

UM OLHAR PARA A SAÚDE MENTAL DO PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO

Luana Mara Pinheiro Almeida¹; Erislene Rayanne Moreira Cruz¹;
Maria Benedita Yane Machado¹; Cândida Maria Farias Câmara²

¹Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá.
E-mail: luana.mara_almeida@hotmail.com; erislenerayanne@hotmail.com;
mariabenedyta@hotmail.com

²Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá.
E-mail: candidacamara@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

Da escola surgem diversas demandas, sobretudo quando esse ambiente está cercado por situações de vulnerabilidade. Situações estas que questionam sobre o papel do professor e sua relação com o trabalho. Este trabalho objetiva relatar a experiência sobre a escuta informal realizada com professores da rede pública de ensino, sendo produto do estágio extracurricular em Psicologia Educacional. Foi realizado na Escola de Ensino Fundamental II Rachel de Queiroz, localizada no Distrito Educacional Residencial Rachel de Queiroz, na cidade de Quixadá, Ceará durante o período de agosto a setembro de 2019. Realizaram-se escutas durante a execução das atividades na escola que aconteceram nos próprios círculos de construção de paz e outras foram realizadas na sala dos professores. A prática realizada se deu pela iniciativa dos professores de falarem sobre os problemas enfrentados na escola como forma de desabafo, visto que, o objetivo do estágio é realizar um trabalho com os alunos. Por meio das atividades realizadas pelos estagiários com os alunos, foi possível atingir alguns professores que participavam das atividades propostas. É evidente a necessidade de desenvolver metodologias que abranjam não somente o cuidado e a escuta com alunos, mas que haja uma extensão desse cuidado aos profissionais. A escuta dos profissionais, bem como a realização de atividades que viabilizem a fala desses sujeitos, poderão facilitar o entendimento a respeito das percepções e realidade dos que estão inseridos em uma comunidade periférica para fazer emergir questões importantes voltadas não somente à saúde mental, mas também a questões sociais.

Palavras-chave: Saúde Mental. Professor. Escuta. Psicologia Educacional.

INTRODUÇÃO

No dia a dia escolar o professor assume inúmeras responsabilidades e enfrenta diversos desafios. Dessa forma, o profissional da educação constitui-se como um sujeito mais suscetível a apresentar sofrimento psíquico, seja por estresse, acúmulo de trabalho ou por problemas relacionados à escola e alunos (TOSTES *et al.*, 2018).

Reis *et al.* (2005) salientam que isso acontece porque a classe de docentes está exposta constantemente a ambientes com conflitos e com um alto índice de exigências no trabalho que repercutem não só na escola e, por isso, o professor acaba levando trabalho para casa. Fora isso, ainda há ocorrências voltadas aos problemas com alunos que muitas vezes causam desgastes físico e emocional. Situações como essas interferem diretamente no desempenho profissional do sujeito e em sua saúde mental.

Foram realizadas escutas no período de agosto e setembro de 2019 na Escola de Ensino Fundamental II Rachel de Queiroz, que pertence ao Distrito Educacional do bairro Residencial Rachel de Queiroz na cidade de Quixadá, Ceará, com alguns professores da referida escola. A

escuta possibilitou o acesso não somente às demandas trazidas e evidenciadas pelos alunos, mas também aos anseios advindos dos profissionais que se sentem pressionados e por vezes demonstram alto nível de estresse por conta da realidade presente no Distrito Educacional. Essas escutas foram realizadas durante a execução das atividades na escola. Algumas aconteceram nos próprios círculos de construção de paz, outras foram realizadas na sala dos professores e pelas galerias da escola.

É importante ressaltar que as escutas foram realizadas por uma iniciativa dos professores de falarem sobre os problemas enfrentados na escola e também como forma de desabafo, visto que o objetivo do estágio extracurricular é realizar um trabalho por meio de uma metodologia de círculos de construção de paz com os alunos. Todavia, por meio do trabalho realizado pelos estagiários com os alunos, foi possível atingir alguns professores que participavam das atividades propostas. Torna-se, portanto, evidente que é necessário desenvolver metodologias que abranjam não somente o cuidado e a escuta aos alunos, mas que esse cuidado também se estenda aos profissionais.

