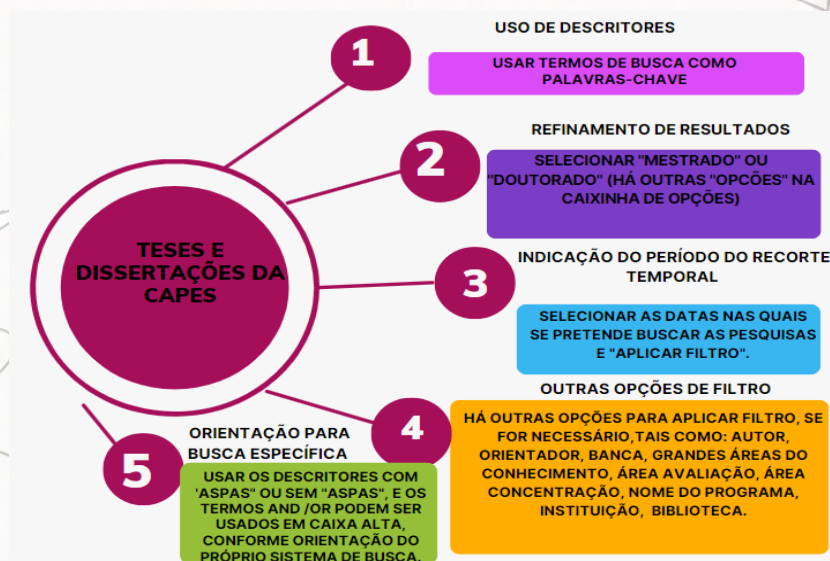
professores, tais como: dificuldades com alunos especiais, desrespeito dos alunos com o professor, número excessivo de alunos por turma, falta de motivação e problemas comportamentais e agressividade dos alunos, e a perda de autoridade do professor em sala de aula. A profissão docente tem enfrentado diversas situações difíceis, levando à desvalorização do papel do professor e à falta do reconhecimento de sua autoridade em sala de aula, o que interfere diretamente na ação pedagógica (Albuquerque *et al.*, 2018). Este profissional tem a difícil missão de gerir seu trabalho em sala de aula de modo a superar as dificuldades na interação com o aluno, sem tornar-se autoritário ou permissivo demais. Conforme nossa compreensão, estas seriam algumas causas de estresse, ansiedade e depressão, doenças as quais vêm acometendo os professores.

Desse modo, após realizarmos a primeira busca de pesquisas relacionadas à temática da nossa investigação, conforme descrita anteriormente, desenvolvemos um novo levantamento junto ao banco de dados da CAPES no sentido de complementar nossa investigação. Com isso, procuramos por outras pesquisas, referentes ao período de 2018 a 2022. Assim, iniciamos este novo processo de busca de pesquisas relacionadas a nossa temática pela utilização dos termos “adoecimento docente” como palavras-chave. Como critérios

de busca para filtragem dos resultados a serem obtidos, primeiramente, selecionamos as dissertações e/ou mestrado e o período. Após filtrar estas informações, obtivemos um resultado de 5.253 pesquisas relacionadas ao nosso estudo.

Antes de prosseguirmos com a explicitação das demais pesquisas encontradas nesta fase, compartilhamos os passos utilizados no percurso de busca destes estudos para o estado da arte pelo Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES⁶, conforme ilustra a Figura 6.

Figura 6 – Processo de busca pelo Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES



Fonte: As autoras, com base em <https://catalogodeteses.capes.gov.br/catalogo-teses/#/>.

Na sequência, utilizamos como critério a leitura dos títulos das pesquisas. Em seguida, realizamos a leitura dos resumos das pesquisas obtidas por meio dos “detalhes” indicados logo abaixo dos títulos na página do Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES. Para a seleção das pesquisas, que poderiam ser relevantes à descrição em nosso estado da arte, próximas a nossa investigação, foi necessário fazermos um recorte primando pelas primeiras pesquisas encontradas neste processo em função tanto do espaço no texto de nosso livro, quanto do tempo para a finalização desta investigação. Para tanto, assim como na primeira busca, utilizamos como critérios de exclusão os elementos, a saber: título, resumo, objetivo e resultados, com isso, selecionamos 8 dissertações, que serão descritas no Quadro a seguir.

Assim, antes de tratarmos de cada uma das dissertações encontradas nesta segunda fase de levantamento bibliográfico, para uma melhor visualização e um maior entendimento sobre o estado da arte de nossa pesquisa, sistematizamos os estudos deste segundo momento como mostra o Quadro 2.

Quadro 2 – Resultado da segunda busca de pesquisas relacionadas à temática de nossa investigação

Tipo da pesquisa	Dissertação
Autor/ano	ANDRADE (2019)
Instituição/Programa	Universidade Federal de Uberlândia Programa de Pós-Graduação em Educação
Título da pesquisa	Trabalho e Educação: um estudo sobre o adoecimento dos docentes contratados na Educação Básica Municipal em Uberlândia-MG.
Objetivo	Investigar as relações entre trabalho, educação e adoecimento, particularmente o adoecimento dos professores e professoras contratados da Educação básica da rede Municipal da cidade Uberlândia.
Resultados	As doenças desencadeadas e registradas pelos/as professores/as contratados da rede municipal de ensino são causadas pela precariedade e instabilidade dos contratos, e os sintomas podem ser 84 correlacionados a Síndrome de <i>Burnout</i> , que tem sido apontada como um processo de adoecimento muito crescente nessa categoria profissional.
Tipo da pesquisa	Dissertação
Autor/ano	AMARAL (2021)
Instituição/Programa	Faculdade de Inhumas Programa de Pós-Graduação em Educação
Título da pesquisa	O adoecimento docente: elementos para uma maior visibilidade à saúde do professor.
Objetivo	Investigar como se configura a relação entre a profissionalidade docente, a prática docente e o adoecimento docente.
Resultados	A relação entre as condições de trabalho e o adoecimento psíquico de professores, é uma constante, direta e estreita condicionante entre o exercício profissional e as reais condições de trabalhos, demonstrando que o inverso traduz em aumento considerável nos índices de acréscimos de profissionais acometido por transtornos emocional, cada vez mais crescente e de maior grau de comprometimento de suas competências e habilidades, para o exercício da docência.
Tipo da pesquisa	Dissertação
Autor/ano	OLIVEIRA (2022)
Instituição/Programa	Universidade Tiradentes Programa de Pós-Graduação em Educação
Título da pesquisa	Profissão docente e pandemia: um estudo com professores da rede estadual do município de Valente-Bahia.
Objetivo	Investigar o fazer docente durante a pandemia no contexto do ensino médio da rede estadual do município de Valente-Bahia.
Resultados	A análise das entrevistas possibilitou definir quatro categorias de análises que emergiram das falas dos professores: condições de trabalho, desvalorização da profissão docente, sobrecarga de trabalho e gestão do tempo. Essa análise revelou que o professor(a) no exercício da sua profissão, mesmo antes da pandemia, tem adoecido em função do seu trabalho.

Tipo da pesquisa	Dissertação
Autor/ano	FROTA (2019)
Instituição/Programa	Universidade Federal do Ceará Programa de Pós- Graduação em Educação
Título da pesquisa	Saúde do professor: um estudo sobre o adoecimento no trabalho a partir do olhar docente.
Objetivo	Analisar a incidência de fatores relacionados ao fenômeno do adoecimento no trabalho docente, em escolas públicas municipais de Fortaleza – CE.
Resultados	Existem diretas relações entre o adoecimento docente e o cotidiano escolar. Todos os participantes da pesquisa, citam a estrutura escolar precária como fator potencializador de um grande mal-estar docente. A maioria cita as frágeis políticas públicas de valorização da profissão e a distante relação de alguns gestores escolares com o corpo docente, principalmente os adoecidos, como outros fatores que fragilizam, ainda mais, a saúde do professor e ampliam a sensação de desânimo no ambiente escolar. As doenças que mais tem levado os Professores a se licenciarem, estão relacionados a questões emocionais, vocais e motoras.
Tipo da pesquisa	Dissertação
Autor/ano	SILVA (2021)
Instituição/Programa	Universidade Federal do Ceará Programa de Pós-Graduação em Educação e Ensino (MAIE)
Título da pesquisa	Adoecimento de professores em atividade laboral da rede pública municipal de ensino de Quixadá – CE.
Objetivo	Compreender as principais causas e queixas do adoecimento dos professores em atividade laboral da Rede Pública Municipal de Ensino de Quixadá-Ceará.
Resultados	Todos os relatos constataam adoecimento no e pelo trabalho, de ordem física e psicológica. As falas registradas dos professores sob adoecimento, que compreendem que a precarização do trabalho docente é um potencializador do adoecimento e, consequentemente, do afastamento temporário por licença médica.
Tipo da pesquisa	Dissertação
Autor/ano	MAIA (2022)
Instituição/Programa	Universidade Federal do Pará Programa de Pós-Graduação em Educação e Cultura
Título da pesquisa	A precarização do trabalho na educação e possíveis consequências sobre o adoecimento dos docentes.
Objetivo	Analisar a precarização do trabalho como condição desencadeadora do adoecimento psicossomático dos professores, e este sintoma como linguagem de protesto fruto das ações do nosso inconsciente no dia a dia dos docentes da rede pública de ensino.
Resultados	Relação direta entre precarização do trabalho e adoecimento dos docentes, sendo que, dentre alguns dos sentimentos/sintomas mais presentes nesse público, está a insatisfação crônica, a desesperança na mudança da realidade, o aparecimento de estratégias de defesa para o autoconvencimento e a aceitação das condições de trabalho e a normalidade sofrente;

	Condições desestruturantes da organização do trabalho na educação pública leva os docentes ao adoecimento como efeito da incongruência entre estrutura precarizada e exigência de eficácia na sua produtividade; Os docentes, além do adoecimento psicossomático, lidam com prejuízos sociais, econômicos e afetivos, com a dificuldade de organização da categoria para enfrentar a exploração vivida, sendo real os afastamentos sistemáticos de seus postos de trabalho devido o sofrimento emocional com desdobramentos em doenças psicossomáticas; Compreensão de que há todo um processo de moldagem do comportamento de servidão no trabalhadores em geral, assim como nos docentes, através da submissão à ideologia da classe dominante embasada na economia globalizada - alienação pautada em uma tradição que leva o trabalhador a ter uma postura de mansidão e conformismo perante as injustiças vividas no trabalho, além de identificar estratégias que a gestão municipal utiliza como estender o tempo de negociação, e assim, enfraquecer as reivindicações dos docentes colocando a população em posição de insatisfação com a classe docente. A pesquisa atingiu os objetivos e confirmou as hipóteses de que a precarização do trabalho tem um efeito direto sobre a dinâmica saúde-doença do docente que vive um contexto de educação pública de sucateamento.
Tipo da pesquisa	Dissertação
Autor/ano	SILVA (2019)
Instituição/Programa	Universidade Federal Fluminense Programa de Pós-Graduação em Administração
Título da pesquisa	O adoecimento do professor de ensino básico frente ao cenário de readaptação docente no município de Niterói (RJ).
Objetivo	Investigar o cenário de adoecimento do professor no município de Niterói a partir do quadro de professores readaptados.
Resultados	A análise dos documentos utilizou o método da pesquisa descritiva, descobrindo que as características prevalentes de professores readaptados foram do sexo feminino (93,36%), primeiro segmento (79,13%), idade entre 26 a 55 anos (68,5%), tempo de trabalho na prefeitura entre 11 a 20 anos (50,85%), reincidente (83,7%), com problemas mentais e comportamentais (71,53%) - quadros de ansiedade (37,84%) e depressão (32,2%). Em relação aos três principais grupos de causas de adoecimentos para a concessão da readaptação docente estão: os transtornos mentais e comportamentais (71,53%), doenças do aparelho respiratório (11,75%), e problemas osteomusculares (10,43%). Dessa maneira, o presente estudo possibilitou conhecer os adoecimentos dos professores readaptados no município de Niterói, discutindo juntamente com a literatura científica as possíveis relações com o trabalho docente contemporâneo.
Tipo da pesquisa	Dissertação
Autor/ano	MOURA (2018)
Instituição/Programa	Universidade de Brasília Programa de Pós-Graduação em Educação
Título da pesquisa	Desdobramentos da crise estrutural do capital no trabalho docente: a intensificação e o adoecimento.

Objetivo	Analisar as implicações das exigências institucionais em relação à intensificação do trabalho docente nos programas de pós-graduação e o processo de adoecimento e comprometimento na qualidade de vida pessoal, familiar, social, acadêmica e profissional dos professores.
Resultados	Os dados revelaram que o processo de adoecimento dos professores da pós-graduação tem relação direta com a intensificação e a precarização do trabalho nos marcos do processo de privatização/mercantilização da universidade pública, movido pelo irracionalismo produtivista que vigora e rege os professores de pós-graduação no Brasil.

Fonte: As autoras, com base nos estudos de Nascimento e Seixas (2020).

Neste segundo processo de busca no banco de dados da CAPES, a primeira dissertação selecionada foi a de Andrade (2019), intitulada “*Trabalho e Educação: um estudo sobre o adoecimento dos docentes contratados na Educação Básica Municipal em Uberlândia-MG*”. Ela foi apresentada no Programa de Pós-Graduação Em Educação – PPGED, da Universidade Federal de Uberlândia. Trata-se de um estudo que se insere no âmbito das investigações sobre as relações entre trabalho, educação e adoecimento, particularmente o adoecimento dos professores e professoras contratados da educação básica da rede municipal da cidade Uberlândia, no período de 2010 a 2018.

Este trabalho foi defendido no Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação da Universidade Federal de Uberlândia. O estudo baseou-se no método do materialismo histórico dialético, realizando uma revisão bibliográfica sobre a temática a ser abordada, contando com análise de dissertações, artigos e textos de autores clássicos e

atuais, além de análise documental sobre as Leis Federal (Constituição e LDB) e Municipal de Uberlândia (Lei nº 9626, de 22 de outubro de 2007 e Lei nº 11.967, de 29 de setembro de 2014) e dos indicadores do INEP, IBGE e dos registros médicos fornecidos pelo Núcleo de Medicina do Trabalho da Prefeitura Municipal de Uberlândia.

A pesquisa fez uma análise sistemática dos dados do IBGE, INEP, dados fornecidos pela Prefeitura Municipal e apresentou os resultados relacionando com pesquisas sobre adoecimento docente. Esta investigação é relevante para nossa investigação, pois os resultados apontados pela autora, nos auxiliam numa melhor compreensão sobre a realidade do trabalho dos professores contratados que sofrem com a precariedade e instabilidade dos contratos. Diante disso, corroboramos com a autora ao afirmar que, para a criação de políticas públicas eficientes, que procurem resolver os problemas apresentados no mundo do trabalho, são necessários estudos que apresentem os dados reais, analisados de forma sistemática e coerente.

Uma segunda pesquisa que selecionamos foi a dissertação de Amaral (2021) intitulada “*O adoecimento docente: elementos para uma maior visibilidade à saúde do professor*”, apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação da Faculdade de Inhumas-Goiás. Neste trabalho, a

autora teve por objetivo investigar como se configura a relação entre a profissionalidade docente, a prática docente e o adoecimento docente. Como procedimento metodológico, optou-se em orientações do método dialético para apanhar as contradições presentes na prática docente que levam ao seu adoecimento.

Selecionamos esta pesquisa por apresentar resultados sobre o adoecimento desses profissionais e como se dá a atuação da Gerência de Segurança e Saúde do Servidor (GESAÚDE), a fim de identificar as ações adotadas pela SEDUC, por meio desta Gerência, com o intuito de amenizar e prevenir o adoecimento dos docentes. Amaral analisou também, junto à Secretaria de Estado de Administração (SEAD), os dados disponibilizados pela Gerência de Qualidade de Vida Ocupacional (GEQUAV) sobre o quantitativo de licença médicas concedidas aos docentes da rede estadual e sobre as doenças que mais levaram os professores ao afastamento do trabalho nos últimos cinco anos e foram também discutidos dados apresentados por meio de pesquisas sobre o adoecimento docente no período da pandemia causada pelo Covid-19. Dessa forma, os dados levantados pela autora podem se aproximar dos dados observados em nossa investigação no que se refere ao adoecimento mental docente.

Na sequência, encontramos a dissertação de Oliveira (2022), intitulada “*Profissão docente e pandemia: um estudo com professores da rede estadual do município de Valente-Bahia*”, desenvolvida no Programa de Pós-Graduação Pesquisa e extensão da Universidade Tiradentes. O objetivo deste estudo é o de analisar o/a professor(a) do Ensino Médio da rede estadual do município de Valente, no seu exercício docente, durante a pandemia. Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa que investiga o sujeito/professor, no âmbito da profissão docente, a partir das falas dos professores expressas nas entrevistas. Para a realização destas entrevistas, somatizaram o número de dez docentes, os quais se prontificaram a participar. Os resultados, segundo o autor, possibilitaram definir quatro categorias de análises que emergiram das falas dos professores: condições de trabalho, desvalorização da profissão docente, sobrecarga de trabalho e gestão do tempo. Essa análise revelou que o/a professor(a) no exercício da sua profissão, mesmo antes da pandemia, tem adoecido em função do seu trabalho.

Este estudo contribui com nossa investigação, pois nos permitiu constatar que os professores, mesmo antes da pandemia, já enfrentavam desafios na prática profissional docente no que se refere à saúde mental, e que a situação de trabalho durante o período da pandemia agravou ainda mais

essas questões. Tais resultados são importantes para a compreensão dos impactos causados pela pandemia na vida dos professores e a contribuição para a implementação de políticas e medidas que visem melhorar as condições de trabalho e valorização dos docentes, buscando garantir um ambiente mais saudável e produtivo para o exercício dessa profissão fundamental para a sociedade.

A quarta pesquisa selecionada foi de Frota Dlane Lima, (2019), intitulada “*Saúde do Professor, um estudo sobre o adoecimento no trabalho a partir do olhar docente*”. O objetivo geral é o de analisar a incidência de fatores relacionados ao fenômeno do adoecimento no trabalho docente em escolas públicas municipais de Fortaleza, Ceará. Os resultados obtidos levam-nos a compreender que existem diretas relações entre o adoecimento docente e o cotidiano escolar. Todos os participantes da pesquisa citam a estrutura escolar precária como fator potencializador de um grande mal-estar docente. A maioria cita as frágeis políticas públicas de valorização da profissão e a distante relação de alguns gestores escolares com o corpo docente, principalmente os adoecidos, com outros fatores que fragilizam ainda mais a saúde do professor e ampliam a sensação de desânimo no ambiente escolar.

As doenças que mais têm levado os professores a usarem licença médica, segundo a autora, estão relacionadas às questões emocionais, vocais e motores. Por isso, concordamos com a autora no sentido de que novas pesquisas precisam ser feitas para melhorar a compreensão dessa temática. Mais debates patrocinados por secretarias de educação, sindicatos, institutos de presidência e no interior das escolas precisam ocorrer, pois fica claro, em todas as etapas da coleta de dados, que os professores têm muito a dizer e estão sedentos de escutas sobre isso.

A quinta dissertação selecionada foi de Sheila Maria Gonçalves Silva (2021) intitulada “*Adoecimento de professores em atividade laboral da rede pública municipal de ensino de Quixadá*”, apresentada no Programa de Pós-Graduação em educação da Faculdade de Educação Federal do Ceará. Esta pesquisa tem como objetivo compreender as principais causas e queixas do adoecimento dos professores em atividade laboral nessa região. A autora adotou uma abordagem qualitativa de pesquisa, utilizando-se como procedimentos e instrumentos: análise documental, entrevista e questionário como fonte primária para buscar respostas para o tempo vivido de distanciamento social causado pela pandemia do novo coronavírus. Os resultados indicam que todos os relatos constataam o adoecimento tanto físico quanto

psicológico dos professores devido ao trabalho. Além disso, as falas dos professores sobre adoecimento sugerem que a precarização do trabalho docente é um fator que potencializa o adoecimento e, conseqüentemente, o afastamento temporário por razões médicas.

Esta pesquisa trouxe contribuições significativas para nossa investigação, visto que nos permitiu uma análise mais aprofundada sobre os fatores que impactam a saúde dos professores no ambiente de trabalho. Além disso, a dissertação pode fornecer subsídios para as instituições educacionais e órgãos governamentais adotarem estratégias preventivas e de apoio aos professores, visando reduzir os riscos de adoecimento e afastamentos temporários por motivos de saúde. Dessa forma, o estudo pode contribuir para o desenvolvimento de um ambiente de trabalho mais saudável e propício ao bem-estar físico e mental dos profissionais da educação.

Na sequência, a sexta dissertação de Pabllo Cardoso Maia (2022), intitulada “*A precarização do trabalho na educação e possíveis conseqüências sobre o adoecimento dos docentes*”, apresentada no programa de Pós-graduação em Educação e Cultura da Universidade Federal do Pará e tem como objetivo analisar como a precarização do trabalho pode desencadear o adoecimento psicossomático dos professores,

considerando-o como uma forma de linguagem de protesto fruto das ações inconscientes no cotidiano dos docentes da rede pública de ensino.

Para a coleta de dados do fenômeno pesquisado, foi usado um roteiro de entrevista que foi entregue aos docentes para que eles expressassem suas opiniões subjetivas acerca do contexto ao qual são submetidos no processo laboral. Os resultados da pesquisa indicam uma relação direta entre a precarização do trabalho e o adoecimento dos docentes, com sentimentos prevalentes, como insatisfação crônica, desesperança na mudança da realidade e o uso de estratégias de defesa para aceitar as condições de trabalho como normais. As condições desestruturantes da organização do trabalho na educação pública são apontadas como fatores que levam ao adoecimento dos docentes devido à incongruência entre a estrutura precarizada e as exigências de produtividade.

Esta pesquisa ofereceu percepções valiosas para nossa investigação sobre a relação direta entre a precarização do trabalho e o adoecimento psicossomático dos professores, destacando os sentimentos mais comuns nesse público, como insatisfação crônica e desesperança. Além disso, ao mencionar os prejuízos sociais, econômicos e afetivos enfrentados pelos docentes, a pesquisa oferece uma perspectiva abrangente dos desafios enfrentados por este grupo. Estas discussões

contribuem para uma compreensão mais aprofundada sobre o tema, contribuindo para nossa investigação.

A sétima pesquisa de Silva e Pereira (2019), intitulada *"Adoecimento do professor de ensino básico frente ao cenário de readaptação docente no município de Niterói"*, apresentada no programa de Pós-Graduação em Administração da Universidade Federal Fluminense, tem como objetivo investigar o cenário de adoecimento dos professores neste município, especialmente focando nos quadros de professores readaptados. A análise dos documentos foi realizada utilizando o método de pesquisa descritiva. Os principais resultados indicam que os professores readaptados mais prevalentes eram do sexo feminino (93,36%), com idade entre 26 e 55 anos (68,5%) e o tempo de trabalho nas prefeituras entre 11 e 20 anos (50,85%). A maioria dos casos eram reincidentes (83,7%), com problemas mentais e comportamentais (71,53%), quadros de ansiedade (37,84%), e depressão (32,2%). As três principais causas de adoecimento para a concessão da readaptação docente foram transtornos mentais e comportamentais (71,53%), doenças do aparelho respiratório (11,75%), e problemas osteomusculares (10,43%).

O estudo contribuiu para a compreensão dos adoecimentos dos professores readaptados em Niterói, levantando a importância da prevenção e promoção à saúde

dos docentes, buscando alterar esse cenário de professores adoecidos. A pesquisa de Silva e Pereira nos apresenta valiosas contribuições para nossa temática fornecendo dados relevantes, fundamentando o debate e apontando para a necessidade de ações voltadas à saúde e ao bem-estar dos professores. Isso pode resultar em mudanças positivas na forma como a sociedade e o sistema educacional lidam com essa importante questão.

Por fim, a última pesquisa encontrada e por nós analisada foi a de Alda Aparecida Vieira Moura (2018) intitulada “*Desdobramentos da crise estrutural do capital no trabalho docente, a intensificação e o adoecimento*” do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade de Brasília. Trata-se de uma tese de doutorado com objetivo de analisar as exigências institucionais e a intensificação do trabalho nos programas de pós-graduação. A autora destaca como esses fatores afetam negativamente a qualidade de vida dos professores, tanto em aspectos pessoais, familiares, sociais, acadêmicos quanto profissionais. A relação direta estabelecida entre o processo de adoecimento dos professores da pós-graduação e a intensificação e precarização do trabalho é um ponto importante abordado na tese. Isso ressalta a importância de compreender as consequências do processo de privatização e mercantilização da universidade pública, que

pode levar ao aumento das exigências de produtividade e impactar negativamente no bem-estar dos professores.

Ademais, pesquisa menciona o contexto político e ideológico vigente no Brasil, como o nacionalismo e o produtivismo influenciam as condições de trabalho dos professores de pós-graduação, contribuindo para o cenário de adoecimento e sobrecarga. Com isso, a investigação contribui para uma reflexão crítica sobre as políticas educacionais e a valorização do bem-estar dos docentes como fator essencial para a qualidade da educação superior. É possível que a pesquisa tenha trazido elementos relevantes para uma melhor compreensão dessa conexão, visto que nos fornece informações importantes para entendermos como esses fatores impactam a formação e atuação dos docentes que, por sua vez, podem refletir em suas práticas na educação básica. Se esses professores universitários enfrentam condições de trabalho intensificadas e adversas, isso pode ter um efeito indireto na qualidade da formação dos futuros educadores.

Além disso, o estudo da relação entre a intensificação do trabalho docente no ensino superior e o processo de adoecimento pode revelar aspectos sistêmicos que afetam toda a educação brasileira. Por exemplo, problemas estruturais e políticas educacionais, que influenciam tanto o ensino superior, quanto a educação básica, podem ser identificados,

mostrando como a precarização do trabalho e a privatização podem ter efeitos em cadeia em todo o sistema educacional.

