



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM PSICOLOGIA ESCOLAR

Ana Rosa Rolim de Oliveira¹, Danielly Belchior Rodrigues¹, Amanda Raylla da Silva Melo¹,
Jônatas Kleyton de Oliveira¹, Elianne Madza de Almeida Cunha-Prado²

¹Graduandos em Psicologia pela Universidade Estadual da Paraíba – UEPB; ²Docente do curso de Psicologia na
Faculdade Maurício de Nassau – FMN-CG

Resumo

O presente artigo aborda uma experiência em psicologia educacional/ escolar realizada com educadores de escola pública de ensino fundamental I na cidade de Campina Grande – Paraíba. Trata-se de uma atividade e prática do componente curricular de Psicologia e Educação do curso de Psicologia na Universidade Estadual da Paraíba. Os encontros tiveram como objetivo discutir e vivenciar temas em Educação em Saúde Mental com os participantes, abrindo espaço de discussão sobre a prática da profissão e sobre suas vivências e condições de trabalho, buscando socializar experiências e refletir seu papel como professor. Foram realizados cinco encontros no espaço da escola, os quais abordaram os temas relacionados às problemáticas, desejos e experiências dos participantes, utilizando rodas de conversa e dinâmicas como potencializadores da discussão, criando um espaço privilegiado de escuta para esses profissionais. Foi possível notar ao final das intervenções que o quadro de excesso de tarefas burocráticas, falta de autonomia e infraestrutura do ambiente escolar, relações conflitantes com os familiares dos alunos, assim como com os próprios alunos e especialmente a baixa remuneração e reconhecimento da profissão são elementos que causam frustração e uma baixa autoestima e motivação com o trabalho educacional. Alguns entraves dificultaram o pleno alcance dos objetivos iniciais, entre esses se entende que a quantidade limitada de encontros e o curto espaço de tempo foram agravantes, mas ainda assim, possibilitou-se a reflexão sobre a prática diária, a empatia pela experiência do colega de profissão e instituição e a troca de ideias e experiências entre os participantes, além da descarga emocional de afetos oriundos do cotidiano escolar.

Palavras-chave: Saúde mental, Educadores, Psicologia Escolar.

INTRODUÇÃO

A escola pode propiciar ao psicólogo uma gama diversa de assuntos e temas a serem contemplados e um deles é a Saúde Mental na escola, podendo ter diversos direcionamentos e abordagens de forma a gerar uma discussão rica. A discussão desse tema em uma intervenção com rodas de conversa possibilita aos participantes um raro espaço de reflexão sobre as situações diárias que lhes causam sofrimento. Pensando nisso, ao formular nossa proposta de intervenção, escolhemos como público-alvo os professores de uma escola.



A proposta inicial da intervenção seria conversar com os professores sobre Saúde Mental direcionada à prática em sala de aula, de modo a conversar sobre o conhecimento que os professores tinham sobre problemas de aprendizagem no cotidiano da sala de aula, porém notamos que essa não era a demanda que os participantes traziam, portanto o foco se modificou para ser sobre a saúde mental dos próprios professores participantes e o objetivo principal passou a ser a discussão sobre a profissão e as experiências desses profissionais como educadores.

Percebemos durante a sondagem que os professores tinham diversas queixas sobre sua relação com os pais e os alunos, as condições de trabalho que eles enfrentavam, a quantidade de crianças nas salas de aula e a falta de recursos pedagógicos, além do medo da violência que ocorria na comunidade escolar. Segundo Lapo (2003), para que um trabalho seja feito de modo satisfatório é necessário que o profissional crie vínculos, seja com os colegas, a instituição, instrumentos ou organizações e, em quando esse vínculo não é criado, ou quando ele se enfraquece, ocorre o enfrentamento entre expectativas e realidade, gerando frustrações. A partir disso, depende do sujeito, nesse caso o professor, se mobilizar de modo a tornar sua realidade o mais próximo possível das expectativas.

Durante os encontros foi possível notar que todos os participantes tinham algum grau de desmotivação e apatia em relação ao seu papel de educador, muitos deles têm mais de duas décadas de trabalho no município e a ausência de mudanças positivas – além da recorrência dos mesmos problemas sem soluções – gerou inconformismo sobre as condições trabalhistas. Aliado a isso, a violência presente na comunidade, as diversas situações de desvalorização e humilhações que esses profissionais sofrem nos estimulou a propiciar o espaço necessário para que eles pudessem compartilhar essas experiências uns com os outros, gerando reflexão e fortalecendo os vínculos entre eles, como colegas.