Sabe-se que da escola surgem diversas demandas, sobretudo quando esse ambiente está cercado por situações de vulnerabilidade. Situações estas que questionam sobre o papel do professor e sobre sua relação com o trabalho. Portanto, este trabalho tem como objetivo o relato de experiência sobre a escuta não formal realizada com alguns professores da rede pública de ensino, sendo produto do estágio extracurricular em Psicologia Educacional.

METODOLOGIA

Este trabalho é um relato de experiência com uma abordagem qualitativa, exploratória e descritiva. Foi construído por meio de um estudo das temáticas abordadas e pela discussão de artigos disponíveis em plataformas on-line, entre elas a SciELO (Scientific Eletronic Library Online), PEPSIC (Periódicos Eletrônicos de Psicologia) e Google Acadêmico (Google Scholar). Trata-se de um trabalho realizado na Escola de Ensino Fundamental II Rachel de Queiroz, localizada no Distrito Educacional Residencial Rachel de Queiroz, na cidade de Quixadá-Ceará, durante o período de agosto a setembro de 2019.

De acordo com Augusto et, al (2007-2011) A pesquisa de caráter qualitativo consiste em uma abordagem interpretativa do objeto que se estuda, ou seja, o pesquisador estuda o objeto em seu ambiente real, buscando compreender os fenômenos e significá-los de acordo com o que as pessoas lhe conferem (apud DENZIN; LINCOLN, 2006). No que se refere a pesquisa exploratória, trata-se do aprofundamento de conceitos introdutórios, de determinado tema. O principal objetivo de uma pesquisa exploratória é produzir proposições que desencadearão novas pesquisas. A pesquisa de caráter descritivo tem o intuito de informar o pesquisador sobre determinados temas, a fim de estruturar os conceitos sobre um determinado fenômeno (SAMPAIO; PERIN, 2006).

Essa prática se deu em virtude do estágio em Psicologia Educacional ofertado por uma parceria entre a Secretaria da Educação de Quixadá, o Centro Universitário Católica de Quixadá e a Universidade Estadual do Ceará. As atividades realizadas aconteceram em modelos de círculos de construção de paz com o intuito de mediação de conflitos e oportunizar a fala dos sujeitos inseridos na escola. As escutas realizadas com os professores aconteceram de forma espontânea e foram produto do trabalho realizado em sala. Portanto, destaca-se que, o projeto visava assistir de forma cautelosa os alunos, mas acabou também dando assistência aos professores.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um dos temas mais emergentes e curiosamente mais desprestigiados no Brasil é a área da saúde mental. Muito embora seja uma das temáticas que mais exigem dispositivos e recursos dos sistemas de saúde. Também vale destacar que os problemas mentais têm um impacto significativo e podem causar incapacidade no indivíduo (REBOUÇAS; LEGAY; ABELHA, 2007). Gonçalves et al. (2009), salientam que a ausência da saúde mental tem uma significativa e progressista colaboração para o acúmulo de doenças no mundo. Os autores ainda ressaltam que, dessa forma, torna-se inegável a relevância do cuidado e da prevenção da saúde mental para a saúde pública e por isso esse cuidado deve se estender para os demais âmbitos da vida (GONÇALVES et al., 2009).

De acordo com o exposto pela literatura, houve um acréscimo significativo de adoecimento psíquico entre os professores nos últimos anos e esse problema está intimamente relacionado às condições de trabalho desses indivíduos (TOSTES et al., 2018). De acordo com Aguiar e Almeida (2006), em grande maioria, os professores podem ser considerados como profissionais frustrados, sem ânimo e impotentes frente à crise estabelecida na educação. A docência é caracterizada por lutas pela promoção de mudanças importantes no contexto educacional por meio da criação e disseminação de ideias inovadoras, que constituem uma forma diferenciada de ensino. Todavia, no Brasil, a educação ainda demonstra um déficit no que tange à saúde de professores, suas condições de trabalho, capacitação e práxis na rede de ensino público (MARIANO; MUNIZ, 2006).

É válido e de extrema relevância discutir sobre como os aspectos da escola, bem como toda comunidade e realidade escolar influenciam diretamente na saúde mental do professor. Lyra, et al., (2009) afirmam que o sofrimento psíquico traz como característica primordial um mal-estar inespecífico que produz respostas fisiológicas e psicológicas que podem desencadear problemas severos no cotidiano do sujeito, podendo desenvolver-se para um quadro psicopatológico ainda mais grave. Os fatores que desencadeiam sofrimento psíquico de professores são diversos e vão desde as condições de vida e trabalho até os desafios enfrentados pela escola como um todo. Porém, em grande maioria, os estudos revelam que o sofrimento psíquico em professores está fortemente ligado à influência da prática docente (LYRA et al., 2009). No campo educacional observa-se que o professor da rede pública de ensino enfrenta infinitos desafios e muitas vezes sente-se desassistido e solitário em seu ofício de trabalho.