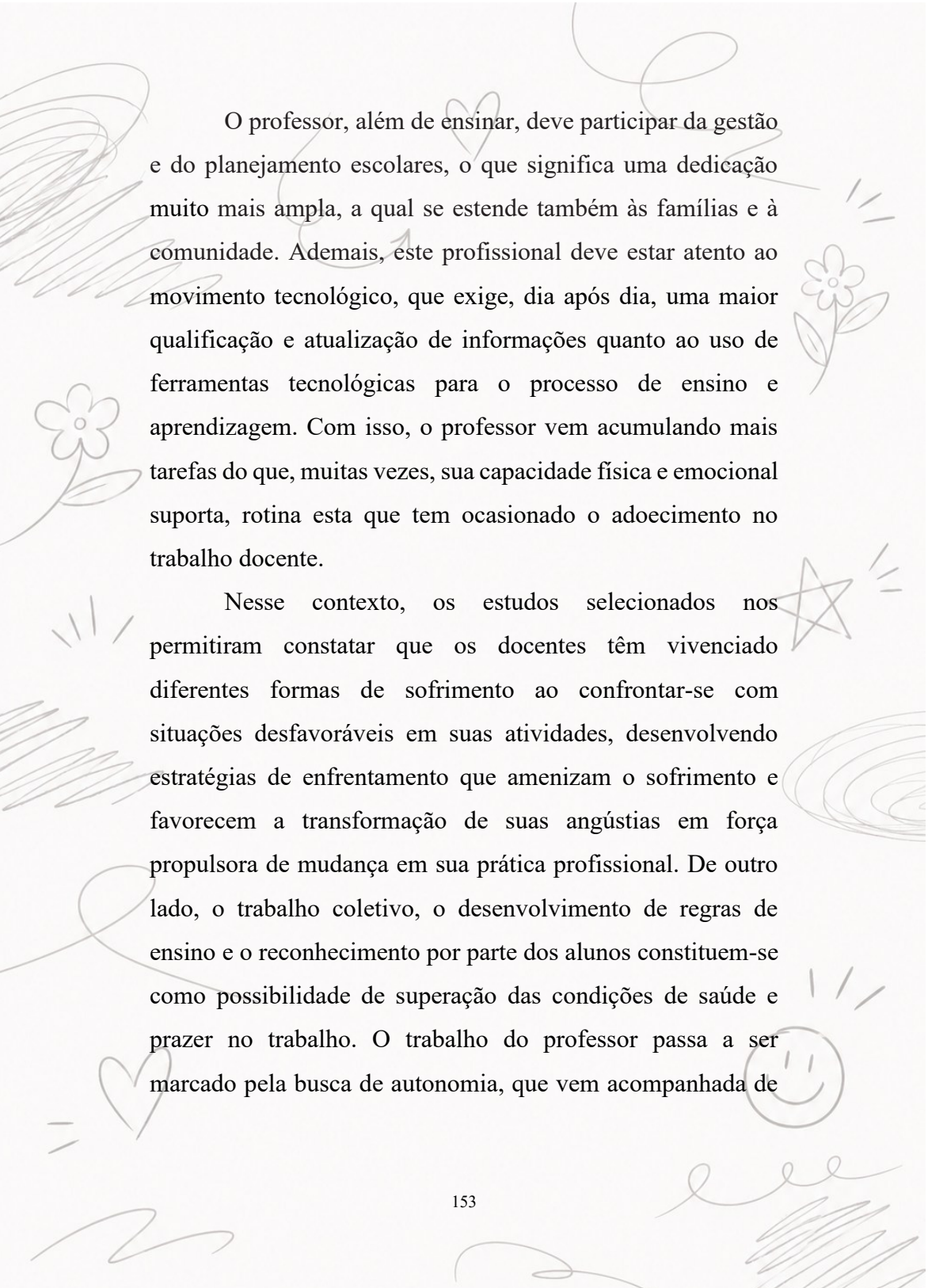
Na sequência, após sistematizar o levantamento bibliográfico das pesquisas já desenvolvidas relacionadas à temática da nossa investigação e discorrer sobre o teor dos seus estudos, sintetizamos a quantificação das pesquisas encontradas em ambos os processos de busca. Para isso, organizamos estes dados na Tabela 2, a seguir.

Tabela 2 – Resultados da primeira e da segunda buscas de pesquisas

Tipos de pesquisa	CAPES	Google Acadêmico	Quantidade
Dissertações	7	0	7
Teses	1	1	2
Artigos	0	9	9
Total			18

Fonte: As autoras, com base em Sontag (2023).

Estes estudos evidenciaram o adoecimento mental docente na atualidade, apontando para a necessidade de desenvolvimento de ações referentes à reorganização do trabalho docente e à promoção de saúde mental docente. Com base nas literaturas analisadas, podemos notar que o papel do professor tem extrapolado a mediação do processo de conhecimento do aluno, o que tem ampliado a missão do profissional para além da sala de aula, a fim de garantir uma maior articulação entre a escola e a comunidade.



O professor, além de ensinar, deve participar da gestão e do planejamento escolares, o que significa uma dedicação muito mais ampla, a qual se estende também às famílias e à comunidade. Ademais, este profissional deve estar atento ao movimento tecnológico, que exige, dia após dia, uma maior qualificação e atualização de informações quanto ao uso de ferramentas tecnológicas para o processo de ensino e aprendizagem. Com isso, o professor vem acumulando mais tarefas do que, muitas vezes, sua capacidade física e emocional suporta, rotina esta que tem ocasionado o adoecimento no trabalho docente.

Nesse contexto, os estudos selecionados nos permitiram constatar que os docentes têm vivenciado diferentes formas de sofrimento ao confrontar-se com situações desfavoráveis em suas atividades, desenvolvendo estratégias de enfrentamento que amenizam o sofrimento e favorecem a transformação de suas angústias em força propulsora de mudança em sua prática profissional. De outro lado, o trabalho coletivo, o desenvolvimento de regras de ensino e o reconhecimento por parte dos alunos constituem-se como possibilidade de superação das condições de saúde e prazer no trabalho. O trabalho do professor passa a ser marcado pela busca de autonomia, que vem acompanhada de

restrições impostas pelas políticas educacionais e as relações de poder que compõem o tecido do cotidiano escolar.

Diante do exposto, entendemos que a busca de razões para o adoecimento do docente trouxe à tona o cenário de um trabalhador desconhecido e um processo de trabalho que tem apresentado uma situação profissional complexa tanto para o professor quanto para a sociedade. O professor não se sente em condições de refletir, perguntar e argumentar sobre os aspectos determinantes de seu trabalho cotidiano por estar afastado da sala de aula ou privado de um acesso adequado à teoria norteadora do seu trabalho. Além disso, o professor vê a sua identidade questionada, sem reconhecimento ou perda em registros de memória frágil de alunos e companheiros.

Enfim, os estudos encontrados nos auxiliam a entender mais aprofundadamente a situação do trabalho docente e as questões relacionadas à saúde mental docente contribuindo para que possamos repensar o aspecto inovador de nossa investigação acerca da prática profissional docente, os sentimentos que o constituem como sujeito, sendo fatores fundamentais para a manutenção da qualidade de sua saúde mental, além da prática coletiva e colaborativa para repensar e ressignificar a situação de trabalho docente em prol da saúde mental docente. A partir das análises das pesquisas selecionadas, foi possível saber quais delas têm sido

desenvolvidas nessa área, o que já foi realizado e como foi realizado, qual foi o foco de tais pesquisas, bem como o que ainda falta ser realizado.

2.2 Contexto de produção da pesquisa

De modo a explicitar a situação de produção da pesquisa, pautamos nossos estudos nos aportes do Interacionismo Sociodiscursivo (ISD) (Bronckart, 1997[2009]), em função da relevância da linguagem sobre as ações dos sujeitos e a influência do seu uso na sociedade. Para isso, concordamos com o autor, ao destacar a importância de se descrever os contextos físico e sociosubjetivo, bem como suas representações, no desenvolvimento das pesquisas. Tal descrição nos possibilita, de acordo com o autor, obter uma maior compreensão do fenômeno investigado, o que contribui tanto para entendermos as relações entre as partes e o todo, conforme sugere Morin (2005), quanto para articular os aspectos mencionados com a perspectiva da pesquisa interdisciplinar.

Assim, no sentido de obtermos um maior entendimento acerca do contexto de produção, tomamos por base a definição de Bronckart (1997[2009], p.93) ao explicitá-lo como sendo “o conjunto dos parâmetros que podem exercer uma influência

sobre a forma como um texto é organizado”. Segundo o autor, estes parâmetros podem variar de acordo com as ações da rotina diária e do estado psicológico ou emocional do produtor, dentre outros fatores. Estes parâmetros, que são as representações do contexto de produção da pesquisa, são agrupados pelo autor em dois conjuntos que abrangem o contexto físico e o sociossubjetivo. O primeiro envolve os seguintes fatores: a) lugar de produção (“o lugar físico em que o texto é produzido”); b) momento da produção (“a extensão do tempo durante a qual o texto é produzido”); c) emissor (“produtor ou locutor, a pessoa ou a máquina que produz fisicamente o texto, podendo essa produção ser efetuada na modalidade oral ou escrita”); e, d) receptor (“a/as pessoa/s que pode/m perceber ou receber concretamente o texto”).

Em relação ao contexto sociossubjetivo, o autor (1997[2009], p.94) organiza-o considerando estes aspectos: a) o lugar social (“formação social, instituição ou, de forma mais geral, em que modo de interação o texto é produzido”); b) o papel social do emissor (“estatuto de enunciador”, envolvendo “o papel social que o emissor desempenha na interação em curso”) e c) do receptor (“estatuto de **destinatário**”, envolvendo “o papel social atribuído ao receptor do texto”), abrangendo a imagem que o enunciador quer passar de si, as relações de hierarquia ou de poder institucional entre

enunciador e receptor; e d) o objetivo da interação (“do ponto de vista enunciador, o efeito/s que o texto pode produzir no destinatário”), Bronckart (2009, p.93).

2.2.1 Contexto físico e socio subjetivo

No que concerne ao contexto físico, primeiramente, descreveremos o lugar de produção no qual nossa pesquisa se desenvolve e se insere. A pesquisa por nós realizada aconteceu nas dependências do Colégio de uma escola pública da rede estadual de ensino situada em um município do interior do Estado do Paraná, localizado na região central da cidade, sendo o único colégio estadual que oferece Ensino Fundamental II e Ensino Médio.

O colégio possui 54 anos e encontra-se em estado bem conservado com ambientes organizados, higienizados e equipados. Para maior segurança dos alunos, foi instalado um portão eletrônico de entrada com câmeras. O colégio também possui monitoramento no pátio, corredores e salas de aula, além de sala de mídias e duas salas ambientes para as disciplinas de português e matemática com o recurso de *datashow*. A biblioteca possui um grande acervo, com lugar adaptado para leitura, com ar condicionado e um espaço destinado para cabines com *notebooks*, individualizadas para

estudo e pesquisa. No que diz respeito à organização das turmas, o colégio conta com 17 turmas distribuídas nos três períodos, a saber: no período matutino, há 11 turmas do Ensino Fundamental II e Ensino Médio; no vespertino, há 4 turmas do Ensino Fundamental II; e, no noturno, há 3 turmas de Ensino Médio.

Em relação ao momento da produção da pesquisa, realizamos duas etapas distintas junto aos membros da comunidade escolar, que participariam da nossa investigação. Com isso, primeiramente, efetivamos uma reunião, no segundo semestre de 2022, envolvendo o diretor, a vice-diretora (os gestores), a equipe pedagógica (as pedagogas) e todos os professores da escola, a fim de explicar nossa proposta de investigação e a importância da temática tratada, assim como a participação dos professores para alcançar nossos objetivos de pesquisa.

Esta reunião de explicitação da contextualização de nossa pesquisa aos profissionais da escola ocorreu em uma determinada data, no período da manhã, quando há uma participação mais efetiva de professores em função da distribuição de aulas e do número de turmas, após o intervalo, tendo a duração de vinte minutos. Ressaltamos que nos meses que antecederam este momento da produção da pesquisa, um diálogo entre a pesquisadora e os profissionais do ambiente

escolar investigado já foi sendo estabelecido, o que contribuiu para uma maior compreensão de nossa proposta de investigação neste momento de explicação mais formal, bem como para uma oportunidade de escuta dos professores ao longo das conversas informais sobre a temática da saúde mental docente.

Na sequência, no dia seguinte ao da reunião mencionada, desenvolvemos um momento mais específico de interação junto aos profissionais da escola, que participariam da nossa coleta de dados, quando puderam ser ouvidos pelos gestores e pedagogos, expondo suas angústias e aflições a respeito tanto de sua prática profissional, em um sentido mais amplo, quanto da sua prática pedagógica no sentido micro de sala de aula.

No dia 10 de novembro, no sentido de facilitar a coleta de dados e, ao mesmo tempo, de evitar a sobrecarga de tarefas aos professores, uma vez que tratamos, nesta pesquisa, sobre saúde mental docente, disponibilizamos o *link* de acesso ao questionário *online* via *Google Forms* juntamente com uma Carta Convite e o Termo de Consentimento Livre e esclarecido (TCLE), logo após aprovação¹³ do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética da Unespar. Este momento de

¹³ Nosso projeto de pesquisa obteve aprovação pelo CEP da Unespar sob CAAE, número 63840622.5.0000.9247, com número do Parecer 5.690.246, em 7 de outubro de 2022.

coleta de dados foi realizado no período matutino, minutos antes do início da primeira aula que ocorria em uma semana de jogos, com a duração de trinta minutos. Este momento foi acordado com os gestores, a fim de alcançar o maior número de professores que estariam presente.

No que tange ao emissor, neste processo de investigação, do ponto de vista da proposição da pesquisa, temos uma professora, que é a pesquisadora, autora deste texto, formada em licenciatura dupla – Português/Espanhol pela instituição FAFIJAN, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Jandaia do Sul, com especialização em Literatura e as múltiplas linguagens na Educação Básica, pela, na época nominada FECILCAM, hoje, Unespar. Atuou por 17 anos no contexto da Educação Básica, no ensino de Língua Espanhola no CELEM, Centro de Ensino de Língua Estrangeira Moderna.

Em outras palavras, o emissor, neste caso, é a própria pesquisadora, professora, que durante todos estes anos de docência, por muitas vezes, passou por momentos de fragilidade, de insegurança, de medos, de incertezas e continua vivenciando diferentes formas de sofrimento nesta importante profissão. Por essas razões, a pesquisadora visa a contribuir para uma compreensão mais ampliada acerca dos aspectos sociais e culturais que podem, como elementos desafiadores, influenciar e/ou constituir a saúde mental do

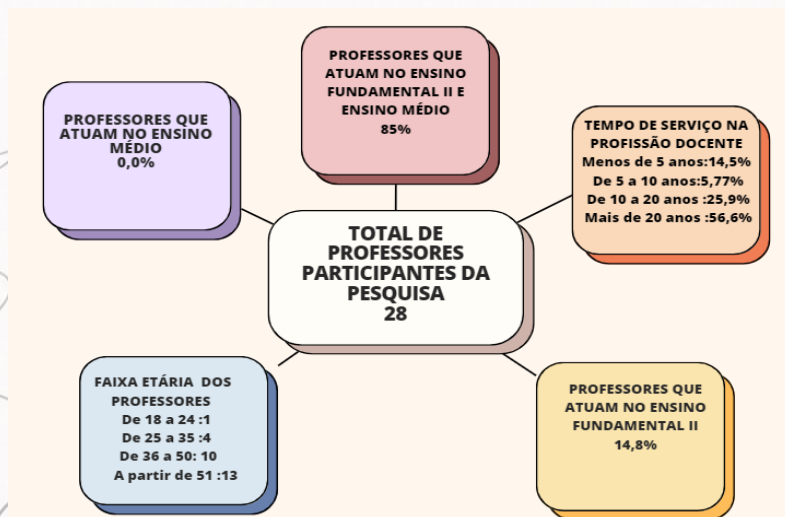
professor e o bem-estar docente em sua situação de trabalho, a fim de entender os fatores que podem ocasionar a vulnerabilidade e o adoecimento docente.

Nessa perspectiva, os receptores são os 28 professores da Rede Pública Estadual que atuam na Educação Básica do colégio investigado no município de Quinta do Sol -PR, sendo que 25 dos 28 participantes da pesquisa residem no município e estudaram neste mesmo colégio, assim como a pesquisadora. Um outro aspecto a ser considerado é o fato de que destes 28 professores participantes, 3 professores são readaptados e os demais atuam em sala de aula. Além disso, há que se considerar que, no contexto investigado, há 10 professores readaptados. No entanto, somente 3 deles responderam ao questionário, o que pode indicar algo em relação ao seu processo de saúde mental docente.

No que diz respeito aos receptores do resultado final desta pesquisa, os professores participantes da pesquisa poderão ter acesso, além da pesquisadora, ao resultado de uma investigação com uma temática de fundamental importância, que poderá contribuir para o desenvolvimento de outros estudos acerca da temática tratada, com vistas à transformação da realidade educacional, bem como da situação de trabalho do professor e de sua saúde mental no sentido de auxiliá-lo em sua prática profissional, propiciando um maior entendimento

sobre a relação entre a organização do trabalho e o adoecimento/sofrimento mental dos professores. Para isso, é essencial entendermos alguns aspectos relacionados ao contexto de atuação dos professores participantes da pesquisa no que diz respeito a sua faixa etária, ao nível de ensino em que atuam e ao tempo de atuação em sua profissão docente (perguntas 1, 2 e 3 do questionário), uma vez que tais aspectos influenciam na saúde mental docente, temática proposta para discussão nesta pesquisa. Com isso, sistematizamos os dados obtidos referentes a estes aspectos, conforme ilustra a Figura 7.

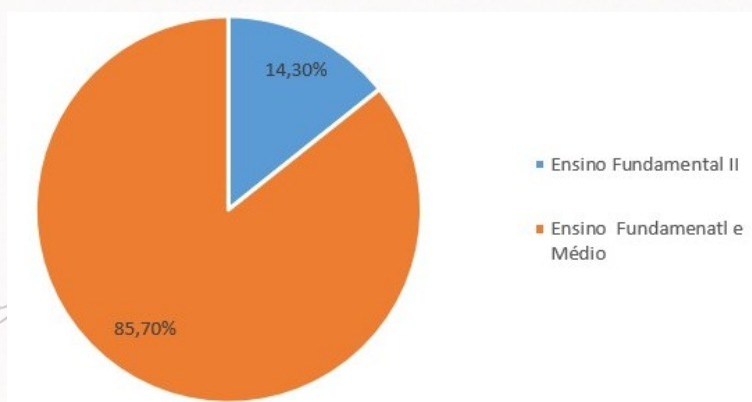
Figura 7 – Contexto de produção dos participantes da pesquisa



Fonte: As autoras, com base nos Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado via *Google Forms*.

Além disso, há que se considerar o campo de atuação ou nível de ensino em que estes professores participantes da pesquisa, referente à segunda pergunta do questionário, no que diz respeito ao contexto da sua prática envolvendo o Ensino Fundamental e/ou o Ensino Médio estão. Para tanto, destacamos os dados referentes a estes níveis de ensino nos quais a prática profissional destes docentes está inserida, como mostra o Gráfico 1.

Gráfico 1 – Campo de atuação dos participantes da pesquisa



Fonte: As autoras, com base nos dados obtidos pelo questionário online aplicado via *Google Forms*.

Como constatamos, 85,7% dos professores participantes de nossa investigação atuam em ambos os contextos, Ensino Fundamental e Médio, o que indica uma sobrecarga de trabalho em função dos conteúdos a serem

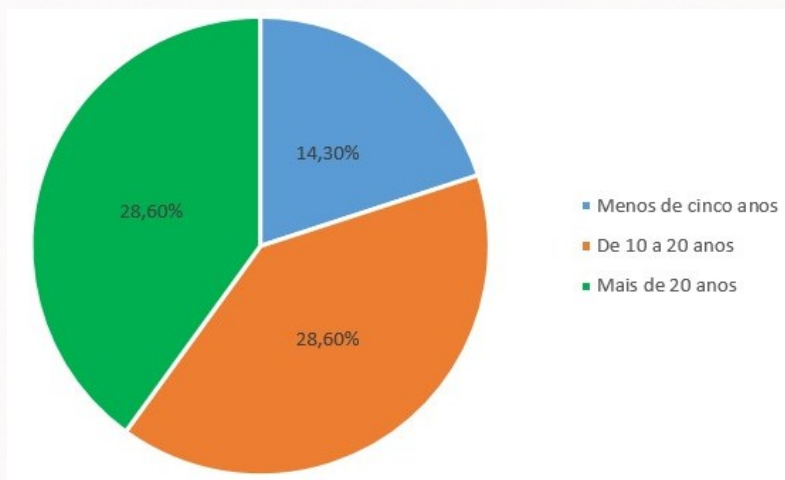
planificados, considerando-se a quantia de alunos por turma e sua faixa etária como aspectos que podem influenciar a qualidade da saúde mental docente, visto que, para lidar com essas variáveis, é necessário uma preparação adequada a cada contexto e, geralmente, não há tempo hábil para isso na situação de trabalho docente.

Os dados acima nos revelam uma atuação profissional por parte da maioria dos professores participantes desta pesquisa em ambos os contextos de Ensino Fundamental e Ensino Médio, o que nos indica um fator importante a ser considerado ao tratarmos da saúde mental docente, uma vez que a demanda de trabalho tem sido cada vez maior e com muitas exigências. Com base em nossa própria experiência, temos visto que, muitas vezes, o professor deve completar sua carga horário assumindo aulas em ambos os contextos, o que pode influenciar na qualidade da saúde mental docente.

Um outro aspecto a ser considerado quanto ao contexto de produção da pesquisa é o tempo de atuação dos profissionais mencionados, referente à terceira pergunta do questionário. Para além do nível de ensino no qual os professores atuam, devemos levar em conta o seu tempo de atuação, visto que se trata de um outro aspecto que pode influenciar no estado da saúde mental docente. Por isso, para um maior entendimento acerca deste fator em relação ao

contexto de produção de nossa pesquisa, ilustramos um quantitativo referente ao tempo de atuação dos professores participantes de nossa investigação, conforme Gráfico 2.

Gráfico 2 – Tempo de atuação dos participantes da pesquisa



Fonte: As autoras, com base nos dados obtidos pelo questionário online aplicado via *Google Forms*.

Assim, uma ampla maioria de 53,6% destes professores atuam há mais de 20 anos na rede estadual de ensino, 28,6% atua de 10 a 20 anos e 14,3% há menos de 5 anos, enquanto que uma minoria atua de 5 a 10 anos. Com isso, constatamos que este tempo de trabalho pode acumular e gerar conflitos e/ou problemas emocionais, psicológicos, dentre outros, afetando a qualidade de vida, a vida social e familiar, bem como o estado da saúde mental docente.

No que diz respeito ao contexto sociossubjetivo, retomando o quadro das atividades de uma determinada formação social, conforme proposto pelo ISD (Bronckart, 1997[2009], p.94), a partir de uma interação comunicativa e implicando “o mundo social (normas, valores, regras, etc.) e o mundo subjetivo (imagem que o agente dá de si ao agir)”, apresentamos a descrição do lugar social, o papel social do emissor e do receptor, a imagem que o enunciador quer passar de si, bem como o(s) objetivo(s) da interação.

Nesse sentido, a posição social do emissor e do receptor implica no papel social que desempenham na interação em curso, se o emissor ou o destinatário atua neste processo interativo como “professor, pai, estudante, colega, subordinado ou superior”, dentre outros. Assim, no que concerne à posição social do emissor, no caso, a pesquisadora Clarice, coautora, exerceu a função de professora de Língua Espanhola no contexto da Educação Básica, atuando na instituição investigada há 17 anos. Dessa forma, a pesquisadora conhece os percalços enfrentados pelos seus companheiros e companheiras de trabalho que continuam em sala de aula, nesta profissão tão desafiadora.

No que se refere à posição social do emissor, por um lado, temos a pesquisadora, em seu papel acadêmico e científico e, ao mesmo tempo, ex-aluna do colégio, muitos dos

professores são companheiros de trabalho e participantes da pesquisa. No que concerne à posição social dos receptores do contexto escolar no qual atuamos, devemos levar em conta o fato de que o colégio possui um quadro de professores em que a sua maioria é QPM (Quadro Próprio do Magistério)¹⁴ com Especialização e PDE¹⁵ em seu processo de formação. Os funcionários encontram-se QFEB (Quadro Funcionários

¹⁴ Trata-se da carreira de Professor da Rede Estadual de Educação Básica do Estado do Paraná, no Brasil, representada pelo cargo único de provimento efetivo. Ou seja, esta é uma classificação para os professores considerados efetivos por terem sido aprovados em Concurso Público Estadual. Mais informações, ver este endereço: <https://www.administracao.pr.gov.br/Recursos-Humanos/Pagina/Quadro-Proprio-do-Magisterio-QPM>.

¹⁵ Programa de Desenvolvimento Educacional – PDE, instituído pela Lei Complementar nº 103/2004, de 15 de março de 2004, executado por meio de parceria entre as Secretarias de Estado da Educação – SEED, da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior – SETI e Instituições de Ensino Superior – IES, teve como objetivo oferecer Formação Continuada para o Professor da Rede Pública de Ensino do Paraná, sendo extinto no ano de 2017. O PDE foi um Programa de Capacitação Continuada, implantado como uma política educacional de caráter permanente, que previa o ingresso anual de professores da Rede Pública Estadual de Ensino no processo de formação continuada, com duração de 2 (dois) anos, tendo como meta qualitativa a melhoria do processo de ensino e aprendizagem nas escolas públicas estaduais de Educação Básica. Disponível em: shorturl.at/1BEZ0. Acesso em: 08/05/20. Após o período de 2017, quando houve o último processo de formação neste formato, o Programa vem sendo reavaliado e passa por reformulações, conforme informações disponíveis em: shorturl.at/cqsMV. Acesso em 17/11/21.

Educação Básica)¹⁶, PSS (Processo Seletivo Simplificado)¹⁷, com escolarização entre Ensino Médio e nível Superior com Especialização.

No que diz respeito à imagem que o enunciador quer passar de si, neste momento, a professora e pesquisadora Clarice utiliza a primeira pessoa do singular de modo a destacar os processos e experiências vivenciadas em seu contexto de produção. Assim, envolvendo relações de hierarquia ou de poder institucional, conforme sugere o ISD, considero minha formação e percurso profissional, que abrange o período desde a conclusão do meu Ensino Médio no ano de 1994, realizado neste mesmo colégio investigado, o qual será nosso contexto de produção, até o momento atual. Naquele período, cursei técnico em contabilidade noturno. Morava no sítio e usava transporte escolar.

Quando ingressei no ensino superior, no curso de Letras, mudei-me para a cidade para facilitar minha jornada acadêmica. Terminei minha graduação em 2002, e em

¹⁶ Trata-se de uma classificação, referente ao plano de carreira dos funcionários públicos pertencentes ao contexto escolar, denominados de “Agentes Educacionais I e II”, conforme consta nas informações disponíveis neste endereço: <https://www.administracao.pr.gov.br/Recursos-Humanos/Pagina/Quadros-Funcionarios-da-Educacao-Basica-QFEB>.

¹⁷ Trata-se de uma classificação do Processo Seletivo Simplificado, referente à contratação temporária para exercer a função de Professor e Professor Pedagogo, conforme informações disponíveis em: <https://www.educacao.pr.gov.br/PSS>.

fevereiro de 2003 iniciei como docente no regime PSS no Colégio Novo Horizonte em Campo Mourão como professora de Língua Espanhola. Em 2005, fui efetivada por meio de concurso público e assumi o CELEM no mesmo colégio no qual estudei e continuo trabalhando. No que tange às interações sociais neste contexto, possuo uma relação muito boa e de muito respeito com os colegas professores, direção, supervisores e equipe pedagógica, fatores estes que consideramos favoráveis ao desenvolvimento desta pesquisa.

Diante do exposto, na voz de ambas as pesquisadoras e autoras deste livro, entendemos a importância de descrevermos os contextos físicos e sociossubjetivos para que possamos melhor desenvolver nossas análises, uma vez que esses contextos também são elementos da análises, como propõe Bronckart na perspectiva do ISD. No próximo tópico, trataremos da natureza da pesquisa.