METODOLOGIA

Participaram dos encontros um total de 6 (seis) professores: as professoras das turmas do 1º ao 5º ano e um professor de educação física, com mediação de 4 (quatro) estudantes de psicologia. Os encontros foram realizados inicialmente na sala de leitura da escola e os dois últimos foram realizados no pátio, com duração média de uma hora cada. Foram utilizadas rodas de conversa em todos os encontros de modo a facilitar a troca de ideias e experiências entre os profissionais, compartilhando relatos que se



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

mostraram comuns entre eles e buscando falar sobre suas condições de trabalho.

Os temas foram escolhidos pelos mediadores de acordo com a demanda identificada em cada encontro, baseando-se nas situações relatadas e nos discursos mais relevantes ou que apareciam com maior frequência, entre eles a desvalorização da profissão, a falta de comunicação e respeito dos pais das crianças, diversos tipos de violência aos quais os alunos estavam expostos e as dificuldades e exigências que eles encaram em sala de aula, em relação aos recursos disponíveis e o papel deles como educadores.

Utilizamos música como recurso midiático e algumas dinâmicas de relaxamento e também de reflexão. No encontro encerramento foi sugerida uma atividade de participação mais ativa pelos participantes: a composição de uma breve cena teatral em que eles expusessem uma situação-problema recorrente no contexto escolar e apontassem uma solução.

ASPECTOS CONCEITUAIS DA ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO CAMPO DA EDUCAÇÃO ESCOLAR

A trajetória do psicólogo brasileiro no contexto escolar é caracterizada por desafios e dificuldades que o mesmo enfrenta no exercício de sua profissão. Um dos aspectos mais desafiadores da educação contemporânea é a grande exigência de uma abordagem educacional contextualizada com a realidade vivenciada pelos alunos e suas famílias, abordagem esta que não deve atender às demandas partindo de um referencial de “normalidade”, mas da relativização das experiências sociais.

A inclusão do psicólogo em diversos espaços, a participação em projetos pedagógicos, e a colaboração na construção de Políticas Públicas na Educação ou de outras políticas intersetoriais, deve estar norteada por esses princípios. Princípios esses que precisam ser tratados de maneira delicada, pois são eles que fornecem um aprofundamento nas discussões sobre a política educacional atual.

Para tanto, faz-se necessário compreender quais são os desafios para o psicólogo no campo da educação escolar, como retrata Souza e Rocha (2008):

A luta do psicólogo, então, é a de sustentar um campo de indagações que dê tempo para que os educadores possam se deslocar também dos seus lugares marcados de quem sabe, de quem está impotente, de quem já



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

desistiu, contribuindo para a produção de novas perguntas que coloquem em foco às relações entre “um” e “outro”, tirando de cena a exclusividade dos corpos “em si” em situação de isolamento – que paralisa o trabalho –, para poder perguntar sobre as situações, as circunstâncias, os valores, as práticas que constroem o cotidiano – que movimenta o trabalho (SOUZA e ROCHA, 2008, p. 40).

Nessa crítica, podemos notar quão árdua é a luta do psicólogo em estabelecer o seu papel na escola, já que para muitos ele não passa de um “especialista que faz mágica”, e isso dificulta quando se faz necessário construir um vínculo com os demais membros. Então, como fazer o deslocamento desse lugar que já é demarcado para o psicólogo escolar? Como lidar com as tradições já existentes em cada instituição? Questões como essas estão cada vez mais presentes no dia-a-dia desse profissional.

O trabalho na escola, ou nas demais instituições onde o psicólogo educacional e escolar pode estar inserido precisa de atenção e cuidado, não só para o seu bem-estar, mas um bom funcionamento do seu trabalho. A participação da Psicologia nessa discussão é de suma importância, pois o sistema escolar contemporâneo passa por diversas mudanças, e se houver um apoio à situação vigente tenderá a continuar a mesma configuração. Contudo, os desafios surgem por vários ângulos, mas as soluções para os mesmos podem seguir da mesma forma, como frisa o Conselho Federal de Psicologia - CFP (2013):

A Psicologia Escolar teceu e ainda tece várias críticas a determinados fazeres e conhecimentos que se distanciam de uma visão crítica sobre a ação da Psicologia no campo da Educação. Mas podemos afirmar que hoje temos um conjunto de pesquisas e de práticas, a partir da Psicologia Escolar e Educacional, e de conhecimentos que poderão contribuir na melhoria da qualidade da escola brasileira (CFP, 2013, p. 70).

Diante desta, e das demandas e desafios anteriormente tratados, debater o trabalho desenvolvido por psicólogos em escolas torna-se imprescindível, principalmente quando se aborda temáticas como saúde mental, educação inclusiva, educação especial, saúde e assistência social, dentre tantas outras.