O professor trabalha além da conta porque foi delegado a ele uma função que vai muito além de suas obrigações. Ou seja, sua missão passa a ser também a garantia da articulação entre a escola e a comunidade (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005). Quando inserido em um contexto de vulnerabilidade e extrema violência, que é o caso da referida escola, essa sobrecarga estende-se ainda mais acentuando seu sofrimento.

No Distrito Educacional em questão acontecem constantemente homicídios e é comum alunos e seus familiares estejam envolvidos, seja como vítimas ou como causadores de violência. A escola já teve muitos materiais roubados por pessoas da própria comunidade e é nítido o receio que os professores tem em repreender ou até mesmo impor regras a alguns alunos em virtude do alto índice de violência existente no bairro.

A grande maioria dos alunos da escola passam por conflitos familiares, problemas sociais e econômicos e além disso a realidade das drogas e da criminalidade é frequente entre eles. Dessa forma, fica claro que os professores têm dificuldades não só pela distância do bairro, ou por alunos que tem dificuldade na aprendizagem, mas também pelo fato de não saberem como lidar e não terem orientação necessária para esse tipo de situação. Durante os dias de estágio, foram trabalhadas questões emergentes e causadoras de conflito como, por exemplo, o desrespeito e a violência. Alunos e professores confessavam estarem extremamente

incomodados com a forma que as relações entre eles se davam na escola. Uma das professoras relatou sobre estar doente e não querer ir trabalhar, pois, ao chegar em casa da jornada de trabalho, sentia-se ainda mais doente.

As escutas grupais no estágio foram realizadas por meio de círculos de construção de paz, que visa desenvolver práticas restaurativas por meio da escuta ativa entre todas as partes e a promoção do diálogo entre elas. Durante a execução dos círculos de construção de paz na escola do Distrito Educacional Rachel de Queiroz, foi possível ouvir relatos sobre desestímulo e desânimo não só de alunos, mas também dos professores. Alguns relatam que o fato de a escola estar localizada em um bairro distante de suas casas, existir altos índices de violência e o fato de terem sido transferidos para essa nova escola, são os principais causadores desse mal-estar. De acordo com a observação, percebe-se necessário um suporte maior das gestões frente a essa realidade, pois como afirma Maslow (1954, [1962], apud Witter, 2003), é de extrema importância garantir conjunturas encorajantes a fim de assegurar a estabilidade do estresse, mantendo-o em um nível adequado para um bom desempenho do profissional.

Vale ressaltar que proporcionar a escuta na escola e, sobretudo, dos professores e dar atenção às suas angústias, torna o processo de conscientização e de promoção de saúde mental ainda mais importante, pois é nítida a necessidade de fala do ser humano e, por isso, ele necessita expressar suas opiniões, anseios e sentimentos. Porém, no ambiente escolar, esse espaço de fala, geralmente é limitado ou nem existe (ELIAS; VERAS, 2008). Em alguns momentos durante as atividades realizadas éramos indagados pelos professores sobre quando a realidade da escola mudaria, sobre quando iríamos novamente nas salas para oportunizar momentos de escuta entre professores e alunos e sobre suas dificuldades e desencorajamento frente as realidades educacionais daquele Distrito. Também era comum que os profissionais nos colocassem em posição de suposto saber, detentores do conhecimento e pessoas capazes de mudar a realidade daquele lugar em um piscar de olhos.

Todavia, o trabalho foi pautado nos seus objetivos que era de atender primordialmente a demandas dos alunos, no respeito às histórias de vida trazidas, na escuta qualificada, mas, estendeu-se também a ouvir atentamente os professores e suas angústias a fim de amenizar o sofrimento causado pelos eventos estressores nesse ambiente.