2.3 Natureza da pesquisa

Em relação à natureza da pesquisa, utilizamos uma abordagem mista (Lakatos, 2010; Creswell, 2007, 2018; Creswell; Clark, 2018) no sentido de integrar os resultados obtidos por meio dos dados coletados, envolvendo tanto os dados objetivos quanto subjetivos, pois ela permite fazer a

articulação necessária acerca das suas interpretações. Como Creswell (2015, p.2) explica,

Uma abordagem para pesquisar nas ciências sociais, comportamentais, e nas ciências da saúde, nas quais o investigador reúne ambos os dados quantitativos (fechados) e qualitativos (abertos), integra os dois, e então elabora interpretações baseadas em forças combinadas de ambos os conjuntos de dados para entender os problemas de pesquisa. Uma pressuposição central dessa abordagem é que quando um pesquisador combina tendências estatísticas (dados quantitativos) com histórias e experiências pessoais (dados qualitativos), esta força coletiva prove uma melhor compreensão do problema de pesquisa que outra forma de dado sozinha¹⁸. (Creswell, 2015, p.2, tradução das autoras).

Nessa perspectiva, uma abordagem pode completar o sentido da outra, permitindo-nos entender quais as possíveis relações entre ambas as perspectivas. Para tanto,

¹⁸ Do original, “*An approach to research in the social, behavioral, and health sciences in which the investigator gathers both quantitative (closed-ended) and qualitative (open-ended) data, integrates the two, and then draws interpretations based on the combined strengths of both sets of data to understand research problems. A core assumption of this approach is that when an investigator combines statistical trends (quantitative data) with stories and personal experiences (qualitative data), this collective strength provides a better understanding of the research problem than either form of data alone*”. (Creswell, 2015, p. 2).

quantificamos a recorrência de determinados aspectos que podem ser evidenciados não nos dados obtidos, bem como na predominância de algum desses aspectos, mostrando o que isso pode indicar, significar e/ou implicar. Para isso, tomamos por base também o que Triviños (2012, p.123) destaca sobre “considerar e compreender na pesquisa as dimensões sociais e históricas do fenômeno investigado”. Com isso, entendemos que, aliadas à perspectiva da pesquisa interdisciplinar e da teoria da complexidade, tais dimensões e outras como culturais e econômicas, são fundamentais para que a interpretação dos dados seja fechada/objetiva ou aberta/subjetiva, uma vez que permite o entendimento mais aprofundado dos dados obtidos.

Ao utilizarmos a abordagem mista de pesquisa, analisamos os dados qualitativos e quantitativos obtidos em nossa investigação relacionando as partes e o todo que a compõem. Consequentemente, corroboramos as considerações de Creswell por defendermos a necessidade de se utilizar métodos mistos, uma vez que o uso do método qualitativo ou método quantitativo sozinhos não são suficientes para garantir o entendimento de um determinado problema. Por exemplo, no caso de nossa pesquisa, o método quantitativo é insuficiente para explicar as histórias pessoais e seus significados e para entender as percepções de nossos estudantes em suas produções escritas. Por outro lado, não há a possibilidade de a

pesquisa qualitativa generalizar dados de um pequeno grupo para uma grande população, como defende Creswell (2015, p. 15), por não poder medir o que as pessoas sentem. Nesse sentido, Creswell (2015, p.15) explicita que:

[...] de maneira breve, todos os métodos de pesquisa possuem forças e fraquezas e a combinação dessas forças dos dois providencia um bom raciocínio de usar os métodos mistos (pesquisa quantitativa providencia uma oportunidade para a generalização e precisão; pesquisa qualitativa oferece um aprofundamento na experiência da perspectiva do indivíduo). (Creswell, 2015, p. 15, tradução das autoras)¹⁹

Diante disso, corroborando Creswell (2015), justificamos a pesquisa qualitativa em nossos estudos pelo fato desta permitir-nos uma perspectiva detalhada de alguns estudantes em suas produções, possibilitando-nos, também, capturar as vozes desses participantes, a fim de que possamos entender suas experiências em um dado contexto, primando pela sua visão e não a da professora pesquisadora. Outro fator

¹⁹ Do original, “*In short, all research methods have both strengths and weaknesses, and the combination of the strengths of both provides a good rationale for using mixed methods (quantitative research provides an opportunity for generalization and precision; qualitative research offers an in-depth experience of individual perspectives).*” (Creswell, 2015, p. 15).

que consideramos relevante é o fato de que, na pesquisa qualitativa, há o aproveitamento das histórias das pessoas em seus argumentos presentes nas produções escritas. Assim, nossa investigação “explora uma ideia” (o fenômeno central)” para obter uma “compreensão aprofundada” do objeto investigado (Creswell; Clark, 2018; Creswell, 2015).

Além de explicitarmos as razões pelas quais empregamos em nossa pesquisa a combinação de métodos diferentes, salientamos suas principais características de acordo com Creswell (2015, p.2). Para ele, os aspectos peculiares deste método misto são:

- A coleta e análise de dados quantitativos e qualitativos em respostas às perguntas de pesquisa;
- Uso de métodos rigorosos qualitativos e quantitativos;
- Combinação ou integração de dados quantitativos e qualitativos usando um tipo específico de design de métodos mistos, e interpretação desta integração;
- Enquadramento do design da pesquisa feito de acordo com uma filosofia ou teoria. (Creswell, 2015, p.2).²⁰

²⁰ Do original, os aspectos peculiares desta abordagem mista de pesquisa são:

- “Collection and analysis of quantitative and qualitative data in response to research questions;
- *Use of rigorous qualitative and quantitative methods;*
- *Combination or integration of quantitative and qualitative data using a specific type of mixed methods design, and interpretation of this integration;*

Em outras palavras, trata-se da importância da articulação entre ambas as abordagens para que os dados obtidos, analisados e interpretados possam ser validados cientificamente de modo mais apropriado e efetivo, uma vez que uma perspectiva pode complementar a outra.

2.4 Coleta, geração e tratamento dos dados

Considerando-se a necessidade de apresentarmos os procedimentos metodológicos utilizados durante nossa pesquisa, explicitamos um plano global acerca dos instrumentos utilizados em nossa investigação, tendo como objetivo geral compreender os fatores que contribuem para o sofrimento/adoecimento docente em situação de trabalho.

Para as análises e o tratamento dos dados, tomamos por base alguns dos princípios da Teoria da Complexidade (Morin, 1991, 1996, 2005, 2010, 2011, 2016), tais como: o princípio o hologramático e o da recursividade, alguns procedimentos de análise do ISD (Bronckart, 1997[2009]) como o contexto de produção da pesquisa, envolvendo ambos os contextos, a saber: físico e sociossubjetivo, plano global e/ou macroestrutura,

• *Sometimes, framing of the design within a philosophy or theory.*" (Creswell, 2015, p. 2)

além do uso de SOT (Segmentos de Orientação Temática – temas) e STT (Segmentos de Tratamento Temático – subtemas) (Bronckart, 2008; Bulea, 2010).

Na sequência, para uma maior compreensão acerca dos procedimentos metodológicos utilizados em nossa pesquisa, sistematizamos as informações, conforme mostra o Quadro 3:

Quadro 3 – Sistematização dos procedimentos metodológicos

Objetivo geral: Entender os fatores que contribuem para o sofrimento/adoecimento docente em situação de trabalho, pelo viés da pesquisa interdisciplinar.			
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	PERGUNTAS DE PESQUISA	DADOS	PROCEDIMENTOS/ CRITÉRIOS DE ANÁLISE
1) Apontar os fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento psíquico docente em situação de trabalho pelas percepções dos professores participantes da pesquisa.	1) Quais são os fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento psíquico docente em situação de trabalho pelas percepções dos professores participantes da pesquisa?	- Questionário <i>online</i> via <i>Google Forms</i> junto a professores da Educação Básica, envolvendo diferentes áreas do conhecimento.	- Teoria da Complexidade (Morin, 2005, 2010): princípios hologramático e recursivo; - ISD (Bronckart, 1997/2009): contexto de produção (os contextos físico e sociossubjetivo), plano global e/ou macroestrutura e o uso de SOT (Segmentos de Orientação Temática – temas) e STT (Segmentos de Tratamento Temático – subtemas) (Bronckart, 2008; Bulea, 2010).
2) Identificar as sugestões e/ou possibilidades de ações de enfrentamento às condições objetivas de trabalho e à sobrecarga de atribuições para a qualidade da saúde mental docente.	2) Quais são as sugestões e/ou possibilidades de ações de enfrentamento às condições objetivas de trabalho e à sobrecarga de atribuições para a qualidade da saúde mental docente.		

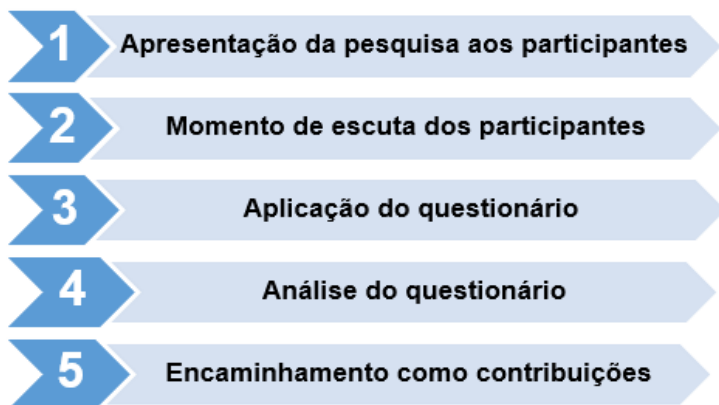
Fonte: As autoras.

Com relação aos procedimentos efetivados durante a coleta de dados, primeiramente, apresentamos nossa proposta

de pesquisa para o gestor do colégio do nosso contexto de produção. Na sequência, destacamos os objetivos da pesquisa e as etapas metodológicas de nossa pesquisa para que a direção pudesse aprovar nosso estudo.

Assim, no que se refere à coleta e geração de dados, utilizamos a seguinte organização: a) apresentação da pesquisa aos participantes; b) momento de escuta dos participantes; c) aplicação do questionário *online* via *Google Forms*; d) análise do questionário, a partir de perguntas abertas e respostas subjetivas, por meio de alguns procedimentos do ISD já mencionados; e, e) encaminhamentos como contribuições (sugestões de ações alternativas à situação de trabalho docente). Assim, para uma visualização e uma compreensão mais ampliada da organização e sistematização do nosso conjunto de dados, bem como sobre as fases constitutivas de nossa pesquisa, apresentamos sua macroestrutura, como mostra a Figura 8.

Figura 8 – Etapas da coleta e geração de dados



Fonte: As autoras.

Em relação ao questionário aplicado junto aos professores participantes da pesquisa, com o intuito de explicitarmos melhor a proposta de investigação por meio das perguntas produzidas, selecionamos as perguntas abertas de modo a apresentar seus temas e suas finalidades para uma maior compreensão das análises das respostas, conforme ilustra o Quadro 4.

Quadro 4 - Perguntas, temas e suas finalidades

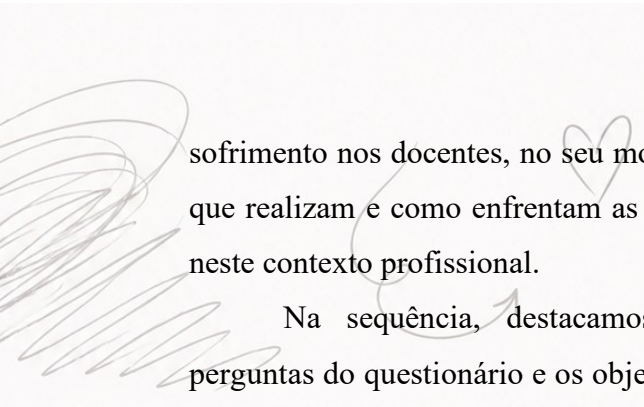
PERGUNTAS	TEMAS	FINALIDADES
4. Em relação a sua prática profissional, como você se sente? (Com opções a serem assinaladas)	Sentimentos relacionados à prática profissão docente	Explicitar os sentimentos que envolvem a prática profissional docente.
5. O que é ter qualidade de vida? Justifique sua resposta.	Qualidade de vida	Descrever o que é ter qualidade de vida.

6. Como você avalia sua qualidade de vida, considerando sua situação de trabalho? Justifique sua resposta.	Autoavaliação da qualidade de vida em situação de trabalho	Entender a avaliação dos professores sobre a qualidade de vida em seu trabalho.
8. Quais são os sentimentos que você tem em relação a sua prática profissional? Justifique sua resposta. (Questão aberta)	Sentimentos referentes à prática profissional	Identificar os sentimentos relacionados à prática profissional.
9. Quais fatores afetam sua saúde mental? Indique as opções de acordo com a ordem do valor de influência, sendo um a mais influente e nove a menos influente. Justifique sua resposta.	Fatores que afetam a saúde mental docente	Apontar os fatores que afetam a saúde mental docente.
11. As dificuldades e/ou desafios encontrados em sua prática profissional em situação de trabalho podem ocasionar sofrimento/adoecimento docente? Justifique sua resposta.	Dificuldades e/ou desafios da profissão docente e o sofrimento/adoecimento docente	Identificar as dificuldades e/ou desafios e o sofrimento ou adoecimento docente em situação de trabalho.
13. Quais ações poderiam ser realizadas para contribuir com a melhoria da saúde mental e da qualidade de vida em sua situação de trabalho ou prática profissional?	Melhoria da saúde mental docente e da qualidade de vida profissional	Reconhecer ações que podem ser realizadas para a saúde mental e qualidade de vida profissional do docente.

Fonte: As autoras.

As finalidades das perguntas acima nos auxiliam a identificar melhor o esperado nas respostas dos participantes da pesquisa, daí a importância de se pensar e explicitar o pretendido com as perguntas na obtenção dos dados.

No que tange aos procedimentos de análise, as categorias foram definidas para além do que já foi apontado teoricamente, conforme os objetivos da pesquisa e baseadas em aspectos que envolvem a realidade profissional dos docentes, como mostram alguns estudos (Codo, 1999; Meleiro, 2012; Reinhold, 2012; Vilela; Garcia; Vieira, 2013). Com isso, as análises visam à compreensão da organização e das condições de trabalho, dos aspectos que podem causar maior



sofrimento nos docentes, no seu modo de perceber o trabalho que realizam e como enfrentam as dificuldades e os desafios neste contexto profissional.

Na sequência, destacamos as relações entre as perguntas do questionário e os objetivos específicos de nossa investigação no sentido de nos auxiliar a constatar o atendimento aos objetivos específicos, bem como analisar em que medida as perguntas de pesquisa são respondidas. Essas relações podem ser observadas no Quadro 5.



Quadro 5 – Relações entre as perguntas do questionário e os objetivos específicos

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	PERGUNTAS DO QUESTIONÁRIO REFERENTES AOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Apontar os fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento psíquico docente em situação de trabalho pelas percepções dos professores participantes da pesquisa.	4-Em relação a sua prática profissional, como você se sente? () Em perfeito equilíbrio emocional. () Sinto sinais de angústia ,ansiedade e exaustão. () Me sinto em um estado de sofrimento maior. () Não sei dizer. 5-O que é ter qualidade de vida? Justifique sua resposta. 6. Como você avalia sua qualidade de vida, considerando sua situação de trabalho? Justifique sua resposta. () Excelente () Bom () Razoável () Ruim 7. Quais são os sentimentos que você tem em relação a sua prática profissional? Justifique sua resposta. 8-Quais são as ações que você deve realizar para cumprir o trabalho em sua prática profissional? Justifique. 9. Quais fatores afetam sua saúde mental? Indique as opções de acordo com a ordem do valor de influência, sendo 1 a mais influente e 9 a menos influente. () Carga horária excessiva e falta de recursos como materiais educativos e tecnológicos, etc. () Relações profissionais em situações de trabalho. () Assuntos de família. () Questões financeiras. () Qualificação e atualização profissional. () Relações com os alunos no processo de ensino e aprendizagem. () Baixo salário. () Indisciplina dos alunos. () Excesso de responsabilidades e exigências. () Outros 10- Justifique sua resposta fornecida na pergunta anterior. 11. As dificuldades e/ou desafios encontrados em sua prática profissional em situação de trabalho podem ocasionar sofrimento/adoecimento docente? () Sim () Não () Não sei dizer 12. Justifique sua resposta fornecida na pergunta anterior.
2) Identificar as sugestões e/ou possibilidades de ações de enfrentamento às condições de trabalho que possam contribuir para a melhoria da saúde mental dos professores e da sua qualidade de vida em sua prática profissional.	13. Quais ações poderiam ser realizadas para contribuir para a melhoria da sua saúde mental e da qualidade de vida em sua situação de trabalho ou prática profissional? Justifique.

Fonte: As autoras.

A partir dos resultados das análises, esperamos poder contribuir com ações alternativas para a melhoria da saúde mental dos professores e, consequentemente, da sua qualidade de vida em sua prática profissional.

2.5 Síntese do capítulo

No decorrer deste capítulo, apresentamos algumas das pesquisas encontradas relacionadas à temática de nossa pesquisa com o intuito de evidenciar o que já tem sido estudado nesta área e suas relações com nossa proposta de investigação. Evidenciamos o contexto de produção de nossa pesquisa, apresentando considerações teóricas acerca dos aspectos que constituem e influenciam o processo de interação comunicativa e de pesquisa. Tecemos uma descrição do contexto físico e sociossubjetivo de alguns dos elementos constitutivos de nossa pesquisa no sentido de propiciar uma maior compreensão do espaço físico do contexto investigado e dos participantes envolvidos nesta pesquisa, bem como da constituição do quadro de professores que atuam nesta instituição.

Desse modo, discorreremos sobre ambos os contextos físicos e sociossubjetivos, ao tratar, respectivamente, do emissor, receptor, lugar de produção e do momento da

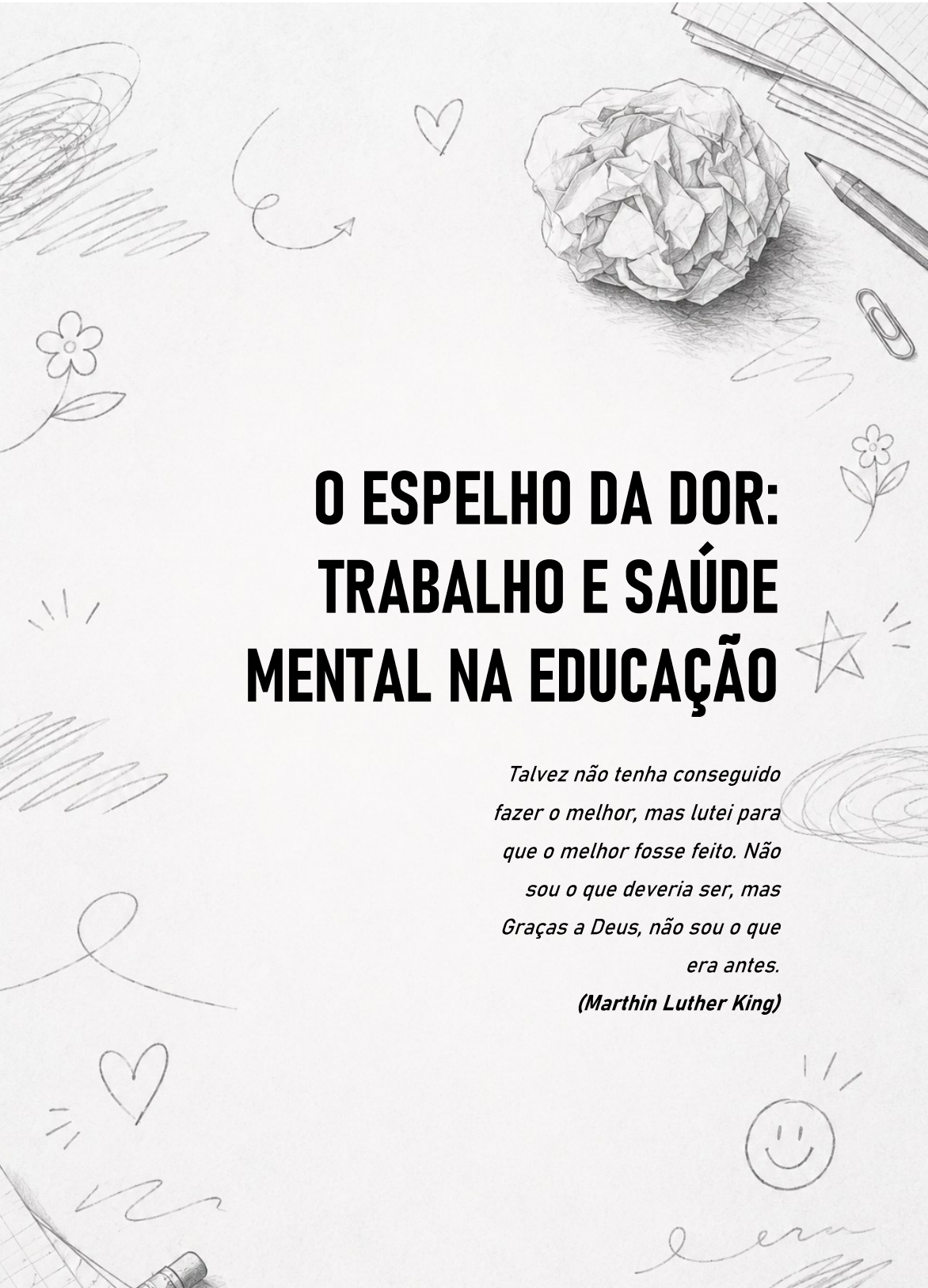
produção e, de outro lado, do papel social do enunciador, do receptor, da imagem que o enunciador quer passar de si e das relações de hierarquia ou de poder institucional entre enunciador e receptor e o objetivo da nossa proposta.

Posteriormente, explicitamos a natureza da nossa pesquisa, apontando os pressupostos teóricos que norteiam a organização metodológica de nossa investigação, assim como os motivos que justificam a utilização da abordagem mista de pesquisa, as principais características dos métodos empregados e as contribuições advindas a partir de sua articulação. O uso de tais abordagens nos auxilia na compreensão de nossos objetivos e no desenvolvimento da pesquisa ao interpretarmos os dados obtidos de modo mais apropriado para se chegar aos resultados, validando-os cientificamente de modo a respeitar sua confiabilidade.

Na sequência, discurremos sobre a coleta, geração e tratamento dos dados, explicitando nossos procedimentos metodológicos como os objetivos específicos, as perguntas de pesquisa, os dados e os procedimentos de análise de modo a atender ao objetivo geral de nossa investigação. Em seguida, relatamos os procedimentos seguidos durante o percurso de coleta de dados. Por fim, buscamos não apenas responder a perguntas específicas, mas também enriquecer o campo de estudo, fornecendo contribuições valiosas da temática investigada.

A seguir, discorreremos sobre os resultados das análises dos dados obtidos pelos procedimentos descritos até o momento.





O ESPELHO DA DOR: TRABALHO E SAÚDE MENTAL NA EDUCAÇÃO

*Talvez não tenha conseguido
fazer o melhor, mas lutei para
que o melhor fosse feito. Não
sou o que deveria ser, mas
Graças a Deus, não sou o que
era antes.*

(Marthin Luther King)



Neste capítulo, discorreremos sobre os resultados das análises, a fim de atender aos objetivos da pesquisa desenvolvida, bem como de responder às perguntas de pesquisa de nossa investigação acerca dos fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento psíquico docente em situação de trabalho pelas percepções dos professores participantes da pesquisa. Além disso, buscamos identificar as sugestões e/ou possibilidades de ações de enfrentamento às condições objetivas de trabalho e à sobrecarga de atribuições que possam contribuir para a qualidade da saúde mental docente.

3.1 Fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento psíquico docente

Nossa experiência docente tem mostrado que os professores desenvolvem estratégias de enfrentamento e de resistência com o intuito de amenizar o sofrimento e favorecer a transformação de suas angústias em força propulsora de mudança em sua prática profissional, pois o trabalho coletivo, o desenvolvimento de regras de ensino e o reconhecimento por parte dos alunos se constituem como possibilidade de superação das condições de saúde e prazer no trabalho. Dessa forma, o trabalho do professor passa a ser marcado pela busca de autonomia, que vem acompanhada de restrições impostas

pelas políticas educacionais e as relações de poder que compõem o tecido do cotidiano escolar.

Primeiramente, para tratarmos dos fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento psíquico docente, investigamos como o professor se sente no desenvolvimento profissional, aspecto este referente à quarta pergunta do questionário, no sentido de entender melhor como se dá sua relação com sua situação de trabalho. Retomamos o fato de 28 professores participaram de nossa pesquisa, sendo 3 professores readaptados e os demais atuantes em sala de aula. Além disso, há 10 professores readaptados no contexto investigado, mas somente 3 responderam ao questionário. Na nossa compreensão, isso pode indicar algo em relação ao seu processo de saúde mental docente por se tratar de uma temática difícil, complexa e delicada a estes professores.

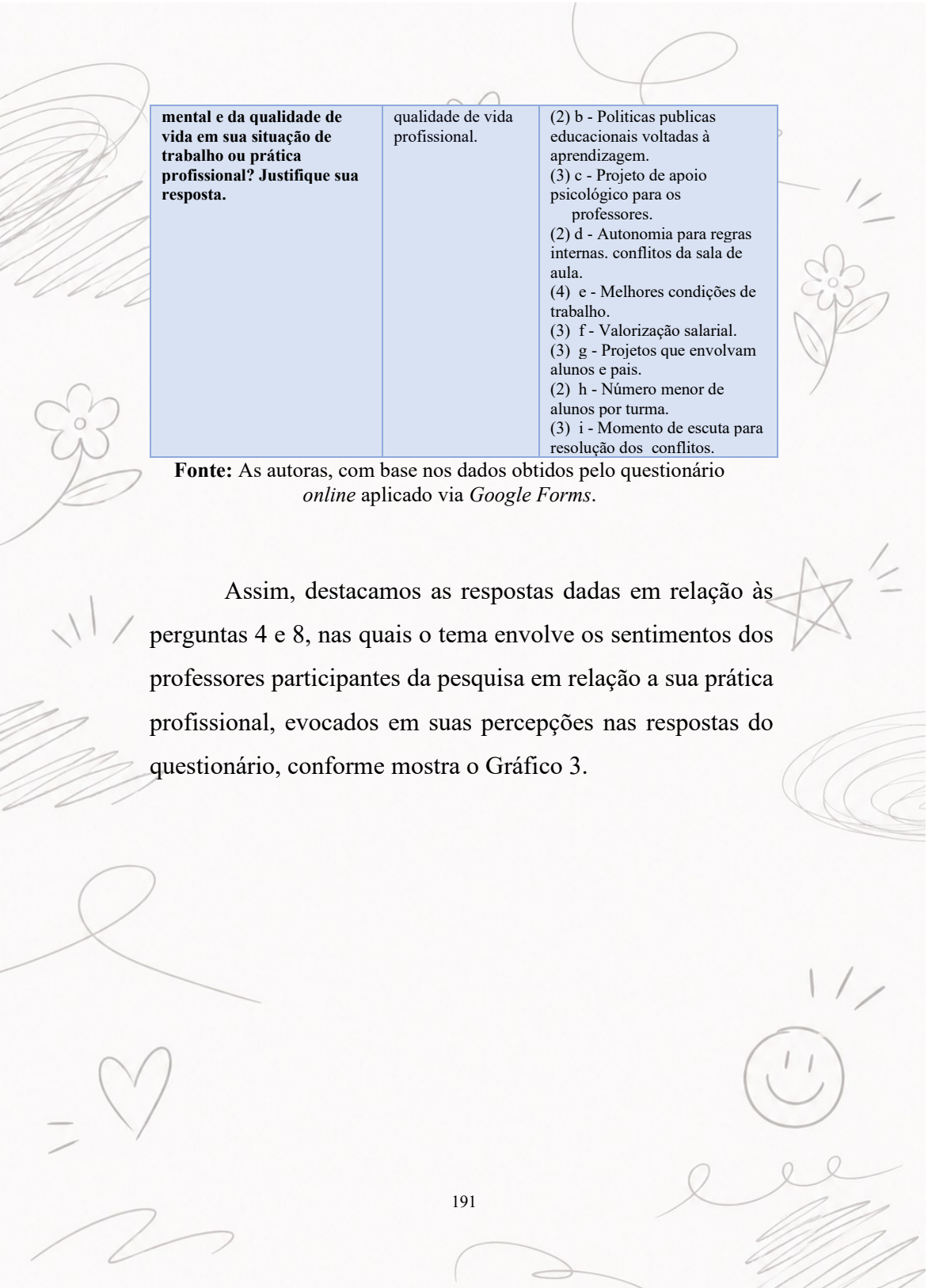
Na sequência, discorreremos sobre os resultados das análises referentes às perguntas 4 a 13, a partir das perguntas abertas que implicavam em respostas subjetivas. Com isso, sistematizamos os dados obtidos tomando por base a identificação de SOT (temas), segmentos de introdução de um tema, denominados de Segmentos de Orientação Temática, que podem ser identificados em perguntas de uma entrevista ou questionário; e, STT (subtemas), que desenvolvem o tema efetivamente tratado, denominados de Segmentos de

Tratamento Temático, sendo desdobramentos do tema e que podem ser identificados em respostas subjetivas em uma entrevista ou questionário. Com esta sistematização, indicamos o número de ocorrência destes SOT e STT de modo a explicitar as percepções dos professores participantes da pesquisa, conforme ilustra o Quadro 6.