CONCLUSÕES

Por meio da inserção da Psicologia na escola é possível observar o surgimento de diversas demandas trazidas por alunos e professores, o que nos leva a refletir sobre a importância de dialogar sobre prevenção e promoção de saúde mental no âmbito escolar como forma de manejar as demandas que aí surgem. Acredita-se que a escuta dos profissionais da educação, bem como a realização de atividades que viabilizem a fala desses sujeitos, poderão facilitar o entendimento a respeito das percepções e realidade que eles enfrentam inseridos em uma comunidade com altos índices de vulnerabilidade social. Desse modo, se possibilitará emergir questões importantes que dizem respeito não só à saúde mental, mas também a questões sociais.

AGRADECIMENTOS

Item opcional. Deve expressar os agradecimentos ao órgão que concedeu a bolsa, às instituições e às pessoas que contribuíram para o desenvolvimento da pesquisa (exceto o professor orientador) seja em forma de apoio financeiro, de infraestrutura ou científico. **Não deve exceder 100 (cem) palavras.**

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, R. M. R. ALMEIDA, S. F. C de. Professores sob pressão: sofrimento e mal-estar na educação: Sofrimento psíquico de professores: uma leitura psicanalítica do mal-estar na educação. 2006. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Universidade Católica de Brasília, 2006. Disponível em:
<http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?pid=MSC0000000032006000100063&script=sci_arttext&tlng=pt>. Acesso em: 27 set. 2019.
- AUGUSTO, A. C. et al. Pesquisa Qualitativa: rigor metodológico no tratamento da teoria dos custos de transação em artigos apresentados nos congressos da Sober (2007-2011). Revista de Economia e Sociologia Rural, Brasília, n. 4, v. 51, p. 745-764, dez, 2013 Disponível em:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-20032013000400007&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 11 out. 2019.
- ELIAS, G. G. P. VERAS, M. O. Psicologia Escolar: Abrindo Espaço para a Fala, a Escuta e o Desenvolvimento Interpessoal. Revista da Abordagem Gestáltica. Goiânia, v. 14, n. 2, p. 182-189, jul/dez, 2008. Disponível em:
<<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v14n2/v14n2a05.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2019.
- GONÇALVES, R. J. et al. Quem “Liga” para o Psiquismo na Escola Médica? A Experiência da Liga de Saúde Mental da FMB – Unesp. Revista Brasileira De Educação Médica, Rio de Janeiro, v. 33, n. 2, p. 298-306, jun. 2009. Disponível em:
<<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v33n2/19>>. Acesso em: 28 set. 2019.
- LYRA, G. F. D. et al. A relação entre professores com sofrimento psíquico e crianças escolares com problemas de comportamento. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 435-444, abr. 2009. Disponível em:
<<https://www.scielosp.org/pdf/csc/2009.v14n2/435-444/pt>>. Acesso em: 28 set. 2019.
- MARIANO, S. S. M. PORDEUS, M. H. Trabalho docente e saúde: o caso dos professores da segunda fase do ensino fundamental. Estudos e Pesquisas em Psicologia, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, jan./jun. 2006. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844611008.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2019.
- REBOUÇAS, D. LEGAY, F. L. ABELHA, L. Satisfação com o trabalho e impacto causado nos profissionais de serviço de saúde mental. Revista Saúde Pública, São Paulo, v. 41, n. 2, p. 244-250, abr. 2007. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/pdf/rsp/2007.v41n2/244-250/pt>>. Acesso em: 28 set. 2019.
- REIS, E. J. F. B. et al. Trabalho e distúrbios psíquicos em professores da rede municipal de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, n. 21 v. 5, p. 1480-1490, set./out. 2005. Disponível em:
<<https://www.scielosp.org/pdf/csp/2005.v21n5/1480-1490/pt>>. Acesso em: 27 set. 2019.
- SAMPAIO, H. C. PERIN, G. M. Pesquisa científica da área de marketing: uma revisão histórica. Revista de Administração Contemporânea, Curitiba, n. 2, v. 10, p. 179-202, Jun 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-65552006000200010&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 11 out. 2019.

TOSTE, M. V. et al. Sofrimento mental de professores do ensino público. Saúde Debate, Rio de Janeiro, v. 42, n. 116, p. 87-99, jan./mar. 2018. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sdeb/v42n116/0103-1104-sdeb-42-116-0087.pdf>>. Acesso em 27 set. 2019.

WITTER, P. G. Professor-estresse: análise de produção científica. Psicologia Escolar Educacional, Campinas, v. 7, n. 1, p. 33-46, jun. 2003. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572003000100004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 28 set. 2019.