Quadro 6 – SOT (temas) e STT (subtemas) das percepções dos professores participantes da pesquisa

PERGUNTAS DO QUESTIONÁRIO	SOT (TEMAS)/ CATEGORIAS	STT NÚMERO DE OCORRÊNCIAS E SUBTEMAS
QUESTÃO 4 Em relação à sua prática profissional, como você se sente?	Sentimentos relacionados à prática profissão docente.	(23) a - Angústia, ansiedade e exaustão. (1) b - Estado de sofrimento maior. (1) c - Perfeito equilíbrio emocional.
QUESTÃO 5 O que é ter qualidade de vida? Justifique sua resposta.	Qualidade de vida.	(9) a - Boas condições de trabalho. Exercer a função sem pressão e ser respeitado. Se sentir realizado com o trabalho. (10) b - Equilíbrio entre saúde física, mental e espiritual. (1) c - Percepção do indivíduo de sua inserção na vida. (2) d - Realização profissional e financeira. (4) e - Estar bem em todos os aspectos. Vida feliz, prazerosa e sem stress. (2) f - Tempo para autocuidados.
QUESTÃO 6 E 7 Como você avalia sua qualidade de vida, considerando sua situação de trabalho? Justifique sua resposta.	Autoavaliação da qualidade de vida em situação de trabalho.	(16) a - Razoável.(stresse, ansiedade, frustração, saúde comprometida, cobranças, ambiente não amigável. (5) b - Bom (profissão pouco valorizada, impotência).

		(1) c – Excelente (Início de carreira). (6) d – Ruim (sofrimento, saúde afetada, angústia, depressão, indisciplina, desrespeito).
QUESTÃO 8 Quais são os sentimentos que você tem em relação a sua prática profissional? Justifique sua resposta.	Sentimentos referentes à prática profissional.	(4) a - Falta de autonomia; imposição do sistema educacional. (2) b - Satisfação quando consigo realizar meu trabalho. (17) c - Frustração, falta de reconhecimento, Angústia, medo, cansaço; me sinto impotente. (3) d - Alegria (ser professor) e tristeza (Não conseguir realizar meu trabalho como gostaria). (1) e - Feliz e realizada; início da carreira profissional. (1) f - Não tenho a profissão que gostaria.
QUESTÃO 9 E 10 Quais fatores afetam sua saúde mental? Indique as opções de acordo com a ordem do valor de influência, sendo um a mais influente e nove a menos influente. Justifique sua resposta.	5-Fatores que afetam a saúde mental docente.	(9) a - Indisciplina dos alunos. (11) b - Excesso de responsabilidades e exigências. (1) c - Conflitos interpessoais. (3) d -Falta de comprometimento dos alunos e pais. (1) e - Falta de apoio técnico e pedagógico. (1) f - Pressão psicológica (1) g - Assuntos de família. (1) h - Violência e drogas.
QUESTÃO 11 E 12 As dificuldades e/ou desafios encontrados em sua prática profissional em situação de trabalho podem ocasionar sofrimento/adoecimento docente? Justifique sua resposta.	Dificuldades e/ou desafios da profissão docente e o sofrimento/adoecimento docente.	(8) a - Indisciplina. (3) b - Políticas públicas ineficientes. (3) c - Falta de reconhecimento profissional. (5) d - Falta de comprometimento de pais e alunos. (7) e - Excesso de obrigações. (2) f - Outros.
QUESTÃO 13 Quais ações poderiam ser realizadas para contribuir com a melhoria da sua saúde	Melhoria da saúde mental docente e da	(4) a - Conscientização para maior comprometimento dos pais e alunos.

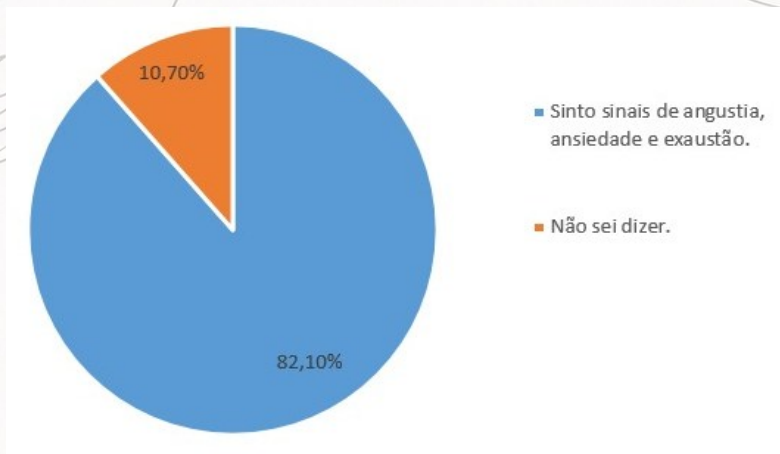


mental e da qualidade de vida em sua situação de trabalho ou prática profissional? Justifique sua resposta.	qualidade de vida profissional.	(2) b - Políticas publicas educacionais voltadas à aprendizagem. (3) c - Projeto de apoio psicológico para os professores. (2) d - Autonomia para regras internas. conflitos da sala de aula. (4) e - Melhores condições de trabalho. (3) f - Valorização salarial. (3) g - Projetos que envolvam alunos e pais. (2) h - Número menor de alunos por turma. (3) i - Momento de escuta para resolução dos conflitos.
---	---------------------------------	--

Fonte: As autoras, com base nos dados obtidos pelo questionário online aplicado via *Google Forms*.

Assim, destacamos as respostas dadas em relação às perguntas 4 e 8, nas quais o tema envolve os sentimentos dos professores participantes da pesquisa em relação a sua prática profissional, evocados em suas percepções nas respostas do questionário, conforme mostra o Gráfico 3.

Gráfico 3 - Sentimentos relacionados à prática profissional docente



Fonte: As autoras, com base nos dados obtidos pelo questionário *online* aplicado via *Google Forms*.

No que concerne às respostas referentes às questões 4, os dados acima nos indicam as preocupações e/ou sentimentos elencados pelos professores em suas percepções, uma maioria significativa, 82,1%, dos professores relatam sentir sinais de angústia, ansiedade e exaustão em relação à sua prática profissional. Isso pode apontar para questões relacionadas às condições de trabalho, carga emocional e necessidade de apoio psicológico. A parcela de 10,7% dos professores, a qual não soube expressar sentimentos, destaca a complexidade dessas questões e a importância de abordar a saúde mental docente de maneira mais efetiva, considerando intervenções e políticas de suporte adequadas. Estes dados comprovam que os professores

participantes da pesquisa compartilharam sentimentos e fragilidades relacionados a sua prática profissional, apontando-os como fatores que contribuem para o adoecimento/sofrimento mental docente, afetando sua qualidade de vida.

Em relação à pergunta 8 do questionário, sobre os sentimentos relacionados à prática da profissão docente, as respostas dos 28 professores oferecem uma narrativa rica e complexa, ao mesmo tempo, sobre as experiências na profissão. Alguns revelam uma paixão duradoura pela educação, expressando felicidade ao reencontrar alunos que lembram deles. Contudo, esse sentimento positivo, geralmente, é contrastado por desafios significativos como podemos notar neste excerto: *“A frustração emerge como um tema comum, principalmente relacionada ao desinteresse e à indisciplina dos alunos. Me sinto frustrada, decepcionada, angustiada por não alcançar meus objetivos, os alunos não apresentam interesse nas atividades, muitas vezes, não somos ouvidos pelos alunos e nem pela escola. Espero alcançar a aposentadoria com um pouco de saúde mental e física”*. Isso nos leva a uma preocupação recorrente em relação à falta de autonomia do professor, indicando a imposição de números e a qualidade dos profissionais como fatores limitantes, o que aponta para a necessidade de uma revisão nas políticas

educacionais para garantir um ambiente mais propício ao exercício pleno da profissão. Nesse sentido, a saúde mental dos professores surge como uma preocupação real, com relatos de doenças relacionadas à profissão e o peso emocional de lidar com a falta de respeito e disciplina em sala de aula.

A necessidade e a busca dos professores por reconhecimento e valorização é evidente nos dados obtidos, uma vez que têm que lidar com a pressão adicional resultante de índices, muitas vezes, considerados inatingíveis pela Secretaria de Educação. Contudo, apesar dos desafios, alguns professores ainda encontram prazer e realização pessoal em sua escolha profissional. No entanto, a constatação de que a profissão está se tornando mais difícil ao longo dos anos, associada à falta de comprometimento dos alunos e à crescente pressão externa, destaca a urgência de medidas de apoio e reformas estruturais. Essas narrativas destacam a importância de se ouvir as vozes dos educadores e implementar mudanças que possam revitalizar a profissão, a fim de garantir um futuro mais positivo para a educação.

Em relação a possíveis impedimentos ao trabalho do professor, Clot (1999[2006]) destaca a importância de se considerar o trabalho real, que envolve não somente as atividades realizadas, mas também o que foi impedido de se realizar. Por essa razão, o autor ressalta a necessidade de se

pensar sobre a amputação do poder do agir em situação de trabalho. No que tange ao trabalho do professor, relacionado ao que o autor, da Psicologia do Trabalho, da Clínica da Atividade francesa, pela expressão dos sentimentos predominantes dos participantes, percebemos que o agir docente pode estar sendo amputado gerando estes sentimentos os quais poderíamos considerar como sintomas de sofrimento psíquico.

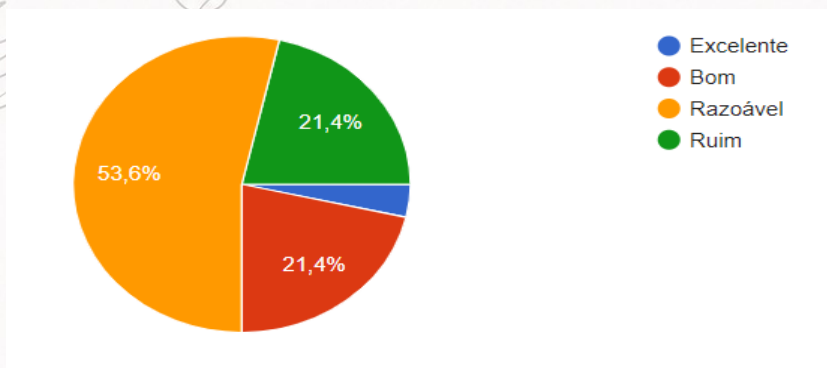
No que tange às respostas à pergunta 5, sobre o que é ter qualidade de vida, na percepção dos professores, a nosso ver, é fundamental encontrarmos equilíbrio entre diferentes áreas da vida, como saúde física e mental, relacionamentos interpessoais, condições de trabalho, lazer e espiritualidade. Trata-se de uma percepção individual de inserção na vida, alinhada com objetivos, expectativas e padrões pessoais. Ou seja, a satisfação no trabalho, a estabilidade financeira e a harmonia familiar também contribuem para uma vida de qualidade. Essa abordagem, reflete o entendimento de que o bem-estar vai para além da saúde física, abrangendo aspectos emocionais, sociais e espirituais.

A análise desta questão nos remete ao princípio hologramático de Morin (1997), referente à relação entre as partes e o todo, uma vez os participantes destacam a importância do *“equilíbrio entre saúde física, mental e*

espiritual”, bem como a necessidade de “*estar bem em todos os aspectos*”, ao tratar da qualidade de vida, considerando-se sua situação de trabalho. Nessa perspectiva, Bronckart (1997[2009]) destaca dois níveis de atividade na formação social, sendo o primeiro sociológico, envolvendo atividades de linguagem e interações entre diferentes grupos sociais; e o segundo nível como psicológico contemplando o indivíduo e sua própria responsabilidade sobre seu agir. Assim, no que se refere à definição de qualidade de vida na percepção dos professores, entendemos que o estado de saúde e bem-estar, o ambiente físico, a interação social, podem influenciar na qualidade de vida desses docentes, visto que esses fatores sobrecarregam o professor retirando a oportunidade de estar com seus familiares, amigos ou mesmo realizar outros tipos de atividades físicas, culturais e sociais, comprometendo sua qualidade de vida.

Nas perguntas 6 e 7, nas quais os professores avaliam sua qualidade de vida, obtivemos os seguintes dados, como mostra o gráfico 4.

Gráfico 4 - Avaliação da qualidade de vida na percepção dos professores

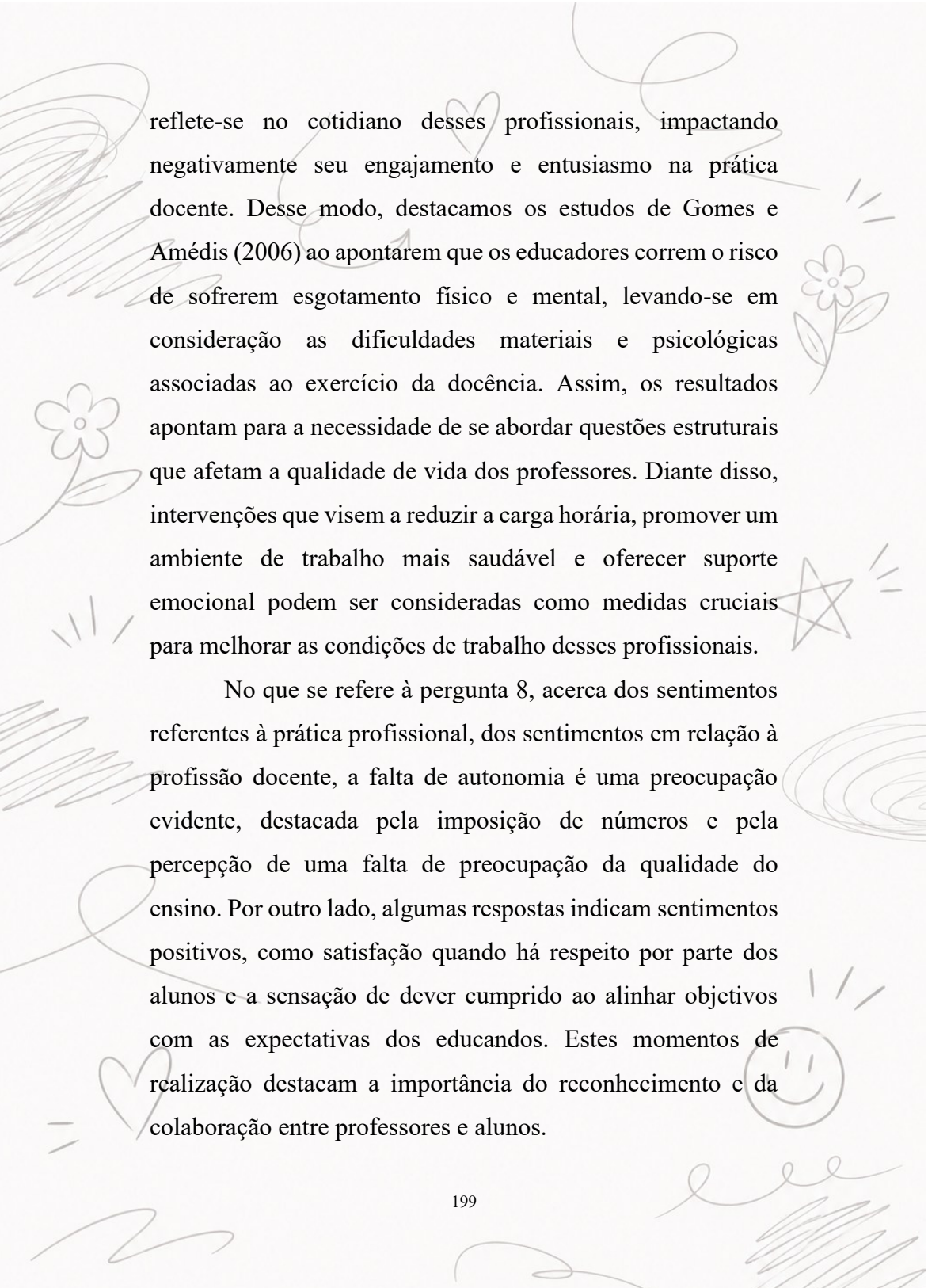


Fonte: As autoras, com base nos dados obtidos pelo questionário online aplicado via *Google Forms*.

Em relação às perguntas 6 e 7, referentes à autoavaliação sobre a qualidade de vida em situação de trabalho, a conceituação de qualidade de vida baseia-se na percepção do significado que as pessoas atribuem às suas experiências de vida. Ao se tratar de qualidade de vida em situação de trabalho, nas respostas dos professores, emergem uma preocupação significativa, evidenciada por relatos de exaustão física e mental, como vemos neste excerto: *“Hoje me sinto melhor. Estou fora de função, pois cheguei num momento de exaustão física e mental, não conseguia exercer a função de professora. Cheguei a pensar que depois de anos de profissão não sabia dar aulas. Na verdade, não conseguia*

entusiasmo para ensinar. Estava totalmente estressada física e mentalmente. A falta de interesse dos educandos, o sistema de ensino, as cobranças exageradas e outros, contribuíram com meu estado doentio. Atualmente, estou fazendo terapia e tomo medicamentos prescritos pelo meu psiquiatra". A pressão do sistema educacional, as cobranças excessivas e a falta de interesse dos educandos são apontadas, neste excerto, como elementos que contribuem para um estado de adoecimento. Tais percepções destacam, com isso, um cenário em que a carga horária excessiva emerge como uma preocupação e uma sobrecarga de trabalho. A sensação de que o trabalho consome demasiado tempo interfere negativamente nas esferas pessoal e familiar, evidenciando uma frustração relacionada à dificuldade de conciliar as demandas profissionais com outros aspectos da vida.

Além disso, a falta de um ambiente mais amigável no local de trabalho é mencionada como um fator contribuinte para a avaliação negativa da qualidade de vida. Nesse sentido, relatos sobre situações conflitantes, muitas vezes, fora do controle do professor, ressaltam a necessidade de um suporte mais efetivo e amparo legal para lidar com tais desafios. A análise destes dados também nos revela uma perspectiva crítica em relação à sociedade e à falta de reconhecimento do papel do professor. Em outras palavras, a instabilidade social



reflete-se no cotidiano desses profissionais, impactando negativamente seu engajamento e entusiasmo na prática docente. Desse modo, destacamos os estudos de Gomes e Amédís (2006) ao apontarem que os educadores correm o risco de sofrerem esgotamento físico e mental, levando-se em consideração as dificuldades materiais e psicológicas associadas ao exercício da docência. Assim, os resultados apontam para a necessidade de se abordar questões estruturais que afetam a qualidade de vida dos professores. Diante disso, intervenções que visem a reduzir a carga horária, promover um ambiente de trabalho mais saudável e oferecer suporte emocional podem ser consideradas como medidas cruciais para melhorar as condições de trabalho desses profissionais.

No que se refere à pergunta 8, acerca dos sentimentos referentes à prática profissional, dos sentimentos em relação à profissão docente, a falta de autonomia é uma preocupação evidente, destacada pela imposição de números e pela percepção de uma falta de preocupação da qualidade do ensino. Por outro lado, algumas respostas indicam sentimentos positivos, como satisfação quando há respeito por parte dos alunos e a sensação de dever cumprido ao alinhar objetivos com as expectativas dos educandos. Estes momentos de realização destacam a importância do reconhecimento e da colaboração entre professores e alunos.

A presença de sentimentos ambíguos, como o misto de orgulho e tristeza, ilustra a complexidade emocional envolvida na prática docente. O orgulho é associado ao impacto positivo percebido em alguns alunos, enquanto a tristeza está relacionada ao desafio de manter o entusiasmo em meio a desafios e desinteresse generalizado. A frustração é um sentimento recorrente, principalmente vinculada ao desinteresse e à falta de comprometimento dos alunos como mostra este excerto: *“É frustrante porque hoje estou doente por motivo da profissão e tudo que passamos em sala de aula, principalmente a falta de respeito e disciplina”*. Essa frustração pode ser exacerbada pela percepção de falta de apoio tanto dos alunos quanto da instituição.

Nesse contexto, os relatos de angústia, medo e cansaço indicam um desgaste emocional significativo associado à profissão. A falta de disciplina e respeito na sala de aula emerge como um ponto crítico, contribuindo para sentimentos de confusão e desmotivação. A responsabilidade atribuída aos professores para lidar com a indisciplina, sem apoio efetivo da escola ou dos pais, adiciona uma camada aos desafios da prática pedagógica. Podemos constatar esta questão pelo seguinte excerto: *“Me sinto angustiada, confusa, desmotivada, pois a indisciplina, ponto de atenção na prática pedagógica, deveria ser levada em consideração nas reuniões pedagógicas”*

para que pudessem ser tomadas algumas ações (professores/direção) a fim de amenizar esse problema. Mas nada é feito. Fica ao professor a responsabilidade de dar conta da aprendizagem e da falta de educação, porque nem podemos contar com a ajuda dos pais, infelizmente.” Isso evidencia a necessidade de promovermos uma colaboração mais efetiva entre todos os envolvidos no processo educacional.

De acordo com Santos, (2014) diversos tipos de sentimentos surgem, porém, o primeiro deles é o sentimento de descoberta e sobrevivência. O sentimento de descoberta está relacionado ao novo, ao entusiasmo de se estar experimentando uma sensação nova. Posteriormente, surge o sentimento de sobrevivência, pois o professor está diante de uma nova realidade e precisa se adaptar a ela. Por fim, a autora completa que os sentimentos e emoções que emergem no início da carreira docente são positivos, mas que os sentimentos negativos de insegurança, medo, tristeza, incerteza e solidão estão sempre presentes no cotidiano desses professores.

No que diz respeito aos desafios que levam ao adoecimento psíquico docente, em relação aos dados obtidos, consideramos os temas das perguntas 8, 9, 10, 11 e 12, bem como suas respostas subjetivas e seus subtemas, importantes

no sentido de identificar alguns destes fatores nas percepções dos participantes. Nesse viés, dentre os SOT (temas) e STT (subtemas) identificados, referentes a estas perguntas, mencionados anteriormente, destacamos os sentimentos relativos à prática profissional, os fatores que afetam a saúde mental docente e as dificuldades e/ou os desafios da profissão docente sofrimento/adoecimento docente.

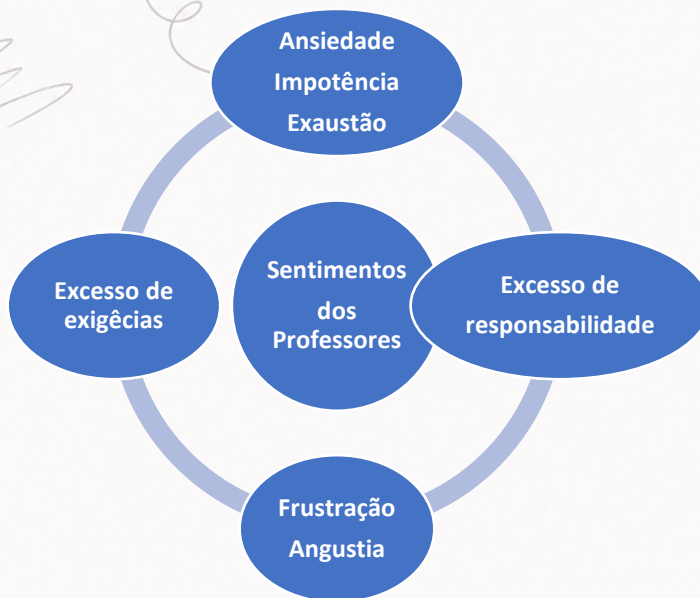
A partir dos STT identificados, respectivamente, ressaltamos alguns aspectos que podem ocasionar o adoecimento psíquico docente, tais como: tema 4 – sentimentos referentes à prática profissional (ausência de autonomia; imposição do sistema educacional. frustração, falta de reconhecimento, tristeza por não conseguir realizar o trabalho como gostaria e não ter a profissão que gostaria); tema 5 – fatores que afetam a saúde mental docente (indisciplina dos alunos, excesso de responsabilidades e exigências, conflitos interpessoais, ausência de comprometimento de alunos e pais, ausência de apoio técnico e pedagógico, pressão psicológica, assuntos de família e violência e drogas); e, tema 6 - dificuldades e/ou desafios da profissão docente e o sofrimento/adoecimento docente (indisciplina, políticas públicas ineficientes, ausência de reconhecimento profissional, ausência de comprometimento de pais e alunos e excesso de obrigações.

Dentre estes fatores, há que se destacar que, no que tange aos sentimentos relacionados à prática profissional, a maioria dos professores participantes da pesquisa destacou a angústia, o medo, o cansaço, a impotência, a frustração e a falta de reconhecimento. Em relação aos fatores que afetam a saúde mental docente, a maioria enfatizou o excesso de responsabilidades e exigências e a indisciplina dos alunos. Por fim, no que se refere às dificuldades e/ou desafios da profissão docente e o sofrimento/adoecimento docente, a maioria dos professores destacou a indisciplina e o excesso de obrigações.

Ao explorar os sentimentos relacionados à prática profissional docente, sistematizamos um mapa mental das percepções e sentimentos compartilhados por educadores. Os dados revelam sentimentos complexos de angústias, frustrações e desafios que permeiam o ambiente educacional, oferecendo uma visão perspicaz das preocupações que influenciam diretamente a vivência desses profissionais. Diante disso, a seleção criteriosa de categorias de análise nos permitiu uma compreensão aprofundada dessas experiências, estabelecendo as bases para a reflexão sobre as questões cruciais que moldam a prática docente, como ilustra a Figura

9.

Figura 9 – Sentimentos dos professores como parte dos desafios do trabalho docente



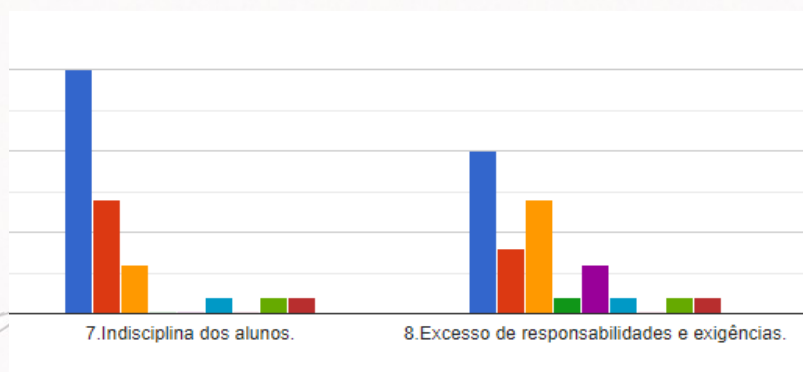
Fonte: As autoras.

A figura acima nos aponta elementos para uma reflexão não apenas em relação aos sentimentos individuais dos professores, mas também às lacunas sistêmicas que desafiam a sustentabilidade emocional na esfera educacional. Ao reconhecer as angústias associadas à ansiedade, exaustão e falta de reconhecimento e ao confrontar desafios como a indisciplina e a falta de comprometimento, abrimos caminho para a necessidade de intervenções significativas. Essa análise profunda valida as experiências dos educadores, apontando

para a necessidade premente de estratégias que promovam a saúde mental e a qualidade de vida, transformando a sala de aula e a situação de trabalho docente em um ambiente mais enriquecedor e sustentável para todos os envolvidos.

No que diz respeito às respostas das perguntas 9, 10, 11 e 12 sobre os fatores, desafios da profissão docente e os aspectos que mais afetam a saúde mental docente, destacamos as respostas, como mostra o gráfico 5.

Gráfico 5 - Fatores que afetam a saúde mental docente



Fonte: As autoras, com base nos dados obtidos pelo questionário online aplicado via *Google Forms*.

Os dados indicam que, ao serem questionados sobre os fatores que mais contribuíram para afetar a saúde mental, os professores identificaram o excesso de responsabilidade e exigências, juntamente com a indisciplina, como itens predominantes. Esta percepção sugere que a sobrecarga de responsabilidades e demandas, combinadas a desafios

relacionados à disciplina na sala de aula, desempenham um papel significativo de impacto na saúde mental dos professores. Trata-se de uma realidade que nos leva a refletir como trabalhar essas questões com a comunidade escolar, pois a indisciplina pode gerar a violência. Nesse sentido, nos referimos a Tostes (2018), que trata da agressividade e da indisciplina dos alunos envolvendo questões bastante citadas na gênese do adoecimento dos professores.

Em relação ao excesso de responsabilidade, o resultado corrobora com outras pesquisas na área, como a de Assunção e Oliveira (2009) ao discutirem a intensificação do trabalho docente. O professor assume tarefas que, na realidade, é papel de outras instituições sociais. Estes fenômenos, segundo os autores, contribuem para a manifestação da ansiedade do docente, assim, o docente não consegue desempenhar sua real função, pois está condicionado a outras atribuições.

Quanto às perguntas 11 e 12, referentes às dificuldades e/ou desafios da profissão e o sofrimento/ adoecimento docente, a indisciplina e o excesso de responsabilidades, bem como as exigências também predominaram nesta questão nos itens 6ªA e 6E. Com isso, percebemos que a indisciplina se tornou um grande desafio, dificultando o trabalho do professor e, conseqüentemente, sua relação com o aluno. Segundo Afonso (2006), este fator está relacionado aos problemas da

sociedade que têm refletido na escola devido à clientela em seus diferentes níveis sociais. Em relação ao segundo fator 6E, o excesso de responsabilidades e exigências, segundo (Santini; Neto, 2005) contribui para uma sobrecarga que leva o docente a um estado de desgaste, cansaço físico e mental. Enfim, a nosso ver, esta multiplicidade dos papéis são fatores que contribuem para o esgotamento profissional dos docentes, uma vez que, devido ao excesso de atividades, o trabalho do professor vai muito além das salas de aula.

A seguir, discorreremos sobre as ações de enfrentamento apontadas nas percepções dos professores participantes da pesquisa.

3.2 Ações de enfrentamento para a saúde mental docente

No sentido de atender ao segundo objetivo específico de nossa pesquisa por meio da resposta à pergunta 13 do questionário, em relação a sugestões de ações que poderiam ser realizadas para contribuir com a melhoria da saúde mental e da qualidade de vida do professor em sua situação de trabalho ou prática profissional docente, obtivemos um equilíbrio nos números de ocorrência conforme a ordem de predominância a seguir:

7A - Conscientização para maior comprometimento dos pais e alunos (4);

- 7C - Projeto de apoio psicológico para os professores (4);
- 7E - Melhores condições de trabalho (4);
- 7B - Políticas públicas educacionais voltadas à aprendizagem (3);
- 7I - Momento de escuta para resolução dos conflitos da sala de aula (3);
- 7F - Valorização salarial (3);
- 7G - Projetos que envolvam alunos e pais (3);
- 7D - Autonomia para a definição de regras internas (2);
- 7H - Número menor de alunos por turma (2).

As respostas dos professores revelam uma perspectiva abrangente sobre as ações de enfrentamento que poderiam contribuir para a saúde mental docente. Em primeiro lugar, destacamos a necessidade de conscientização para o maior comprometimento dos pais e alunos, indicando que uma parceria mais ativa entre a escola, os responsáveis e os estudantes é vista como crucial para o bem-estar dos professores.

A proposta de um projeto de apoio psicológico para os professores reflete o reconhecimento da importância de cuidados específicos para lidar com os desafios emocionais inerentes à profissão como vemos neste excerto: *“Acredito que deveríamos ter um acompanhamento de um psicólogo ou um terapeuta. Bem como, deveríamos ter uma carga horária mais leve com mais hora/atividade para o planejamento das aulas, preparação e correção das atividades.”* Ao mesmo tempo, a

demanda por melhores condições de trabalho sugere que o ambiente físico e organizacional seja revisto, visto que desempenha um papel significativo na saúde mental dos educadores.

A menção às políticas públicas educacionais voltadas à aprendizagem aponta para a necessidade de uma abordagem mais centrada no desenvolvimento dos alunos, que possa propiciar um impacto positivo na situação de trabalho dos professores. O pedido por um momento de escuta para resolução de conflitos na sala de aula sublinha a importância do diálogo e do apoio na gestão de situações desafiadoras, um exemplo disso é o que nos mostra este excerto: *“Para melhorar minha saúde mental, a contribuição que gostaria de ter é ser ouvida com atenção quanto aos problemas em sala de aula, com sugestões para resolvê-los. Que as regras impostas fossem cobradas com mais rigor”*. Em outras palavras, a busca por autonomia para definição de regras internas revela o anseio por mais flexibilidade e adaptação às necessidades específicas da escola.

Além disso, a solicitação de um número menor de alunos por turma destaca a importância da relação aluno-professor e a possibilidade de uma abordagem mais personalizada e mais efetiva, como vemos neste excerto: *“Uma ação muito importante que deveria ser levada em*

consideração que as autoridades poderiam parar de achar que somos números. Somos humanos e trabalhamos com seres humanos. Trabalho hoje em uma escola que só cobra números, e não há nenhuma atenção ao aluno que precisa estudar em sala com, no máximo 25 alunos. Há o esvaziamento de conteúdos básicos, principalmente na disciplina que leciono, entre outras tantas questões que deveriam ser revistas.” A sugestão de mudanças nas políticas públicas que priorizem a aprendizagem do aluno reflete a preocupação dos professores com a necessidade de transformações estruturais no sistema educacional. A nosso ver, para atender a essa demanda, é fundamental que as políticas públicas se concentrem no objetivo de proporcionar um ambiente educacional mais centrado no desenvolvimento dos estudantes.

A valorização salarial é destacada como uma forma de reconhecimento pelo esforço e dedicação dos professores, indicando que aspectos financeiros também influenciam a percepção de bem-estar. Além disso, a sugestão de projetos que envolvem alunos e pais reforça a importância da participação ativa da comunidade escolar, criando uma rede de apoio mais abrangente. Estas respostas, no conjunto, apontam para a complexidade das necessidades dos professores e a variedade de áreas que podem ser trabalhadas para melhorar

sua saúde mental. A implementação de ações mais efetivas parece depender de uma abordagem holística que englobe o suporte emocional, a colaboração com a comunidade escolar, melhorias das condições de trabalho e o reconhecimento adequado pelo trabalho desempenhado pelos professores.

Para uma maior compreensão da importância destas ações supracitadas, identificadas nas percepções dos professores, sistematizamos uma representação sobre como tais ações podem envolver e engajar a situação de trabalho docente no sentido de contribuir para uma maior qualidade da saúde mental docente, como ilustra a Figura 10.

Figura 10 – Ações para enfrentamento da saúde mental docente



Fonte: As autoras.

Destacamos estas sugestões por nos permitirem entender que a construção do bem-estar na docência está vinculada, para além das características pessoais de cada professor, às condições que possibilitam relações interpessoais harmônicas e de apoio mútuo, que propiciam a realização de um trabalho com resultados mais positivos e, talvez, mais efetivos, a fim de que o professor seja reconhecido como um profissional de valor sendo importante no âmbito da própria profissão e da sociedade como um todo. Para uma maior compreensão destas questões, há que se retomar o papel e a correlação entre o agir individual e o social, discutidos na fundamentação teórica desta pesquisa, conforme a Figura 11, no sentido de se entender a necessidade e a importância de se considerar o trabalho docente não somente no âmbito individual, mas também no contexto socio-histórico mais amplo no qual se insere.

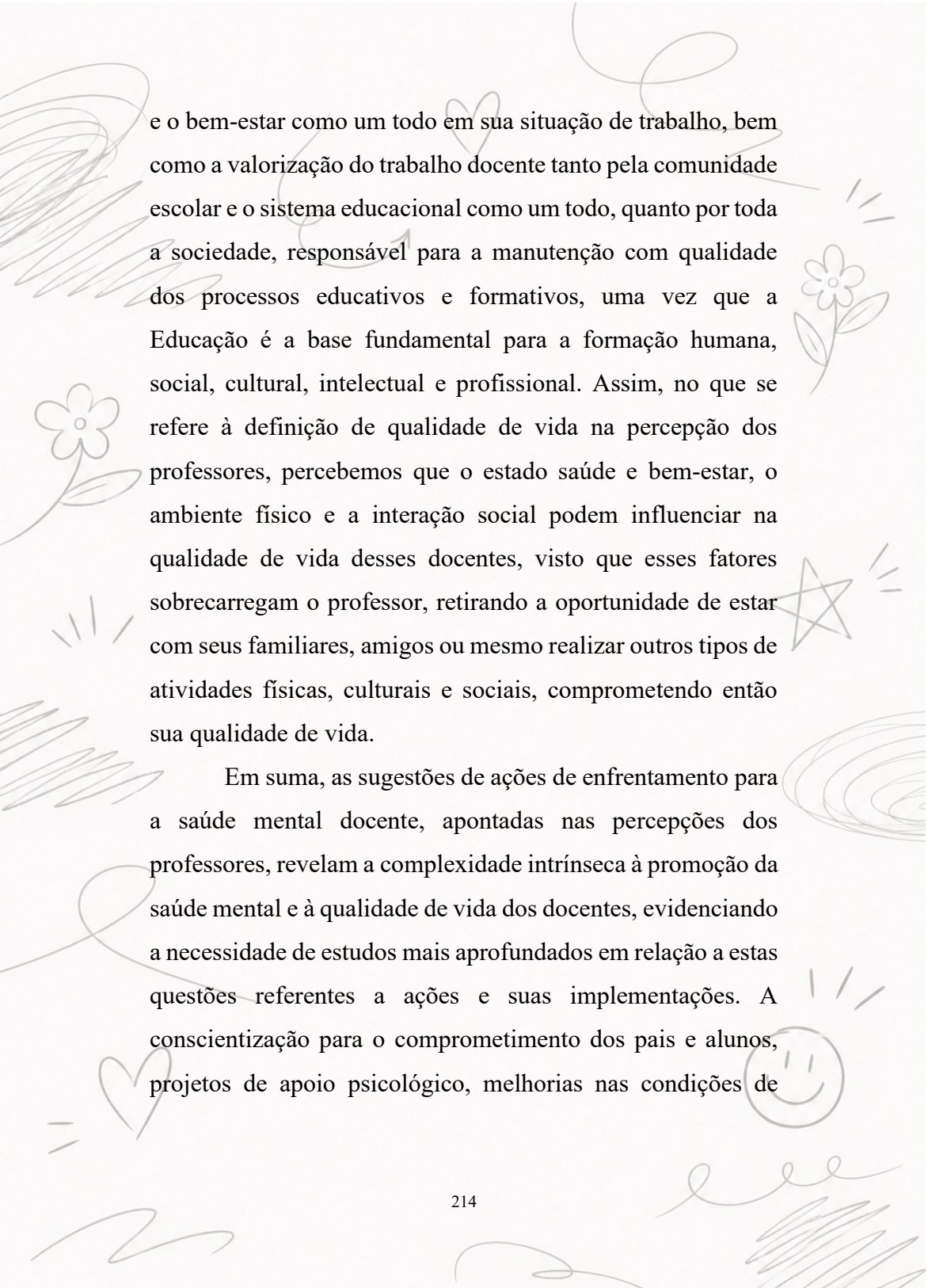
Figura 11 – Correlações entre o agir individual e social

Perspectiva Interacionista Sociodiscursiva de Desenvolvimento



Fonte: As autoras.

Em outras palavras, o trabalho docente é constituído tanto pelo agir individual, quanto pelo agir social, pois, para além das ações constitutivas de seu agir docente, o professor faz parte de um coletivo de trabalho que também influencia seu agir e sua prática profissional para, posteriormente, devolver suas contribuições, a partir do próprio agir docente, ao coletivo de trabalho, o que remete ao ciclo recursivo de Morin, como já discutido neste livro. Daí a importância atribuída pelos professores ao equilíbrio entre vários aspectos



e o bem-estar como um todo em sua situação de trabalho, bem como a valorização do trabalho docente tanto pela comunidade escolar e o sistema educacional como um todo, quanto por toda a sociedade, responsável para a manutenção com qualidade dos processos educativos e formativos, uma vez que a Educação é a base fundamental para a formação humana, social, cultural, intelectual e profissional. Assim, no que se refere à definição de qualidade de vida na percepção dos professores, percebemos que o estado saúde e bem-estar, o ambiente físico e a interação social podem influenciar na qualidade de vida desses docentes, visto que esses fatores sobrecarregam o professor, retirando a oportunidade de estar com seus familiares, amigos ou mesmo realizar outros tipos de atividades físicas, culturais e sociais, comprometendo então sua qualidade de vida.

Em suma, as sugestões de ações de enfrentamento para a saúde mental docente, apontadas nas percepções dos professores, revelam a complexidade intrínseca à promoção da saúde mental e à qualidade de vida dos docentes, evidenciando a necessidade de estudos mais aprofundados em relação a estas questões referentes a ações e suas implementações. A conscientização para o comprometimento dos pais e alunos, projetos de apoio psicológico, melhorias nas condições de

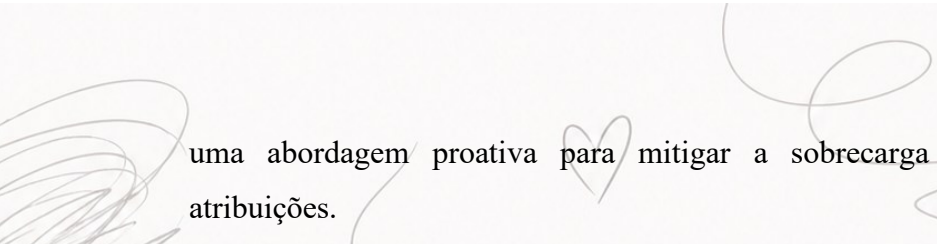
trabalho e políticas públicas educacionais surgem como pilares fundamentais.

Assim, a valorização salarial, momentos de escuta para a resolução de conflitos e a autonomia para regras internas também emergem como aspectos cruciais. A correlação entre a esfera individual e social, como ilustrado na Figura 11, indica que o bem-estar na docência está intrinsecamente ligado a condições de relações interpessoais que possam ser favoráveis à saúde mental docente. Por fim, ao considerarmos a definição de qualidade de vida na percepção dos professores, torna-se evidente que fatores como saúde, ambiente físico e interação social desempenham um papel determinante, impactando não apenas no contexto profissional, mas reverberando em esferas sociais mais amplas da vida desses profissionais. Essa compreensão profunda é essencial para orientar intervenções que possam ser mais efetivas e sustentáveis na melhoria do bem-estar dos docentes. Em outras palavras, é essencial e necessário que se mude o discurso de culpabilização do professor em detrimento da capacidade e da qualidade do exercício de seu trabalho como uma profissão valorosa e que contribui muito para a formação humana, social, cultural, intelectual e profissional de nossos alunos, bem como ao desenvolvimento e crescimento do contexto escolar e na sociedade nos quais se insere.

3.3 Síntese do capítulo

Neste capítulo, discorreremos sobre os resultados das nossas análises apontando os fatores desafiadores que levam ao adoecimento mental docente, bem como os sentimentos relacionados à prática profissional. Analisamos as percepções dos professores participantes da pesquisa no que tange à qualidade de vida no trabalho e os diversos fatores e desafios enfrentados em sua profissão docente. Além disso, identificamos sugestões e/ou possibilidades de ações de enfrentamento às condições objetivas de trabalho, bem como à sobrecarga de atribuições para a qualidade da saúde mental docente.

Ao desvelar os resultados das análises, concluímos que os desafios enfrentados pelos professores transcendem meramente o ambiente educacional, refletindo-se de maneira significativa na saúde mental docente. As percepções dos participantes evidenciam não apenas as dificuldades objetivas do trabalho, mas também os impactos emocionais associados à prática profissional. A qualidade de vida no trabalho emerge como um elemento central, influenciando diretamente o bem-estar psicológico dos professores. As sugestões e possibilidades de ações apresentadas pelos participantes indicam um clamor por mudanças nas condições de trabalho e



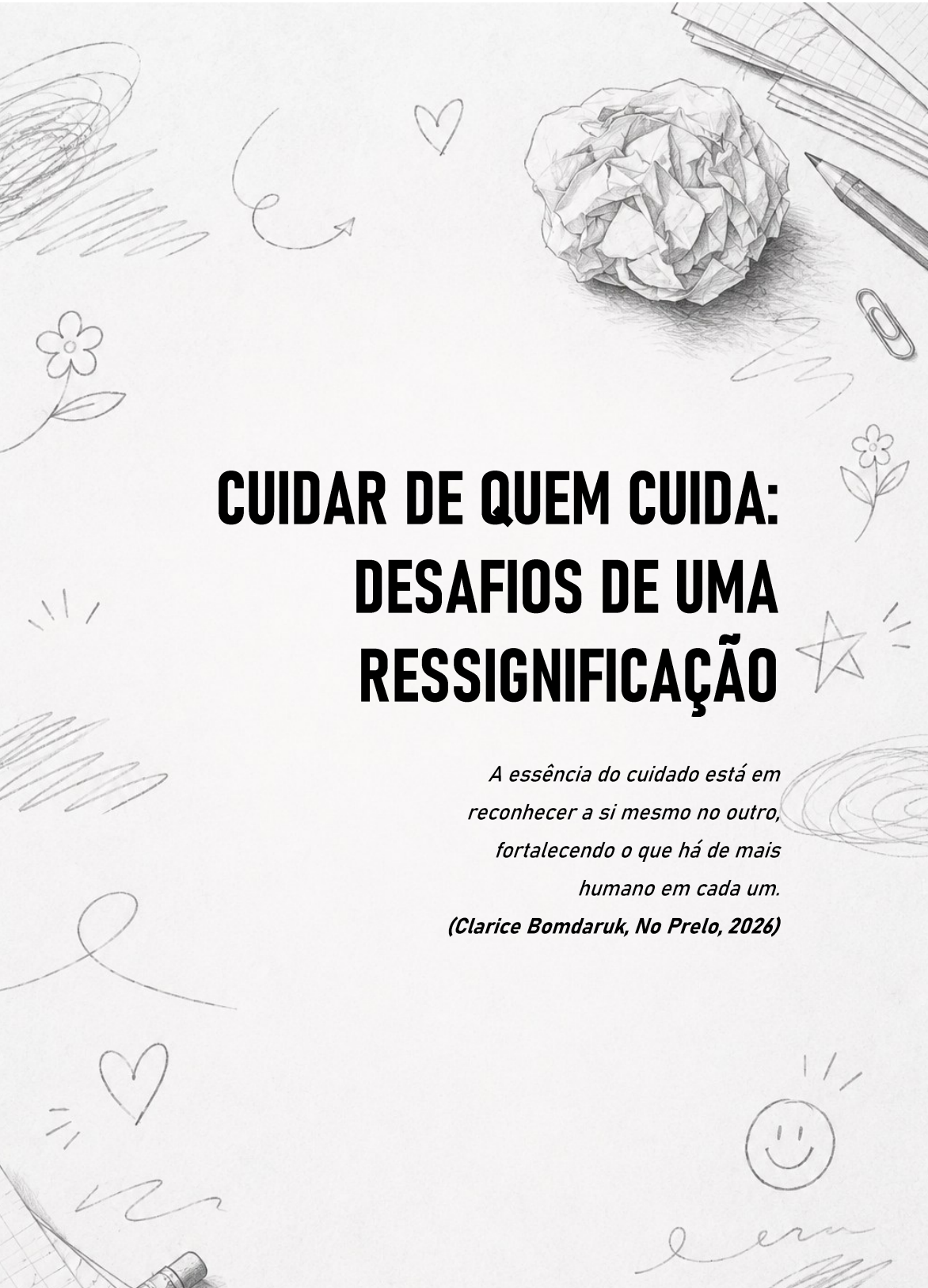
uma abordagem proativa para mitigar a sobrecarga de atribuições.



Estas análises não apenas contribuem para a compreensão aprofundada dos desafios enfrentados pelos docentes, mas também oferecem um ponto de partida para a implementação de estratégias mais efetivas visando a promoção da saúde mental no contexto educacional. Enfim, os resultados desta pesquisa tanto informam, quanto inspiram ações concretas de promoção do bem-estar aos professores, contribuindo também para a valorização do trabalho docente e toda a sua situação de trabalho, envolvendo não somente as práticas pedagógicas, mas a sua prática profissional como um todo.







CUIDAR DE QUEM CUIDA: DESAFIOS DE UMA RESSIGNIFICAÇÃO

*A essência do cuidado está em
reconhecer a si mesmo no outro,
fortalecendo o que há de mais
humano em cada um.
(Clarice Bomdaruk, No Prelo, 2026)*



Este capítulo apresenta uma das contribuições mais significativas de um momento posterior aos resultados da pesquisa de mestrado, defendida em 2023: a realização de uma ação formativa como devolutiva aos professores participantes do estudo. A proposta foi concebida como uma forma de acolhimento, escuta e cuidado, buscando, por meio de práticas reflexivas e colaborativas, cuidar e fortalecer a saúde mental docente no ambiente escolar. Trata-se de uma intervenção desenvolvida no âmbito do Programa de Desenvolvimento Educacional (PDE), uma oportunidade de formação docente, oferecida como especialização em 2023, sendo finalizada em 2025.

Nesse contexto, desenvolvemos uma proposta de implementação, como um retorno e contribuição, junto aos professores que haviam participado da nossa pesquisa de mestrado, que teve início em 2024 e terminou em 2025. As ações implementadas nesse contexto do PDE junto aos professores da Educação Básica, reafirmou a necessidade de transformação das condições de trabalho e da valorização dos profissionais da educação. Ao descrever esta experiência, pretendemos oferecer não apenas exemplos de ação concreta, mas também de inspiração e subsídios para que outras iniciativas semelhantes a essa possam ser desenvolvidas em diferentes contextos escolares.

Com isso, este capítulo apresenta os resultados da implementação de ações extensivas a nossa pesquisa do mestrado, como parte da participação do PDE, a qual alinhou práticas pedagógicas inovadoras ao uso de recursos e interfaces digitais, com foco na promoção da saúde mental docente. Esta intervenção teve como base a pesquisa de mestrado de Bomdaruk (2023), intitulada *A saúde mental docente: desafios de uma prática profissional*, vinculada ao Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento da Universidade Estadual do Paraná (Unespar).

Na sequência, para além da proposta de implementação junto aos professores para o PDE, foram desenvolvidas outras ações, decorrentes dos dados obtidos pelas percepções dos professores na coleta de dados da pesquisa de mestrado, de modo colaborativo, no colégio como contribuição para a formação integral dos alunos e para o fortalecimento da comunidade escolar. Dentre elas, destacamos as palestras com profissionais de diversas áreas, tais como: da psicologia, saúde, direito e os parceiros do Movimento Para Cristo (MPC), que realizaram atividades e palestras com os alunos, abordando temas voltados ao desenvolvimento da empatia, do respeito e da convivência saudável no ambiente escolar; oficinas e atividades práticas focadas em habilidades

socioemocionais; reuniões trimestrais com os pais para acompanhamento do aprendizado e diálogo sobre o desenvolvimento dos alunos; eventos culturais e esportivos que pudessem promover a integração entre estudantes, familiares e professores.

4.1 Contexto de produção da ação formativa na proposta para o PDE

A saúde mental docente tem assumido papel de destaque no cenário educacional contemporâneo, especialmente diante dos desafios cotidianos enfrentados no exercício da profissão. O adoecimento/sofrimento mental tem sido identificado entre muitos professores da Educação Básica. Fatores como a sobrecarga de trabalho, a indisciplina dos alunos, a falta de apoio pedagógico e familiar, bem como a fragilidade das políticas públicas direcionadas à educação, têm comprometido diretamente a qualidade de vida dos professores, resultando em desgaste emocional, estresse crônico e prejuízos à saúde psíquica. Tais fatores puderam ser constatados a partir da experiência vivida junto ao contexto de produção desta proposta de intervenção, evidenciando a compreensão que este grupo de professores já possuía acerca dos efeitos do estresse e adoecimento mental docente. Além disso, estes conhecimentos prévios foram melhor evidenciados pelos

resultados da pesquisa de mestrado realizada, por nós realizada (Bomdaruk, 2023), ao tratarmos da saúde mental docente e dos desafios desta prática profissional. Esta investigação nos permitiu identificar o alto nível de adoecimento e sofrimento mental entre professores da Educação Básica, motivado pelos desafios cotidianos da profissão docente.

Diante disso, detectamos a necessidade de se pensar estratégias que pudessem promover tanto o cuidado e o fortalecimento emocional dos docentes, quanto a construção de espaços colaborativos de escuta, apoio e acolhimento na comunidade escolar. Assim, as percepções dos professores participantes da pesquisa sinalizaram a importância de se realizar ações, tais como: a criação de redes de apoio entre colegas de trabalho, a troca de experiências e a implementação de práticas voltadas ao autocuidado, ao bem-estar físico e emocional de modo a auxiliá-los no enfrentamento dos desafios da profissão.

Por essas razões, a proposta de implementação junto aos professores, via contexto de formação do PDE, teve como objetivo mais amplo investigar a aplicabilidade das ações de enfrentamento sugeridas pelos professores na pesquisa de Bomdaruk (2023), a fim de contribuir para a saúde mental docente na Educação Básica, que foi o mesmo contexto investigado na pesquisa do mestrado. A partir deste objetivo,

definimos alguns objetivos específicos, a saber: a) identificar as principais ações de enfrentamento sugeridas pelos professores na pesquisa de Bomdaruk (2023); b) implementar ações práticas no contexto das escolas de Educação Básica visando a melhoria da saúde mental e qualidade de vida dos docentes; e, c) avaliar o impacto das ações implementadas na saúde mental e no bem-estar dos professores.

Assim, este trabalho de intervenção justifica-se na medida em que contribui para os cuidados com a saúde mental docente, que é essencial, dado o aumento dos casos de estresse e burnout entre professores da Educação Básica, comprometendo tanto sua qualidade de vida, quanto o ambiente escolar. Implementar ações que atendam às necessidades reais dos docentes, melhorando seu bem-estar e proporcionando um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo é fundamental para um processo de ensino e aprendizagem mais efetivos, uma situação de trabalho docente bem sucedida, contribuindo para o desenvolvimento de ambos, professores e alunos e, conseqüentemente, para o crescimento da comunidade escolar, bem como da sociedade como um todo na qual se inserem. As ações interventivas foram baseadas nas sugestões dos próprios professores, propiciando soluções alternativas e contextualizadas para os desafios cotidianos.

Para tanto, a proposta de intervenção foi fundamentada nos princípios da Pedagogia Histórico-Crítica (Gasparin, 2007), nas práticas de Multiletramentos (Rojo; Moura, 2012), alinhada às demandas identificadas na pesquisa de mestrado realizada por Bomdaruk (2023). Desse modo, a investigação realizada no contexto do mestrado identificou que os principais fatores que comprometem a saúde mental dos professores são a intensificação do trabalho, jornadas excessivas, ausência de suporte institucional e familiar, além do enfrentamento constante de situações de indisciplina e da desvalorização profissional. Além destes resultados, ressaltamos a relevância de se incorporar na rotina escolar atividades que incentivem a conscientização sobre saúde mental tanto para docentes, quanto para discentes, favorecendo a construção de uma cultura de cuidado mútuo e o desenvolvimento de capacidades socioemocionais. A proposta de implementação junto aos professores, como parte da participação no PDE, também procurou atender às orientações do curso, no que tange ao uso de metodologias inovadoras e recursos digitais, ampliando as possibilidades de acesso, participação e engajamento dos professores nas ações formativas e de suporte emocional.

4.2 Procedimentos metodológicos

No que concerne aos procedimentos metodológicos utilizados na implementação extensiva à pesquisa do mestrado, nos pautamos na abordagem qualitativo-interpretativista (Bortoni-Ricardo, 2008), fundamentada na pesquisa-ação, conforme os estudos de Lewin (1964), que enfatiza a participação ativa dos envolvidos e a integração entre ação e reflexão. Desse modo, nos pautamos no ciclo básico da proposta de pesquisa-ação, conforme defendida por Lewin (1964), como ilustra a Figura 12.

Figura 12 – Ciclo básico da pesquisa-ação



Fonte: As autoras, com base em Lewin (1964, p. 5), adaptado de Tripp (2005, p. 446).

Tal abordagem mostrou-se adequada para investigar a aplicabilidade das ações sugeridas pelos professores, permitindo um ciclo contínuo de planejamento, implementação, avaliação e ressignificação dos aspectos constitutivos da sua situação de trabalho docente. Desse modo, as intervenções foram desenvolvidas a partir da coleta de dados da pesquisa de mestrado realizada por Bomdaruk (2023), com a geração de dados por meio de um questionário *online* via *Google Forms*, o qual possibilitou-nos identificar as principais demandas relacionadas à saúde mental no ambiente escolar, tais como os fatores desafiadores da profissão docente, bem como as sugestões de ações fornecidas pelos professores para promover a saúde mental no ambiente escolar. Com isso, foram elaboradas estratégias práticas e personalizadas, de modo colaborativo, no sentido de trabalhar o autocuidado, o gerenciamento do estresse e fortalecimento do suporte emocional, o que resultou na criação de um espaço estruturado dentro da escola, voltado à escuta, mediação e resolução de conflitos entre os membros da comunidade escolar. Esta ação emergiu diretamente das necessidades apontadas pelos professores, que destacaram a importância de um ambiente seguro para o diálogo e acolhimento.

Desse modo, o planejamento participativo envolveu a construção de uma agenda de intervenções e ações que tiveram

a contribuição de todos os atores sociais que fazem parte desta comunidade escolar. Assim, tal proposta não foi realizada de forma verticalizada e descontextualizada da realidade do local, permitindo que os sujeitos envolvidos pudessem se sentir mais motivados, incluídos e valorizados, o que propiciou bons resultados em relação à implementação proposta.

Esta proposta metodológica também se apoiou nas práticas de letramento digital, compreendidas como um conjunto de competências essenciais para o uso crítico e consciente das tecnologias da informação e comunicação no contexto educacional, conforme Soares (2009). Além disso, foram considerados os pressupostos dos Multiletramentos, conceito abordado por Rojo e Moura (2012), que reconhece a multiplicidade de linguagens e modos de significação presentes na sociedade contemporânea. Dessa forma, as atividades desenvolvidas durante a intervenção integraram recursos digitais e linguagens diversas, promovendo uma abordagem inclusiva, dinâmica e contextualizada para a promoção da saúde mental docente.

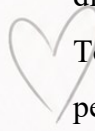
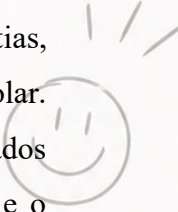
Nesse sentido, nossa proposta de intervenção foi dividida em duas etapas, com base nas sugestões propostas pelos professores durante a coleta de dados, a saber: a) momento de escuta para resolução de conflitos; e, b) palestras com psicólogos e outros profissionais capacitados.



Inicialmente, no que concerne ao momento de escuta para resolução de conflitos, apresentamos a proposta do plano de intervenção aos gestores e equipe pedagógica e, posteriormente, aos professores que prontamente evidenciaram a importância da implementação do plano de ação. Este momento de escuta foi uma ação proposta pelos professores durante a coleta de dados da pesquisa do mestrado, que consiste na criação de um espaço estruturado dentro do ambiente escolar dedicado à expressão e resolução de conflitos entre os membros da comunidade educativa. Durante as sessões de escuta, os professores ou membros da equipe (gestor e equipe pedagógica) atuaram como mediadores, auxiliando a comunicação entre as partes envolvidas. Todas as questões discutidas durante o momento de escuta foram registradas de forma adequada, a fim de que fossem executadas posteriormente.



Com isso, as sessões foram conduzidas por membros da equipe pedagógica e docentes designados, atuando como mediadores e utilizando estratégias de escuta ativa e comunicação respeitosa. Durante os encontros, os participantes tiveram espaço para expor angústias, dificuldades e conflitos vivenciados no cotidiano escolar. Todos os relatos e discussões foram devidamente registrados pela equipe pedagógica, garantindo a confidencialidade e o



acompanhamento dos encaminhamentos. Esta equipe realizou monitoramento contínuo das situações, oferecendo suporte adicional quando necessário, promovendo assim um ambiente colaborativo e saudável.

Além destas ações interventivas, em um segundo momento, no que tange às palestras com psicólogos e outros profissionais capacitados, foram realizadas nos formatos presencial e virtual pelas plataformas como *Google Meet* e *Zoom*, viabilizadas por parcerias com a Prefeitura Municipal, a Secretaria Municipal de Saúde e a ONG Mocidade Para Cristo (MPC), permitindo o engajamento dos participantes mesmo à distância. As palestras foram planejadas em reuniões prévias com representantes dessas entidades, os quais definiram os temas, os palestrantes e os aspectos logísticos para a implementação das ações planejadas. Os temas abordaram a promoção da saúde mental, desenvolvimento da inteligência emocional, práticas de autocuidado, estratégias de enfrentamento do estresse e construção de redes de apoio.

Durante as transmissões *online*, buscamos promover a interatividade e o engajamento dos participantes por meio de *chats*, enquetes, *quizzes* e sessões de perguntas e respostas em tempo real. As palestras presenciais propiciaram momentos de debate, troca de experiências e reflexão coletiva, favorecendo o fortalecimento dos vínculos profissionais e o

desenvolvimento de estratégias compartilhadas para enfrentar as adversidades. Ao término de cada palestra, foi disponibilizado formulário de avaliação *online*, para que os participantes da implementação pudessem fornecer-nos um *feedback*, enviado por *e-mail* ou *WhatsApp*, para que os participantes pudessem expressar suas percepções sobre o conteúdo, a abordagem dos profissionais e a relevância dos temas discutidos.

Assim, o uso de aplicativos de mensagens instantâneas, como o *WhatsApp*, foi essencial para mantermos uma comunicação contínua entre os envolvidos, possibilitando o envio de lembretes e o compartilhamento de materiais relacionados às intervenções. O *Google Forms* foi utilizado como ferramenta para a coleta de dados, avaliação de satisfação e análise dos resultados obtidos pelos sujeitos participantes, além de materiais multimídia, incluindo vídeos informativos, apresentações em *slides* e enquetes interativas, as quais enriqueceram as palestras e momentos de formação, contribuindo para a dinâmica do processo. Por fim, as práticas de multiletramentos, que integraram leitura, análise e discussão de textos, vídeos e imagens sobre saúde mental docente, desempenharam um papel central ao ampliar a compreensão do tema e ao envolver diferentes linguagens e suportes. O uso integrado desses recursos criou um ambiente

mais dinâmico e participativo, favorecendo o envolvimento dos professores e da equipe pedagógica no projeto.

O uso destas plataformas digitais e demais recursos tecnológicos ampliou significativamente o alcance das ações, permitindo que os docentes participassem, independentemente da localização, superando barreiras de tempo, espaço ou mobilidade. Periodicamente, avaliamos a efetividade dos espaços de escuta, bem como das palestras, a partir do *feedback* dos professores participantes da intervenção. Estes dados possibilitaram-nos realizar ajustes nas ações propostas, contribuindo para o alinhamento às necessidades e às expectativas dos docentes.

Esta metodologia esteve relacionada à perspectiva de Rocha e Fernandes (2007), que destacam a importância de capacitar o professor para cuidar de si e atuar coletivamente na promoção da qualidade de vida, compreendendo a escola como espaço de humanização, cuidado e transformação social. Assim, com a proposta implementada buscamos atender às demandas emergentes, fomentando uma cultura de cuidado mútuo, fortalecimento dos vínculos e valorização da saúde mental no ambiente escolar.

4.3 Discussão dos resultados obtidos com a implementação interventiva para o PDE

Para esta discussão, além da própria experiência com as ações interventivas junto aos professores, pautamos nossas análises sobre tal proposta nas percepções de alguns dos professores participantes destas ações, os quais denominamos de Professor 1 (P1), Professor 2 (P2) e Professor 3 (P3). Estas percepções foram obtidas por meio de um questionário *online* via *Google Forms* que pudesse contribuir para um feedback da implementação ocorrida. Todos os professores participantes das ações interventivas, parte de um projeto de PDE da pesquisadora, foram convidados a responder este questionário, no entanto, somente 3 professores o responderam, sendo 2 professoras e 1 professor. Talvez, isso tenha ocorrido em função da demanda sobrecarregada de trabalho, pois, há que se considerar que o sistema educacional acaba impondo uma atenção maior no preenchimento de documentos e no cumprimento de atividades e aulas pré-estabelecidas e determinadas por ele, o que, muitas vezes, impede o professor de participar de quaisquer outras atividades que não sejam aquelas que compõem a rotina de sua situação de trabalho.

Assim, após a realização da implementação de ações interventivas para fins de cumprimento do projeto para o PDE, primeiramente, obtivemos informações sobre o contexto de

atuação dos professores participantes deste estudo. Assim, no que tange à carga horária de trabalho semanal do professor na escola, 2 professoras trabalham 20 horas semanalmente na escola, enquanto que somente 1 professor atua por 40 horas na escola. Quanto à carga horária de trabalho semanal em casa, para além do trabalho realizado na escola, 1 professora trabalha em torno de 5 horas, 1 professor trabalha por 10 horas e uma outra professora trabalha por 20 horas, o que já aponta para uma sobrecarga de trabalho docente.

Na sequência, questionamos os professores sobre o nível de satisfação com relação às ações implementadas a respeito da saúde mental docente em nosso colégio, dos 3 participantes, dentre as opções de resposta, 1 indicou “pouco satisfeito(a)”, outro “satisfeito(a)” e outro “muito satisfeito(a)”. O professor que considerou a opção “pouco satisfeito(a)” justificou sua resposta ressaltando que *“não há políticas públicas constantes para trabalhar essa questão com o professor”*, o que nos revela uma insatisfação maior com o sistema educacional e isso, a nosso ver, pode levar ao desânimo e ao adoecimento mental docente. Uma professora que indicou a opção “satisfeito(a)” considerou as ações implementadas *“importantes”*. Já uma outra professora, que indicou a opção “muito satisfeito(a)”, demonstrando o reconhecimento da importância das ações implementadas,

destacando o trabalho desenvolvido e os sentimentos bons que são transmitidos aos demais professores, como mostra o seguinte excerto: *“a equipe de apoio a nossa saúde mental é bem capacitada e nos transmite paz, acolhimento, empatia e amor”*.

Em seguida, ao perguntarmos sobre quais ações implementadas foram mais relevantes, dentre as opções de resposta, a saber: a) momento de escuta e acolhimento; e, b) palestras realizadas com alunos e professores, uma professora considerou todas as ações importantes, outro professor optou pelo item “outro”, respondendo, como na pergunta anterior, que não há política pública para trabalhar a saúde mental do professor, o que parece reforçar a insatisfação com o sistema educacional, e uma outra professora, ao justificar a escolha pela opção do momento de escuta e acolhimento, justificando pela seguinte resposta: *“Todas as vezes que esse momento acontece, meu interior se enche de paz, conforto e esperança!”*. Isso nos revela a necessidade e a urgência de se fazer trabalhos como este para que o docente tenha uma qualidade de vida mesmo em situação de trabalho, de modo que tenha saúde mental para ter condições de exercer suas práticas pedagógicas, sua prática profissional como um todo e todas as suas atribuições.

A próxima pergunta do questionário aos participantes foi sobre o atendimento dos conteúdos abordados nas palestras realizadas em relação as suas expectativas. Enquanto 2 professoras consideraram que “sim, totalmente”, 1 professor optou por “outro” indicando que não há abordagem sobre o tema. No que diz respeito à justificativa para estas opções, 1 professora afirma que os conteúdos atenderam as suas expectativas e a outra professora destaca que “*elas vêm ao encontro do momento delicado em que a Educação se encontra*”. O terceiro participante retoma a importância da realização destas ações durante todo o ano letivo para tratar dos temas abordados, ressaltando que “*seria necessário haver projetos periódicos durante o ano letivo para trabalhar o tema tratado*”. Esta situação nos aponta para a necessidade de um acompanhamento com ações específicas sobre saúde mental docente, visto que as percepções destes professores participantes parecem nos revelar um pedido de socorro a sua situação de trabalho. Para tanto, a nosso ver, é fundamental que a comunidade escolar e a sociedade na qual se inserem se organizem, a fim de atender a esta demanda dos docentes, pois o trabalho de ensino é essencial para a formação humana e social dos alunos, os quais retornarão para a sociedade e, por isso, precisarão estar preparados para atuar em diferentes contextos sociais.

No que concerne à percepção destes professores, acerca das possíveis mudanças em relação a sua saúde mental ou bem-estar após as ações desenvolvidas, os participantes deveriam apontar quais seriam estas mudanças justificando suas respostas. Somente 1 professor afirmou que “muito pouco” ocorreu em termos de mudanças, enquanto que 1 professora ressaltou que houve muitas mudanças e uma outra professora destacou que as ações realizadas lhes permitiram *“um novo olhar para os desafios educacionais”*. Isso nos indica que, por um lado, pode haver a ausência de expectativas em função de uma realidade educacional instaurada, o que pode estar comprometendo a saúde mental docente. Por outro lado, os dados nos mostram que mudanças positivas, no sentido de promover o bem-estar docente, podem ocorrer para lidar com os desafios educacionais.

Em seguida, ao serem questionados sobre o que poderia ser melhorado ou transformado para as próximas ações como contribuições em um trabalho futuro sobre a saúde mental docente com justificativas, obtivemos as seguintes respostas: *“Seria necessário ter mais atividades específicas com o professor de sala de aula como motivação, acolhimento, valorização profissional e outras atividades que trabalhem essa questão”* (P1); *“Trabalhar com os pais.”* (P2); *“Não vejo necessidade de mudança, a equipe está sempre se*

renovando!” (P3). Com isso, constatamos a importância da continuidade de ações que se voltem aos cuidados com a situação do trabalho docente e a qualidade da saúde mental docente, bem como ações que envolvam os pais no trabalho com as questões mencionadas. Além disso, perguntamos aos professores sobre o nível de importância da continuidade das ações implementadas para o PDE. Uma professora considerou “muito importante” e os outros dois professores “extremamente importante”. Assim, constatamos a relevância da continuidade destas ações como fundamental para a qualidade da saúde mental docente, visto que os professores ressaltam isso em suas justificativas, ao afirmarem: *“Quando ocorrem algumas ações conforme dito observamos uma melhora mesmo que pequena na relação professor, aluno e sala de aula”* (P1); *“100 por cento”* (P2); *“Estar sempre fortalecendo a paz, empatia e amor ao próximo!”* (P3). A nosso ver, um acompanhamento a partir de uma proposta como esta pode fazer a diferença na situação de trabalho do professor, na comunidade escolar e para toda a sociedade.

Nesse sentido, perguntamos se os professores indicariam a implementação destas ações a outros colégios e os três responderam positivamente, justificando que *“Como a saúde mental é um problema estrutural na educação, todas as ações que são importantes devem ser levadas aos outros*

colégios.” (P1); “Ótimo” (P2); “Muitos colegas conhecidos de outros municípios, precisam urgentemente desse suporte!” (P3). Os dados nos mostram a necessidade e a urgência não somente de tratar deste tema fundamental ao desempenho do professor em sua situação de trabalho, mas também de acompanhar os professores e a comunidade escolar com ações que possam contribuir para a qualidade da saúde mental docente de modo que os trabalhos e os avanços ocorram mais efetivamente na realidade educacional.

Por fim, no que se refere ao questionário aplicado aos professores após a realização das ações para o PDE, perguntamos aos professores o que acrescentariam como sugestão às ações implementadas ou a futuros trabalhos sobre saúde mental docente junto aos professores da Educação Básica. Os três professores teceram algumas sugestões conforme os excertos a seguir: *“Cursos de Formação com especialistas na área.” (P1); “Palestra com pais” (P2); “Não vejo necessidade de sugerir nada, como já disse anteriormente, a equipe está sempre renovando suas palestras!” (P3).* Embora os dados nos mostrem, por um lado, uma satisfação com o trabalho da equipe sobre as questões tratadas nas ações implementadas por parte de uma professora, por outro lado, os outros dois professores nos apontam a importância da realização de cursos com professores,

envolvendo profissionais que lidam com a área da saúde mental docente, e palestras envolvendo pais, o que nos indica uma oportunidade de engajá-los neste processo de acompanhamento das questões inerentes à qualidade da saúde mental docente e o bem-estar não somente dos professores, mas também dos alunos e de toda a comunidade escolar.

Diante do exposto, retomamos os objetivos da proposta de implementação para o PDE, primeiramente, no que tange ao objetivo geral quanto à aplicabilidade das ações de enfrentamento sugeridas pelos professores na pesquisa de mestrado (Bomdaruk, 2023), a fim de contribuir para a qualidade da saúde mental dos docentes na Educação Básica. Para isso, retomamos o primeiro objetivo específico da implementação para o PDE, referente às principais ações de enfrentamento identificadas em nossa investigação do mestrado, pelas percepções dos professores participantes, mencionadas anteriormente neste livro, tais como: a) conscientização sobre maior comprometimento dos pais e alunos; b) necessidade de projeto de apoio psicológico para os professores, melhores condições de trabalho; c) elaboração de políticas públicas educacionais voltadas à aprendizagem; d) valorização de escuta para a resolução dos conflitos da sala de aula; e) valorização salarial; e, f) produção de projetos que envolvam pais e alunos.

Diante deste levantamento, no sentido de atender ao segundo objetivo específico da nossa implementação, acerca das ações práticas no contexto das escolas de Educação Básica, visando à melhoria da saúde mental e da qualidade de vida dos docentes, procuramos realizar algumas das sugestões fornecidas pelos professores em resposta ao primeiro objetivo específico, como o apoio psicológico aos professores, a valorização da escuta e, posteriormente, um trabalho com ações envolvendo pais e aluno.

No que concerne ao terceiro objetivo específico da implementação realizada, referente ao impacto das ações na saúde mental e no bem-estar dos professores, a partir das sugestões fornecidas, relacionadas ao primeiro objetivo específico, as ações implementadas no projeto de intervenção nos permitiram identificar impactos significativos tanto em relação aos participantes, quanto ao ambiente escolar como um todo. Além disso, a criação de espaços sistemáticos de escuta, vinculadas a palestras mediadas por profissionais especializados, mostrou-se fundamental na promoção de um ambiente mais saudável, colaborativo e acolhedor. Assim, após observar a participação dos professores durante o período da implementação, dentre os principais resultados, destacamos alguns aspectos, conforme ilustra o Quadro 7.

Quadro 7 – Resultados evidenciados pela participação dos professores na implementação do PDE

Resultados Obtidos	Desdobramentos dos Resultados
Redução do estresse docente	Diminuição do estresse após momentos de escuta e palestras; maior engajamento em ações de autocuidado.
Fortalecimento do suporte emocional	Criação de uma cultura de diálogo e cooperação; ambiente escolar mais acolhedor e colaborativo.
Conscientização sobre a saúde mental	Reflexão ampliada sobre o bem-estar docente; maior valorização da saúde mental no contexto educacional.
Execução bem-sucedida das atividades	Ajustes realizados conforme o retorno dos participantes; participação ativa na construção do plano de ação.
Papel do letramento no projeto	Ampliação do debate sobre o tema; ressignificação do conhecimento dos professores.
Transformação da prática pedagógica	Novo olhar sobre a necessidade de ações preventivas; reforço da importância da formação continuada.
Perspectivas futuras	Inclusão de alunos e funcionários nas ações; investimento em multiletramentos e tecnologias; continuidade das práticas de promoção da saúde mental.

Fonte: As autoras.

Assim, notamos a redução expressiva dos níveis de estresse relatados pelos professores, especialmente, pela participação nas sessões de escuta e nas atividades formativas. Esse dado foi corroborado por relatos espontâneos dos docentes, que enfatizaram sentir-se mais acolhidos, ouvidos e apoiados emocionalmente. Desse modo, a possibilidade de expressar angústias, compartilhar experiências e refletir coletivamente sobre suas práticas pedagógicas e profissionais

propiciou o fortalecimento dos vínculos interpessoais e institucionais, além de ampliar sua percepção sobre a importância do autocuidado.

Esta implementação, junto ao PDE, também permitiu-nos identificar a mudança na postura dos profissionais em relação às práticas de autocuidado, o que aponta para uma maior conscientização sobre a importância da saúde mental docente. A partir das reflexões propiciadas pelas atividades, os professores passaram a buscar estratégias para manejo do estresse, incorporando rotinas que favoreciam o equilíbrio emocional, como momentos de pausa, práticas de respiração consciente, organização do tempo e participação mais ativa em redes de apoio institucional e pessoal.

Outro aspecto relevante foi a construção de uma cultura de diálogo e cooperação no ambiente escolar. A implementação dos espaços de escuta não apenas contribuiu para resolução de conflitos, mas fortaleceu a confiança entre equipe pedagógica e docentes, promovendo um ambiente mais empático, colaborativo e humanizado. Este fortalecimento das relações impactou positivamente no clima organizacional da escola, que passou a ser percebido como espaço mais seguro, acolhedor e propício ao aprendizado e desenvolvimento profissional e pessoal. Ambiente este que propiciou uma execução bem sucedida das atividades.

Além disso, os encontros com profissionais da psicologia e da saúde mental proporcionaram o acesso a informações qualificadas, assim como também favoreceram o desenvolvimento de capacidades socioemocionais essenciais para lidar com os desafios cotidianos da prática docente. As interações presenciais e virtuais ampliaram as possibilidades de participação, demonstrando uma integração das tecnologias digitais mais efetiva no desenvolvimento de ações voltadas ao bem-estar docente.

No que concerne ao papel do letramento no desenvolvimento do projeto vinculado ao PDE, as práticas de letramento digital (Soares, 2009) e os multiletramentos (Rojo; Moura, 2012) assumiram papel estratégico nesse processo, permitindo a disseminação de conteúdos e a criação de espaços interativos, participativos e reflexivos, favorecendo uma aprendizagem contínua e colaborativa. O uso de interfaces digitais consolidou-se como recurso facilitador, ampliando o alcance e impacto das ações implementadas.

De modo geral, as ações desenvolvidas não apenas cumpriram os objetivos iniciais, que visavam sensibilizar, acolher e oferecer estratégias de autocuidado aos docentes, mas também desencadearam processos de transformação na prática pedagógica, ressignificando as relações, os processos de ensino-aprendizagem e a própria percepção sobre o papel

da saúde mental no contexto educacional. A partir das experiências vivenciadas, os participantes passaram a compreender que cuidar de si é também uma prática educativa, indispensável para garantir a qualidade do trabalho docente e o desenvolvimento integral dos sujeitos no ambiente escolar.

Por fim, no que tange às perspectivas futuras, houve menção à importância da inclusão de alunos e membros da comunidade escolar em ações voltadas ao cuidado da saúde mental, destacando-se a relevância de práticas que possam contribuir para a promoção da saúde mental. Para tanto, os participantes consideraram a necessidade de investimento no campo dos conhecimentos acerca dos multiletramentos e do uso de tecnologias.

4.4 Síntese do capítulo

Neste capítulo, procuramos discorrer sobre as contribuições da nossa experiência de implementação pelo PDE por meio de uma ação formativa como devolutiva aos professores participantes da pesquisa anterior. Tratamos do acolhimento, da escuta e do cuidado, a partir de práticas reflexivas e colaborativas, no sentido de discutir coletivamente sobre a importância do cuidado e do fortalecimento da saúde mental docente no ambiente escolar. Tais ações apontaram para a necessidade urgente de transformação das condições

objetivas de trabalho e da valorização dos profissionais da educação.

Ademais, descrevemos outras ações realizadas, de modo colaborativo, no colégio investigado, junto aos professores, como contribuição tanto para a formação humana e social dos alunos, quanto para o desenvolvimento e o crescimento da comunidade escolar. Dentre elas, ressaltamos as palestras com profissionais de diversas áreas, tais como: da psicologia, saúde, direito e os parceiros do Movimento Para Cristo (MPC), os quais abordaram temas voltados ao desenvolvimento da empatia, do respeito e da convivência saudável no ambiente escolar; oficinas com foco nas habilidades socioemocionais, reuniões trimestrais com os pais para acompanhamento do processo de aprendizagem dos alunos; bem como eventos culturais e esportivos com vistas à integração entre estudantes, familiares e professores.

Desse modo, buscamos apresentar os resultados da implementação de ações, como participação do PDE, como uma extensão a nossa pesquisa do mestrado, a partir das percepções de alguns professores participantes destas ações extensivas, além do uso de recursos digitais, com o intuito de contribuir para a continuidade da promoção da saúde mental docente, considerando-se a importância e a necessidade urgente dos cuidados com a qualidade de vida profissional

dos(as) professores(as) atuar ressignificando suas práticas formativas de modo mais digno e efetivo.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

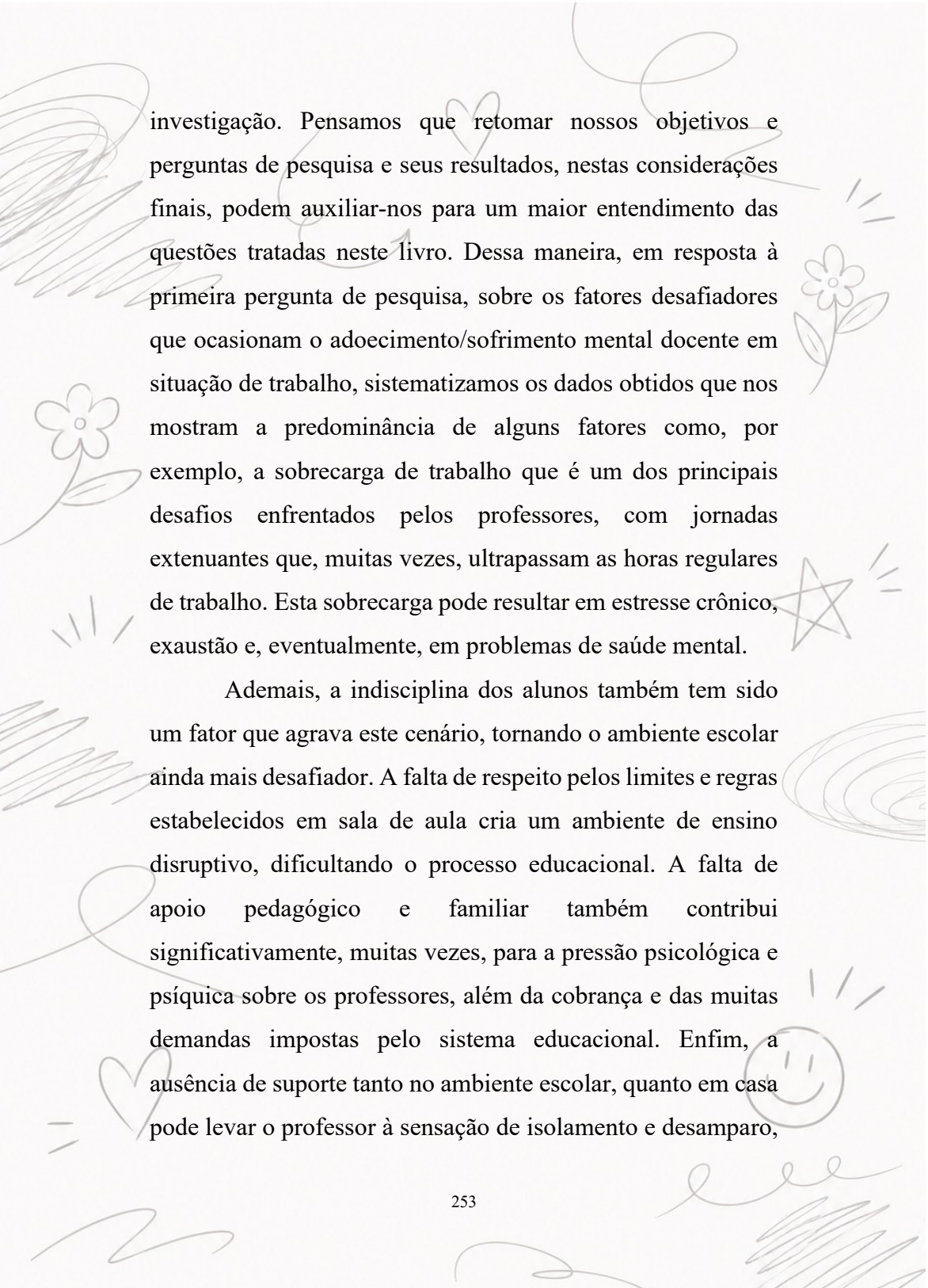


Desenvolver uma pesquisa relacionada à saúde mental docente, no campo da Interdisciplinaridade, implica em enfrentar diversos desafios, como, por exemplo, o de evidenciar os obstáculos enfrentados pelos professores em sua prática profissional. Ao integrar contribuições de diferentes áreas do conhecimento para entender a problemática do adoecimento/sofrimento mental docente, podemos obter uma análise mais abrangente, considerando-se não apenas os aspectos pedagógicos, mas também os fatores psicológicos, sociais e institucionais que impactam na saúde mental dos professores. Assim, ao compreender os aspectos desafiadores que constituem a situação do trabalho docente de maneira mais ampla, a pesquisa interdisciplinar contribui para a compreensão tanto da complexidade do trabalho docente como um todo, quanto das ações no âmbito individual, propiciando uma reflexão acerca da criação de ambientes de trabalho mais saudáveis para os professores e toda a comunidade escolar.

Com isso, reunimos neste livro os resultados dos estudos realizados tanto no que diz respeito à experiência de pesquisa no contexto do mestrado, quanto à experiência do trabalho implementado junto ao Programa do PDE, com o intuito de proporcionar uma devolutiva aos professores participantes da pesquisa do mestrado e, ao mesmo tempo, de oferecer-lhes a oportunidade de implementar algumas ações

que pudessem contribuir para a qualidade da sua saúde mental e seu bem-estar em sua situação de trabalho. Nesse sentido, ressaltamos que a discussão teórica, a descrição do contexto investigado e a análise dos dados obtidos com a experiência de pesquisa, durante o período do mestrado, nos permitiram um maior entendimento sobre as relações entre os elementos que compõem a situação do trabalho docente e a saúde mental destes professores. Desse modo, a problemática da nossa investigação, neste período, mostrou-se não apenas como uma preocupação individual, mas também coletiva, visto que está relacionada diretamente à qualidade da educação, levando-se em conta a relevância do processo de ensino e aprendizagem para a formação humana de nossos alunos e, por conseguinte, o futuro das gerações que estão em desenvolvimento. Dessa forma, as pesquisas encontradas e os diferentes campos teóricos, utilizados em nossos estudos, mostraram-se pertinentes para alicerçar o diálogo teórico entre a análise dos dados e algumas outras áreas que contribuíram de forma menos direta, possibilitando-nos entender ideias e reflexões importantes para o desenvolvimento de nosso trabalho.

No que se refere aos objetivos específicos e às perguntas de nossa pesquisa, em relação aos estudos do mestrado, analisamos e discutimos os dados encontrados no sentido de respondê-las, a fim de entender o objeto da nossa



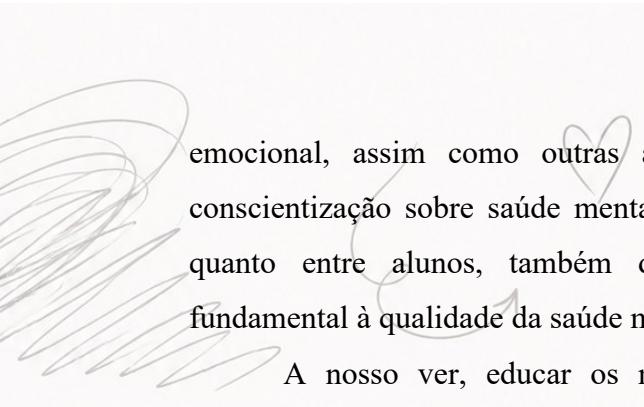
investigação. Pensamos que retomar nossos objetivos e perguntas de pesquisa e seus resultados, nestas considerações finais, podem auxiliar-nos para um maior entendimento das questões tratadas neste livro. Dessa maneira, em resposta à primeira pergunta de pesquisa, sobre os fatores desafiadores que ocasionam o adoecimento/sofrimento mental docente em situação de trabalho, sistematizamos os dados obtidos que nos mostram a predominância de alguns fatores como, por exemplo, a sobrecarga de trabalho que é um dos principais desafios enfrentados pelos professores, com jornadas extenuantes que, muitas vezes, ultrapassam as horas regulares de trabalho. Esta sobrecarga pode resultar em estresse crônico, exaustão e, eventualmente, em problemas de saúde mental.

Ademais, a indisciplina dos alunos também tem sido um fator que agrava este cenário, tornando o ambiente escolar ainda mais desafiador. A falta de respeito pelos limites e regras estabelecidos em sala de aula cria um ambiente de ensino disruptivo, dificultando o processo educacional. A falta de apoio pedagógico e familiar também contribui significativamente, muitas vezes, para a pressão psicológica e psíquica sobre os professores, além da cobrança e das muitas demandas impostas pelo sistema educacional. Enfim, a ausência de suporte tanto no ambiente escolar, quanto em casa pode levar o professor à sensação de isolamento e desamparo,

impactando negativamente na qualidade do ensino oferecido aos seus alunos.

Além disso, políticas públicas ineficientes exacerbam esses problemas, já que a falta de investimento adequado na educação resulta em salas superlotadas, falta de recursos e programas educacionais insuficientes para lidar com as necessidades dos estudantes e dos próprios professores. Por essas razões, é fundamental que sejam implementadas políticas educacionais que reconheçam e abordem esses desafios, visando a melhorar as condições de trabalho dos docentes e, conseqüentemente, a qualidade da educação oferecida às futuras gerações, o que refletirá na própria sociedade.

Quanto à segunda pergunta de pesquisa, sobre as sugestões e/ou possibilidades de ações de enfrentamento às condições objetivas de trabalho e à sobrecarga de atribuições para a qualidade da saúde mental docente, algumas ações podem ser evidenciadas na percepção dos professores participantes da pesquisa do mestrado como valiosas contribuições, dentre elas, a criação de redes de apoio entre colegas, por meio das quais professores compartilham experiências, oferecendo suporte emocional mútuo. Além do mais, práticas como o estabelecimento de limites aos alunos, a implantação de projetos que visam ao bem-estar físico e



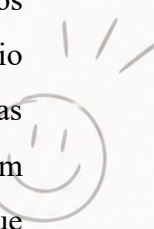
emocional, assim como outras ações que incentivam a conscientização sobre saúde mental, tanto entre professores quanto entre alunos, também desempenham um papel fundamental à qualidade da saúde mental docente.

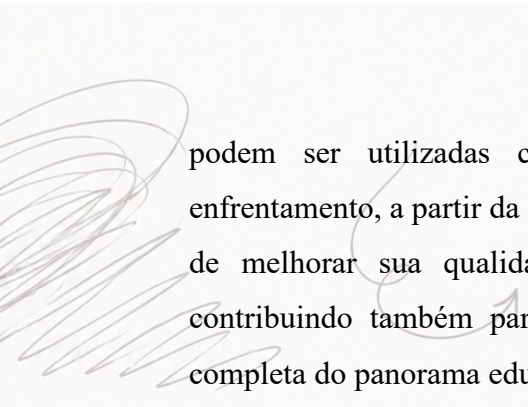


A nosso ver, educar os membros da comunidade escolar sobre o reconhecimento dos sinais de estresse e depressão, fornecendo recursos para lidar com esses desafios pode criar um ambiente de trabalho mais compreensivo e solidário. Ao compartilhar essas experiências e estratégias, os professores não apenas melhoram sua própria qualidade de vida, mas também contribuem para a construção de uma comunidade escolar mais saudável e resiliente.



Nessa perspectiva, o desenvolvimento da nossa pesquisa possibilitou-nos dimensionar um olhar aprofundado sobre os fatores desafiadores que permeiam a prática profissional docente proporcionando uma compreensão mais profunda das complexidades enfrentadas pelos professores no ambiente educacional. Esta experiência de pesquisa, durante o percurso do mestrado, revelou-nos a importância de discutirmos a extensão da sobrecarga de trabalho, os desafios relacionados à indisciplina dos alunos, a falta de apoio pedagógico e familiar, bem como as limitações das políticas públicas como questões inerentes a um debate social. Além disso, nossos estudos permitiram-nos identificar ações que

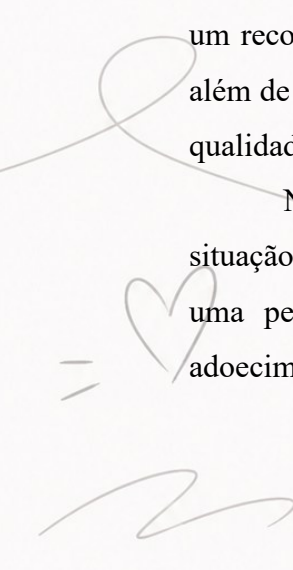




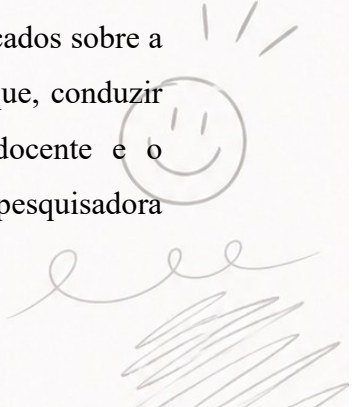
podem ser utilizadas como estratégias e recursos de enfrentamento, a partir da ótica dos professores, com o intuito de melhorar sua qualidade de vida e a saúde mental, contribuindo também para que tenhamos uma visão mais completa do panorama educacional.

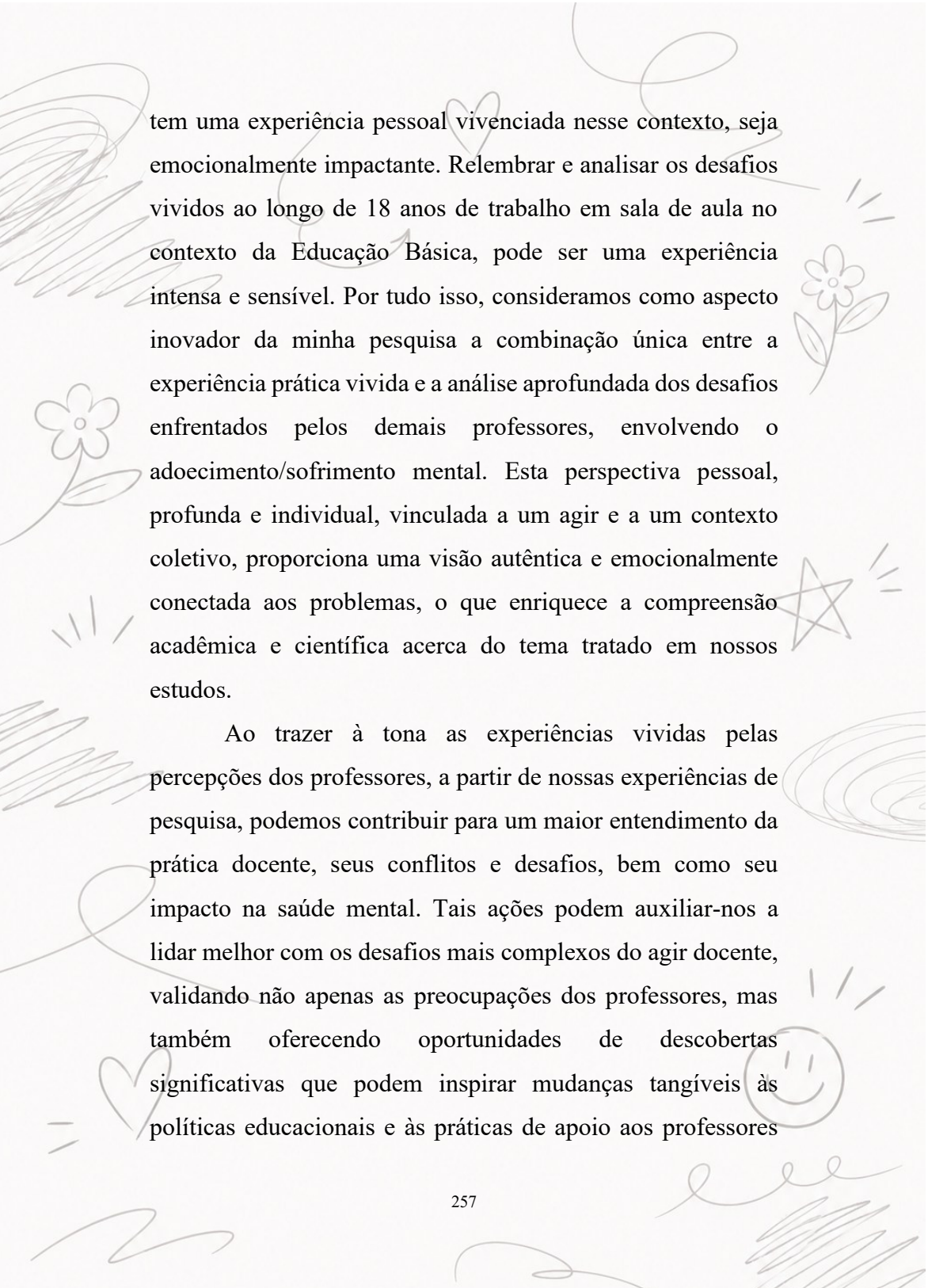


Diante do exposto, salientamos que os resultados dos nossos estudos podem servir como base para pesquisas mais aprofundadas que explorem intervenções mais efetivas, a fim de melhorar as condições de trabalho dos professores e promover um ambiente educacional mais saudável. Ademais, os resultados de nossos estudos e as discussões sobre as temáticas tratadas neste livro oferecem contribuições valiosas para a sociedade, destacando-se a importância de se investir na saúde mental docente e em políticas educacionais que abordem e contemplem os desafios enfrentados nas escolas. De acordo com nossa perspectiva, para os participantes da pesquisa, os resultados representam uma validação de suas experiências e um reconhecimento dos desafios que enfrentam diariamente, além de apontar orientações práticas que podem melhorar sua qualidade de vida no trabalho.



No que se refere aos sentimentos identificados sobre a situação do trabalho docente, é compreensível que, conduzir uma pesquisa sobre os desafios da prática docente e o adoecimento mental, especialmente quando a pesquisadora





tem uma experiência pessoal vivenciada nesse contexto, seja emocionalmente impactante. Relembrar e analisar os desafios vividos ao longo de 18 anos de trabalho em sala de aula no contexto da Educação Básica, pode ser uma experiência intensa e sensível. Por tudo isso, consideramos como aspecto inovador da minha pesquisa a combinação única entre a experiência prática vivida e a análise aprofundada dos desafios enfrentados pelos demais professores, envolvendo o adoecimento/sofrimento mental. Esta perspectiva pessoal, profunda e individual, vinculada a um agir e a um contexto coletivo, proporciona uma visão autêntica e emocionalmente conectada aos problemas, o que enriquece a compreensão acadêmica e científica acerca do tema tratado em nossos estudos.

Ao trazer à tona as experiências vividas pelas percepções dos professores, a partir de nossas experiências de pesquisa, podemos contribuir para um maior entendimento da prática docente, seus conflitos e desafios, bem como seu impacto na saúde mental. Tais ações podem auxiliar-nos a lidar melhor com os desafios mais complexos do agir docente, validando não apenas as preocupações dos professores, mas também oferecendo oportunidades de descobertas significativas que podem inspirar mudanças tangíveis às políticas educacionais e às práticas de apoio aos professores

pela comunidade escolar e toda a sociedade no sentido de ressignificar a qualidade da saúde mental docente e da realidade educacional.

Em outras palavras, trata-se de uma oportunidade de conscientização sobre as dificuldades enfrentadas pelos professores, de valorização desta situação de trabalho e profissão docente e a importância de se compartilhar essas experiências docentes de modo a contribuir para um entendimento mais profundo acerca da saúde mental na profissão docente. Além do mais, pensando em um contexto mais amplo, os resultados de nossos estudos podem inspirar mudanças nas políticas educacionais, promovendo um maior apoio aos professores para, por conseguinte, poderem melhorar a qualidade do processo de ensino e aprendizagem. Com isso, entendemos que, além de sensibilizar a sociedade para as dificuldades enfrentadas pelos educadores, nossos estudos auxiliam na compreensão da importância e necessidade urgente de se criar uma cultura de valorização do trabalho dos professores, reconhecendo seu papel social, que é fundamental na formação humana, social, cultural, intelectual e profissional das futuras gerações.

Por fim, a investigação realizada no período do mestrado nos possibilitou uma maior compreensão acerca dos desafios emocionais e práticos enfrentados pelos professores

na Educação Básica. Ao mergulhar profundamente em minha própria experiência como educadora, foi possível iluminar os cantos sombrios, muitas vezes, negligenciados pela profissão docente. Enfim, este estudo não apenas valida as lutas enfrentadas pelos professores, mas também proporciona uma conscientização mais ampla sobre a importância de se cuidar da saúde mental dos professores, a fim que isso reflita de maneira positiva sobre a situação de trabalho do professor e a realidade educacional na qual nos inserimos.

No que concerne à implementação do projeto de intervenção *Promoção da saúde mental docente: cuidar de quem cuida*, pelo Programa do PDE, esta experiência revelou-nos como sendo uma oportunidade profundamente transformadora, não apenas para os sujeitos diretamente envolvidos, mas também para a própria pesquisadora e para o coletivo escolar como um todo. As ações desenvolvidas possibilitaram-nos uma reflexão crítica sobre as condições de trabalho e os desafios enfrentados pelos professores, além da construção de práticas concretas de cuidado, acolhimento e valorização da saúde mental no ambiente educacional, gerando mudanças significativas tanto nos sujeitos participantes quanto no ambiente escolar.

Para os docentes participantes, como vimos nas discussões sobre esta experiência, o projeto representou uma

oportunidade de ressignificação de suas práticas e de fortalecimento de suas redes de apoio, contribuindo diretamente para a melhoria da qualidade de vida, do bem-estar emocional e das relações interpessoais no espaço escolar. A possibilidade de serem ouvidos, de compartilhar experiências e de construir coletivamente soluções para os desafios cotidianos gerou um sentimento de pertencimento, valorização e fortalecimento profissional.

Em relação à pesquisadora, esta experiência proporcionou um processo intenso de aprendizado, crescimento pessoal e profissional, reafirmando a importância de práticas pedagógicas pautadas na escuta sensível, na empatia, no diálogo e na construção colaborativa do conhecimento. Os resultados obtidos reforçam a necessidade de que as instituições de ensino incorporem, de forma sistemática e permanente, ações voltadas à promoção da saúde mental, reconhecendo que o bem-estar dos profissionais da educação é condição indispensável para a qualidade do processo educativo.

De modo geral, as ações desenvolvidas cumpriram os objetivos iniciais do projeto, que buscavam sensibilizar, acolher e oferecer estratégias de autocuidado aos docentes, assim como desencadearam processos de transformação na prática pedagógica, ressignificando as relações interpessoais,

os processos de ensino-aprendizagem e a percepção sobre a importância da saúde mental no contexto educacional. Os participantes puderam compreender que cuidar de si é também uma prática educativa, indispensável para garantir a qualidade do trabalho docente e o desenvolvimento integral dos sujeitos no ambiente escolar.

Todas as atividades planejadas foram executadas com êxito, com ajustes pontuais realizados a partir do retorno dos participantes. A participação ativa e colaborativa dos sujeitos foi essencial para o sucesso do projeto, especialmente na construção coletiva do plano de ação. As práticas de letramento desempenharam um papel fundamental, contribuindo para a ampliação do debate sobre o tema e ressignificando o conhecimento inicial dos professores.

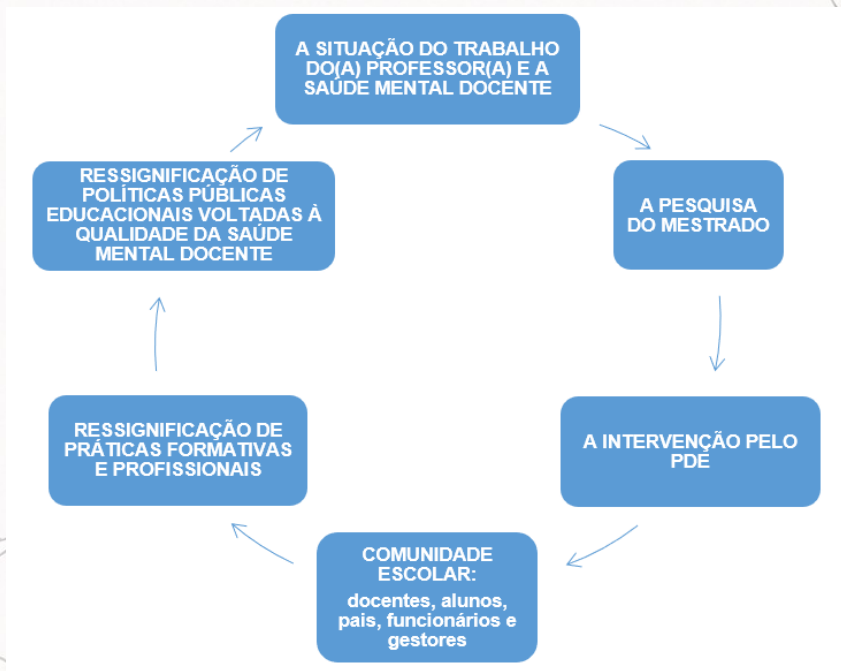
As ações interventivas desenvolvidas não apenas alcançaram o objetivo de promover a saúde mental docente, mas também transformaram a prática pedagógica no colégio, gerando um novo olhar dos participantes sobre o tema e destacando a necessidade contínua de ações preventivas e formativas no ambiente escolar. Com base nos resultados alcançados, identificamos a necessidade de se ampliar o estudo para incluir outros sujeitos, como alunos e funcionários da escola, além de realizar ações contínuas e permanentes de promoção da saúde mental. Com isso, destacamos a

importância e a necessidade de se investir em novas práticas formativas que possam explorar mais profundamente os multiletramentos e o uso de tecnologias no contexto educacional.

Diante do exposto, os efeitos positivos gerados pela intervenção, no período de estudos junto ao Programa do PDE, apontam para a urgência de dar continuidade e ampliar estas práticas, estendendo-as a outros públicos e contextos, e aprofundando o uso de recursos digitais e metodologias inovadoras como aliados na construção de ambientes educacionais mais saudáveis, acolhedores e promotores do desenvolvimento humano. Além disso, as experiências bem-sucedidas indicam-nos a importância de se expandir o escopo da intervenção, incluindo diferentes sujeitos, tais como: docentes, alunos, pais, funcionários e gestores, de modo a construir uma política institucional permanente de promoção da saúde mental no contexto escolar. Com isso, destacamos a importância de se desenvolver pesquisas que possam envolver os sujeitos da comunidade escolar em prol da qualidade da saúde mental docente para que as contribuições das ações interventivas reflitam de modo positivo na situação de trabalho docente e em toda a realidade educacional, como ilustra a Figura 13. Ademais, evidenciamos a necessidade de aprofundar o uso das tecnologias e dos multiletramentos como

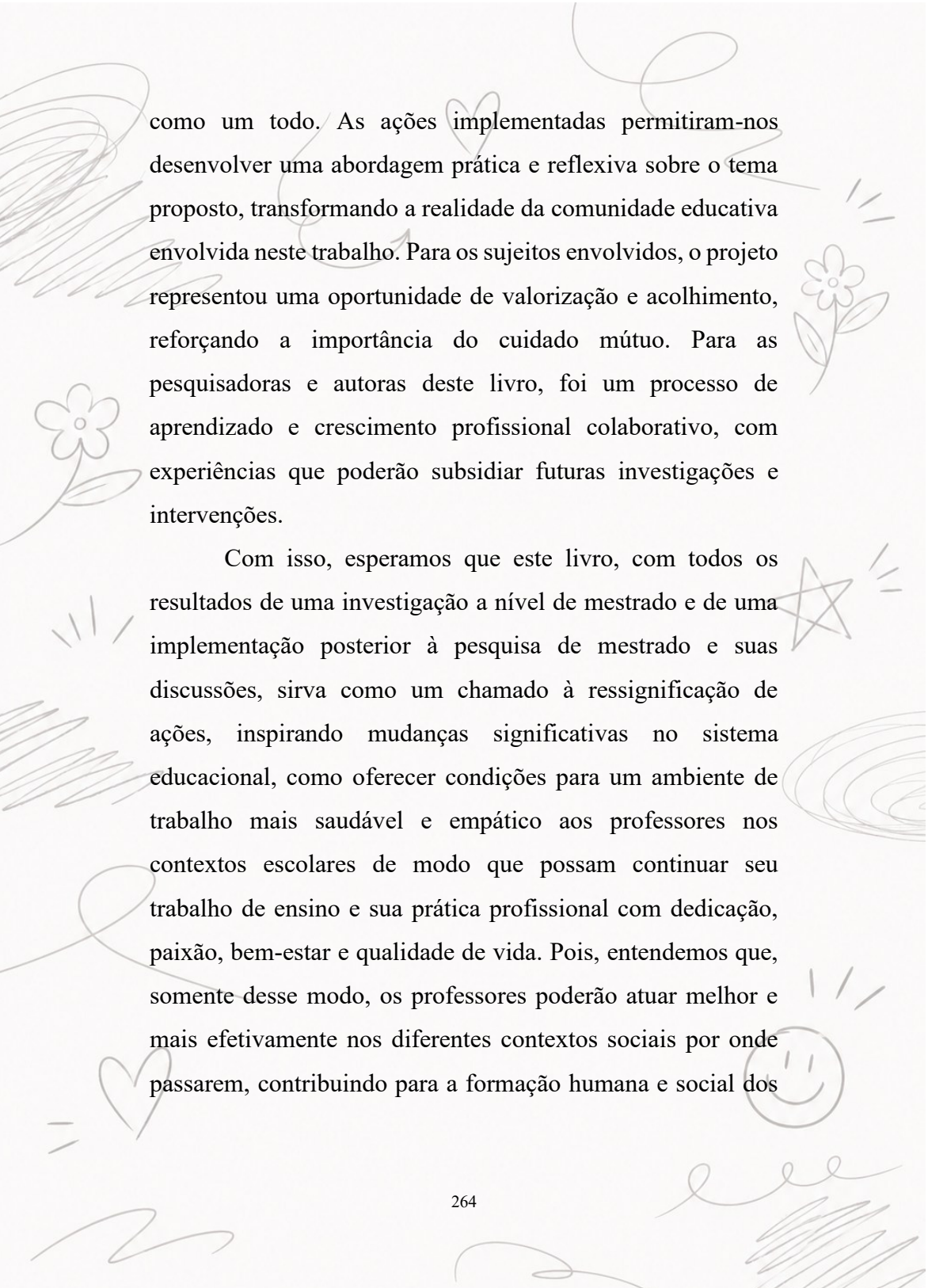
ferramentas pedagógicas e de cuidado, potencializando seus efeitos no desenvolvimento de uma educação mais humanizada, inclusiva e sustentável.

Figura 13 – Ciclo recursivo de uma proposta interventiva à saúde mental docente



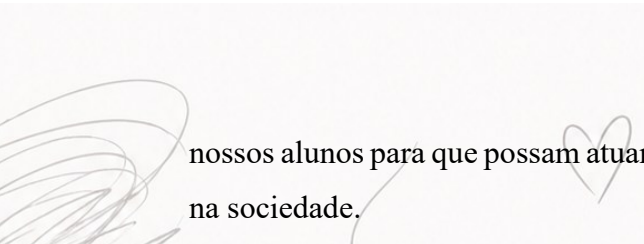
Fonte: As autoras.

Diante disso, a implementação do projeto de intervenção, *Promoção da saúde mental docente: cuidar de quem cuida*, a nosso ver, trouxe contribuições relevantes para o contexto escolar e pode ser fonte de inspiração a outros contextos, bem como contribuir para o sistema educacional



como um todo. As ações implementadas permitiram-nos desenvolver uma abordagem prática e reflexiva sobre o tema proposto, transformando a realidade da comunidade educativa envolvida neste trabalho. Para os sujeitos envolvidos, o projeto representou uma oportunidade de valorização e acolhimento, reforçando a importância do cuidado mútuo. Para as pesquisadoras e autoras deste livro, foi um processo de aprendizado e crescimento profissional colaborativo, com experiências que poderão subsidiar futuras investigações e intervenções.

Com isso, esperamos que este livro, com todos os resultados de uma investigação a nível de mestrado e de uma implementação posterior à pesquisa de mestrado e suas discussões, sirva como um chamado à ressignificação de ações, inspirando mudanças significativas no sistema educacional, como oferecer condições para um ambiente de trabalho mais saudável e empático aos professores nos contextos escolares de modo que possam continuar seu trabalho de ensino e sua prática profissional com dedicação, paixão, bem-estar e qualidade de vida. Pois, entendemos que, somente desse modo, os professores poderão atuar melhor e mais efetivamente nos diferentes contextos sociais por onde passarem, contribuindo para a formação humana e social dos



nossos alunos para que possam atuar em seus contextos futuros na sociedade.



Enfim, é essencial, necessário e urgente que a sociedade e o sistema educacional repensem e ressignifiquem o discurso de culpabilização do professor em detrimento da capacidade docente e da necessidade de se cuidar da qualidade deste trabalho como uma profissão valorosa, preciosa e fundamental à formação humana, social, cultural, intelectual e profissional de nossos alunos, visto que a Educação é a área base e essencial que contribui ao desenvolvimento e crescimento dos alunos, do contexto escolar, do sistema educacional e da sociedade todos nós, sujeitos constitutivos dela, vivemos.







REFERÊNCIAS



AGUIAR, R. M. R.; ALMEIDA, S. F. C. de. **Mal-estar na educação: o sofrimento psíquico de professores**. Curitiba, Juruá Editora, 2008.

ALBUQUERQUE, G. S. C.; LIRA, L. N. A; SANTOS, I. J.; CHIOCHETTA, R. L.; PERNA, P. O.; SILVA, M. J. S. **Exploração e sofrimento mental de professores: um estudo na rede estadual de ensino do Paraná**. *Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro, v. 16, nº 3, p. 1.287-1.300, 2018.

ALVARENGA, A. T. de *et al.* Histórico, fundamentos filosóficos e teóricometodológicos da interdisciplinaridade. In: PHILIPPI JÚNIOR, Arlindo; SILVA NETO, A. J. (Orgs.). **Interdisciplinaridade em ciência, tecnologia & inovação**. Barueri: Manole, 2011. p. 3-68.

ANDRADE, J. de. **Trabalho e Educação: um estudo sobre o adoecimento dos docentes contratados na Educação Básica Municipal em Uberlândia-MG: 2010-2018**. 2019.117 f. Dissertação (Mestrado em Educação) -Universidade Federal de Uberlândia, 2019. DOI <http://doi.org/10.14393/ufu.di.2019.2564>.

ANDRADE, C. R.; PEREIRA, L. Z.; CKAGNAZAROFF, I. B. Elementos de satisfação e insatisfação no trabalho operacional: revisitando Herzberg. **Revista Gestão & Tecnologia**, v. 7, n. 1, p. 67-89, 2007. Disponível em: <https://revistagt.fpl.emnuvens.com.br/get/article/view/189>. Acesso em: 7 set. 2023.

ANDRADE, L. R. M.; FALCÃO, J. T. R. **Trabalho docente no município de Natal: perfil e risco psicossocial**. *Educação e Sociedade*, Campinas, v. 39, nº 144, p. 704-720, 2018.

BABBIE, E. **Métodos de pesquisas de Survey**. Tradução de Guilherme Cezarino. Belo Horizonte: Editora UFMG, 1999.

BASSO, I. S. Significado e sentido do trabalho docente. **Cad. CEDES**, Campinas, SP, v. 19, n. 44, 1998. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?>. Acesso em: 16 maio 2021.

BESSA, B. **Poesia que transforma**. Rio de Janeiro: Sextante, 2018.

BOIX-MASILLA, V.; DURAISING, E. D. Targeted assessment of student's interdisciplinary work: an empirically grounded framework proposed. **Journal of Higher Education**, 2007. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/345180876_Targeted_Assessment_of_Students%27_Interdisciplinary_Work_An_Empirically_Grounded_Framework_Proposed. Acesso em: 15 de abril.2023.

BOMDARUK, C. A saúde mental docente: desafios de uma prática profissional. **Dissertação**. Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento. Universidade Estadual do Paraná, *Campus de Campo Mourão*, Campo Mourão, 2023.

BOMDARUK, C.; LEVISKI, C. E. **Promoção da saúde mental docente: cuidar de quem cuida**. Editora UENP-Unioeste, No Prelo, 2026.

BORSOI, I. C. F.. **O modo de vida dos novos operários: quando purgatório se torna paraíso**. Fortaleza, CE: Editora da Universidade Federal do Ceará, 2005.

BORSOI, I. C. F. Da relação entre trabalho e saúde à relação entre trabalho e saúde mental. **Psicologia & Sociedade**, v. 19, n. 1, p. 103-111, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/ZK47NkYwTQv8w6cXcfVqP6S/>. Acesso em: 2 junho. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. **Saúde mental no trabalho**. Brasília: Ed. Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/>. Acesso em: 17 out. 2023.

BRONCKART, J.-P. **Atividade de linguagem, textos e discursos**. Por um interacionismo sócio-discursivo. São Paulo: Educ, 1997[1999].

BRONCKART, J.-P. **Atividade de linguagem, textos e discursos**: por um interacionismo sociodiscursivo. Tradução de Anna Rachell Macho e Péricles Cunha. 2. ed. São Paulo: EDUC, 2009.

BULEA, E. **Linguagem e efeitos desenvolvimentais da interpretação da atividade**. Tradução de Eulália Vera Lúcia Fraga Leurquin e Lena Lúcia Espinola Rodrigues Figueirêdo. Campinas: Mercado de Letras, 2010.

CANÁRIO, R. **A escola tem futuro? Das promessas às incertezas**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

CARDOSO, A. C. M.. O tempo de trabalho na sociedade contemporânea. In: MARTINS, H. H. T. de S.; COLLADO, P. A. (Org.). **Trabalho e sindicalismo no Brasil e na Argentina**. São Paulo: Hucitec, 2012.

CARLOTTO, M. S. **A síndrome de Burnout e o trabalho docente**. Psicologia em Estudo, v. 7, n.1. 2002.

CLOT, Yves. **A função psicológica do trabalho**. Trad. Adail Sobral. Petrópolis: Vozes, 1999[2006].

CODO, W. *et al.* **Indivíduo, trabalho e sofrimento**: uma abordagem interdisciplinar. Petrópolis, RJ: Vozes, 1993.

CODO, W. (Org.). **Educação**: carinho e trabalho. Petrópolis: Vozes, 1999.

CRESWELL, J. W.; CLARK, V. L. P. **Designing and conducting mixed methods research**. 3. ed. Thousand Oaks: Sage Publications, 2018.

CRESWELL, J. W. **30 essential skills for the qualitative researcher**. Thousand Oaks, CA: Sage, 2015.

DAMÁSIO, A. R. **O Mistério da Consciência**: do corpo e das emoções ao conhecimento de si; Tradução: Laura Teixeira Motta; revisão técnica Luiz Henrique Martins Castro. – São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

DEJOURS, C. **Uma nova visão do sofrimento humano nas organizações. O indivíduo na organização**: dimensões esquecidas. São Paulo: Atlas, 1993.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. 5. ed. São Paulo: Cortez, 1992.

DEJOURS. **Psicodinâmica do Trabalho**: contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho” São Paulo: Atlas, 1994.

DEJOURS. **A loucura do trabalho**: estudo de Psicopatologia do Trabalho. São Paulo: Cortez, 1998.

DELORS, J. **Educação um tesouro a descobrir. Relatório para a Unesco da Comissão Internacional sobre a Educação para o Século XXI**. 6. ed. Tradução José Carlos Eufrásio. São Paulo: Cortez, 2001.

DEMO, Pedro. E. **Questões para a teleeducação**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

ESTEVE, J. M. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. São Paulo: EDUSC, 1999.

ESTEVE, J. M. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. Bauru: EDUSC, 1987.

FACCI, M. G. D.; URT, S. C.; BARROS, A. T. F. **Professor readaptado: a precarização do trabalho docente e o adoecimento. Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 22, nº 2, p. 281-290, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/Fp3LN9tv4Ym9QfpV8dfGyLS/>. Acesso em: 7 jul. 2023.

FACCI, M. G. D. Valorização ou esvaziamento do trabalho do professor? Um estudo crítico-comparativo da teoria do professor reflexivo, do construtivismo e da psicologia vigotskiana. Campinas: Autores Associados, 2004. (**Coleção Formação de Professores**).

FERNÁNDEZ-RÍOS, L. Interdisciplinarietà en la construcción del conocimiento: ¿Más allá de Bolonia? **INNOVACIÓN EDUCATIVA**, n.º 20, 2010: pp. 157-166.

FONSECA, A.F. **Psiquiatria e Psicopatologia**. Lisboa: Fundação Calouste Goulbenkian, 1985.

FROTA, D. L.. **Saúde do professor: um estudo sobre o adoecimento no trabalho a partir do olhar docente**. 2019. 117f. - Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Ceará, Programa de Pós-graduação em Educação, Fortaleza (CE), 2019.

GASPARIN, João Luiz. **Uma Didática para a Pedagogia Histórico-crítica**. 4. ed. ver. e ampl. Campinas: Autores Associados, 2007.

HARGREAVES, A. **Os Professores em Tempos de Mudança**. Alfragide: McGraw-Hill, 1998.

HELOANI, R.; LANCMAN, S.; Psicodinâmica do trabalho: o método clínico de intervenção e investigação. **Revista Produção**, v. 14, n. 3, p. 077-086, Set./Dez. 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prod/a/M58nPPdTHKLhT7pGqGzwmGZG/>. Acesso em: 15 jan. 2023.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Metodologia científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

LANCMAN, S.; SZNELWAR, L. (Orgs) **Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho**, Brasília/Rio de Janeiro: Paralelo 15/Fiocruz, 2004.

LANDINI, S. R.. Professor, trabalho e saúde: as políticas educacionais, a materialidade histórica e as consequências para a saúde do trabalhador-professor. **Colloquium Humanarum**. ISSN: 1809-8207, 4(1), 08-21, 2008. Disponível em: <http://revistas.unoeste.br/index.php/ch/article/view/222>. Acesso em: 22 de maio 2022.

LAPO, F.R. **Dos bancos escolares à cadeira da professora**. In: BUENO, B.O.; CATANI, D.B.; SOUZA, C.P. (Org) A vida e ofício dos professores: formação contínua, autobiografia e pesquisa em colaboração. São Paulo, São Paulo: **ESCRITURAS**, 2003, p.119–127.

LE GUILLANT, L. **Quelle psychiatrie pour notre société?**, Paris: Érès, 1984. Disponível em: <http://cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/253>. Acesso em: 20 jun. 2021.

LEWIN, K. **Problemas de dinâmica de grupo**. São Paulo: Cultrix, 1978.

LURIA, A. R. O desenvolvimento da escrita na criança. In: Vigotskii, L. S.; Luria, A. R.; Leontiev, A. N., **Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem** (16ª. ed., pp. 143-189). São Paulo: Ícone, 2018.

MACHADO, A. R. Por uma concepção ampliada do trabalho do professor. In: GUIMARÃES, A. M.; MACHADO, A. R.; COUTINHO, A. (Orgs.) O interacionismo sociodiscursivo: questões epistemológicas e metodológicas. Campinas: Mercado de Letras, 2007. (**Coleção idéias sobre linguagem**).

MELEIRO, A. M. A. S. O stress do professor. In: LIPP, M. E. N. (Org.). **O stress do professor**. Campinas: Papirus, 2002. p. 11-27.

MORAN, J.M.; MASETTO, M.T.; BEHRENS, M.A. **Novas Tecnologias e mediação pedagógica**. 21ª edição revisada e atualizada. Págs.12, 31 e 53 – Campinas, SP: Papirus, 2013.

MORIN, E. **Atividade de linguagem, textos e discursos**: por um interacionismo sócio-discursivo. São Paulo: EDUC, 1999.

MORIN, E. **Ciência com consciência**: Ed. Revista e modificada pelo autor. Tradução de Maria D. Alexandre e Maria Alice Sampaio Dória. 8. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2005. 350

MORIN, E. **Introdução ao pensamento complexo**. Tradução de Eliane Lisboa. Porto Alegre: Sulina, 2015.

MORIN, E. **Os sete saberes necessários à educação do futuro**. São Paulo: Cortez, 2011.

MORIN, E. **Reinventar a educação**: abrir caminhos para a metamorfose da humanidade. São Paulo : Palas Athena , 2016.

MORIN, E. **Introdução ao pensamento complexo**. Lisboa: Instituto Piaget, 1991.

MORIN, E.. Epistemologia da complexidade. In: SCHNITMAN, D. F. (Org.). **Novos paradigmas, cultura e subjetividade**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996b, p. 274-289.

MORIN, E. **A cabeça bem-feita**: repensar a reforma, reformar o pensamento. Tradução de Eloá Jacobina. 9. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2004.

MOURA, A. A. V. **Desdobramentos da crise estrutural do capital no trabalho docente: a intensificação e o adoecimento**. 234 f., il. Tese (Doutorado em Educação). Universidade de Brasília, Brasília, 2018.

OLIVEIRA, E. C. de; SANTOS, V. M. dos. Adoecimento mental docente em tempos de pandemia. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, PR, v.7, n.4, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação Internacional de Doenças e de Problemas Relacionados a Saúde**. 10. revisão. Centro Colaborador da OMS para a Classificação de Doenças em Português (Centro Brasileiro de Classificação de Doenças) - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo/Organização Mundial de Saúde (OMS)/Organização Pan-Americana de Saúde, 1993.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Genebra: OMS, 2022. [citado 17 de junho de 2022]. Disponível em: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: nov. 2022.

PAULA, M. C. A. de. **Leitura e escrita como atividades mediadoras e interdisciplinares na formação de jovens do ensino médio**. 350f. Dissertação. Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento. Universidade Estadual do Paraná, Campus de Campo Mourão. Campo Mourão, 2021. 334f.

REINHOLD, H. H.. O Burnout. In M. N. Lipp (Org.), **O stress do professor** (pp. 63-80). Campinas, SP: Papirus, 2012.

ROBALINO, M. A saúde e o trabalho na educação da América Latina. **Revista Retratos da Escola**, Brasília, v. 6, n. 11, p. 315-326, jul./dez. 2012. Disponível em: <http://www.esforce.org.br>. Acesso em: 7 set. 2023.

ROJO, Roxane; R.; MOURA, Eduardo de.(Org.). **Multiletramentos na escola**. São Paulo: Parábola Editorial, 2012.

ROMANOWSKI, J. P.; ENS, R. T. As pesquisas denominadas do tipo “estado da arte” em educação. **Diálogo Educação**, Curitiba, v. 6, n. 19, p. 37- 50, 2006. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/dialogoeducacional/article/view/24176/22872> . Acesso em: 20 jun. 2023.

SANTOS, M. **Por uma Geografia nova**: da crítica da Geografia a uma Geografia Crítica. 6. ed. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2012.

SANTOS, I. S. dos. Dificuldades em ensinar/aprender cartografia nas séries iniciais: desafios na formação do professor/pedagogo. **Revista Metáfora Educacional** (ISSN 1809-2705) – versão online, n. 13 (jul. – dez. 2012), Feira de Santana – BA (Brasil), dez./2012. 2012.

SILVA, V. L. **Condições de trabalho, presenteísmo e absenteísmo em professores da rede pública**. Monografia. (Doutorado em Saúde Pública), Universidade Federal de São Paulo e Universidade Federal do Acre, São Paulo, 2017.

SILVA. **O Adoecimento do Professor de ensino básico frente ao cenário de readaptação docente no Município de Niterói – RJ**. Ano: 2019. Autora: Viviane Pereira Silva. Orientação: Fernando Oliveira Vieira (UFF). Membro: Liliam Deisy Ghizoni (UFT).

SILVA, S. M. G. da. **Adoecimento dos Professores em Atividade Laboral da Rede Pública Municipal de Ensino de Quixadá-Ceará**. 2021. 128 f. Dissertação (Mestrado Acadêmico ou Profissional em 2021) - Universidade Estadual do Ceará, Limoeiro do Norte, 2021. Disponível em: <http://siduece.uece.br/siduece/trabalhoAcademicoPublico.jsf?id=101005>. Acesso em: 19 mar. 2024.

SILVA, E. R. da; SANTOS, T. P. dos. **O ensino remoto e o trabalho docente em tempos de pandemia**: uma análise crítica. Travessias, Cascavel, v. 15, n. 3, p. 71–82, set./de. 2021.

Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/travessias/article/view/27632> . Acesso em: 5 set. 2021.

SILVA, J. L. L.; *et al.* Prevalencia del síndrome de burnout entre profesores de la escuela estatal en Niterói, Brasil. **Revista Enfermeria Actual**, edición semestral, v. 34, 2017. Disponível em: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/enfermeria/article/view/30262> . Acesso em: 14 agos. 2023.

SILVA, L. O.; MATA, M. da; VAZ, L. R.. Violência, criminalidade e transgressão disciplinar na escola. **Cadernos da Fucamp**, v.16, n.25, p.92-110/2017.

SILVA, N. R.; BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. Burnout e depressão em professores do Ensino Fundamental: um estudo correlacional. **Revista Brasileira de Educação**, v. 23, e230048, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/rbedu/a/jRq5tQN8ybDDg4BQ73mqVrx/> . Acesso em: 28 nov.2023.

SILVA, V. A.; COIMBRA, A. K. S.; YOKOMISO, C. T. Saúde dos professores do Ensino Fundamental da rede pública e a construção dos espaços psíquicos compartilhados. **Vínculo**, v. 14, nº 25, p. 58-69, 2017. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/vinculo/v14n2/v14n2a08.pdf>. Acesso em: 2 set. 2023.

SOARES, M. **Novas práticas de leitura e escrita: letramento na cibercultura**. Educação e Sociedade: Campinas, vol.23, n.81, p.143-160, dez. 2002.

SONTAG, A. As Metodologias Ativas s como prática pedagógica no Ensino Médio. 112f. **Dissertação** (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento, Universidade Estadual do Paraná, *Campus* de Campo Mourão, Campo Mourão, 2024.

SOUZA, E. M. R.; COUTINHO, D. J. G. Adoecimento das professoras das primeiras letras em Olinda: sintomas, queixas e diagnósticos. **Educação em Revista**, Belo Horizonte, v. 34, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/vDPfn7YJRxr4NBK5Cw7kxqc/> . Acesso em: 22 set. 2023.

TARDIF, M.; LESSARD, C. **O trabalho docente: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas**. Petrópolis: Vozes, 2005.

TARDIF, M.; LESSARD, C. **O trabalho docente: elementos para uma teoria da docência** THOMPSON, E. P. **A formação da classe operária inglesa: a árvore da liberdade**. 3. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997. p. 9-14.

TOGNATO, M. I. R. A **(re)construção do trabalho do professor de inglês pela linguagem**. Tese (Doutorado). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC), São Paulo, 2009. 331 p.

TOSTES, M. V.; ALBUQUERQUE, G. S. C.; SILVA, M. J. S; PETTERLE, R. R. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, nº 116, p. 87-99, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/wjgHn3PzTfsT5mQ4K8JcPbd/> . Acesso em: 29 set. 2023.

TRIPP, D.. Action research: a methodological introduction. Murdoch University. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, 2005. v. 31, n. 3, p. 446

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em Ciências Sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. 1. ed. São Paulo: Atlas, 2012.



VASCONCELOS, E. M. **Complexidade e pesquisa interdisciplinar.** Epistemologia e metodologia operativa. Petrópolis: Vozes, 2002.

VILELA, E. F.; GARCIA, F. C.; VIEIRA, A. Vivências de prazer-sofrimento no trabalho do professor universitário: estudo de caso em uma instituição pública. **REAd Revista Eletrônica de Administração**, 19 (2), 2013, 517-540. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/read/a/XwhpB4h3LZzxyNpJm3wWrDK/> . Acesso em: 15 dez. 2023.





**BIOGRAFIA
DAS AUTORAS**



Clarice Bomdaruk

É graduada em Letras - Espanhol pela Faculdade de Jandaia do Sul-PR, especialista em Literatura e as Múltiplas Linguagens na Educação Básica e em Desenvolvimento Educacional (PDE), mestra em Sociedade e Desenvolvimento pela Universidade Estadual do Paraná, Unespar, *Campus* de Campo Mourão-PR. Tem atuado como Professora do Quadro Próprio do Magistério (QPM), no Colégio Estadual São Judas Tadeu, de Quinta do Sol-PR, pela rede estadual de ensino. Sua obra revela os desafios enfrentados pelos professores e os impactos disso na saúde mental docente. A obra oferece reflexões sobre a valorização do trabalho docente e a superação dos desafios.



Maria Izabel Rodrigues Tognato

É graduada em Letras Anglo-Portuguesas (Faculdade Estadual de Ciências e Letras de Campo Mourão-PR – FECILCAM), especialista em (Universidade Estadual de Londrina – UEL-PR), doutora em Linguística Aplicada e Estudos da Linguagem (LAEL – PUC/SP) e pós-doutora (UNIGE – Université de Genève – FAPSE – Faculdade de Psicologia e das Ciências da Educação). É professora associada na Unespar – *Campus* de Campo Mourão-PR e docente permanente no Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD). Sua obra defende a saúde mental docente para o trabalho digno.

A saúde mental docente enfrenta desafios crescentes em meio à intensificação e precarização do trabalho na Educação Básica. Neste livro, Clarice Bomdaruk e Maria Izabel Rodrigues Tognato entrelaçam a experiência pessoal de adoecimento psíquico de Clarice, com uma análise crítica e interdisciplinar sobre o sofrimento e a resistência aos desafios da docência. Amparadas pela perspectiva da pesquisa interdisciplinar, vinculada à Teoria da Complexidade, as autoras revelam fatores que impactam no bem-estar dos professores e compartilham resultados de sua pesquisa com docentes da rede pública estadual de ensino do Paraná, tanto no âmbito do mestrado, quanto da formação no PDE. A obra apresenta a implementação de ações após a pesquisa do mestrado, construídas a partir das percepções/sugestões dos professores obtidas naquele contexto. Por meio de oficinas de escuta, rodas de conversa e ações formativas, o livro apresenta caminhos concretos para cuidar de quem cuida, promovendo reflexão, acolhimento e valorização do trabalho docente. Mais do que diagnosticar problemas, este livro inspira mudanças e convida à construção coletiva e colaborativa de práticas que transformem a realidade educacional. Uma leitura essencial para educadores, gestores e todos que acreditam que cuidar da saúde mental na escola é cuidar do futuro da educação.