SAÚDE MENTAL NA ESCOLA

Diversos estudos têm apontado a escola como um lugar privilegiado para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

promoção da saúde mental para as crianças e adolescentes. Sabe-se que a escola desempenha um papel educacional e norteador na formação dos indivíduos, de promover a educação tanto cognitiva quanto emocional, de desenvolver a cidadania e responsabilidade social e de incentivar hábitos saudáveis de vida. No Brasil, a saúde passou ser contemplada, discutida e promovida nas escolas como um tema transversal, a partir da Lei Diretrizes e Bases da Educação Nacional (nº9.394), e da construção dos Parâmetros Curriculares Nacionais. Nesse sentido, os princípios de promoção da saúde nas escolas estão de acordo com a referenciada pela Organização Mundial de Saúde (OMS), e buscam a integração dos profissionais de saúde, educação, família, alunos e comunidade, para a manutenção de uma escola que proporciona o desenvolvimento saudável de crianças e adolescentes. (ESTANISLAU e BRESSAN, 2014).

Em contrapartida, a questão da saúde docente no ambiente escolar ainda é periférica nas preocupações gerais do sistema educacional, principalmente na perspectiva da psicologia escolar, que geralmente está focada na intervenção de transtornos da aprendizagem, mentais e bem-estar das criança e adolescente. Como um profissional ao qual lhe é atribuído uma postura voltada para o cuidar do outro, o professor, muitas vezes, tem dificuldades de olhar a si mesmo, para o seu bem-estar e sua própria saúde, fazendo com que sintomas de adoecimento sejam negados ou minimizados por eles e pelo coletivo. Só quando estes sintomas passam a interferir o exercício profissional docente é que se atenta para a sua existência.

Ainda assim, quando se trata do professor, a doença é vista muitas vezes como um processo individual ou dificuldade pessoal, fazendo com que a ausência de reconhecimento do adoecimento como caráter coletivo e da sua relação com as condições de trabalho, facilite a manutenção de situações prejudiciais à saúde ocasionando o adoecimento da categoria e até abandono da profissão. Dessa forma, faz-se necessário conhecer as demandas e entraves no exercício da profissão docente que favorecem o adoecimento mental, para que possam ser propostas as soluções cabíveis. (NEVES e SILVA, 2006; ARAÚJO e CARVALHO, 2009).

SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR NO AMBIENTE ESCOLAR

Segundo Silveira et. al. (2011), entre as características do trabalho referidas mais frequentemente pelos professores como associadas ao adoecimento estão o trabalho repetitivo, o ritmo acelerado, a fiscalização contínua, a pressão da



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

direção, a indisciplina dos alunos e a falta de reconhecimento e valorização perante os alunos, pais e comunidade. Além disso, o sistema escolar transfere ao professor a responsabilidade de cobrir as lacunas existentes, contribuindo para o acúmulo de funções exercidas, como por exemplo, o assessoramento psicológico dos alunos e tarefas burocráticas que, associadas à falta de autonomia, infraestrutura e baixa remuneração, repercutem no cotidiano deste profissional em termos de sua saúde física e mental.

As queixas mais comuns referidas pelos docentes relacionam-se com o uso da voz, com a postura corporal, problemas psicossomáticos e de saúde mental. Neste último aspecto, manifestam-se uma lista de sinais e sintomas de sofrimento psíquico, expresso em desânimo, fadiga, frustração, depressão, impotência, insegurança, manifestações de irritação, angústia, e mal-estar, particularmente aos que lecionam nas primeiras séries, devido ao intenso trabalho com crianças menores. (GASPARINI, ASSUNÇÃO e BARRETO, 2005; NEVES e SILVA, 2006; SILVEIRA, et al, 2011).

Levando-se em consideração que muitas vezes não há o devido reconhecimento sobre as necessidades de saúde dos professores no ambiente escolar, ressalta-se a importância do desenvolvimento de ações para promoção e prevenção da saúde mental deste grupo específico. Nessa perspectiva, o psicólogo escolar pode atuar junto ao docente, realizando intervenções que proporcionem a reflexão, o compartilhamento de vivências e discussão das dificuldades e facilitar a elaboração de estratégias de enfrentamento das frustrações e situações-problemas vivenciadas pelo professor. Uma vez capacitado a cuidar de si, os professores podem agir em conjunto para a promoção da saúde e bem-estar de sua categoria e possibilitar transformações individuais e sociais no ambiente escolar. (SILVEIRA, et al, 2011).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O plano de ação inicial da intervenção foi direcionado para a educação em saúde mental, reconhecendo as demandas daquele determinado contexto escolar, com o intuito de proporcionar a reflexão no papel do professor no que se refere à saúde e ao adoecimento mental do alunato e quais mecanismos seriam eficientes e necessários nesse processo. Porém, a partir do primeiro encontro entre os extensionistas e os professores, houve mudança no rumo das intervenções. Como a proposta inicial seria apresentar a intenção do projeto e conhecer a demanda da escola e dos professores em



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

questão, assim foi procedido e a demanda identificada foi a de que a saúde mental que deveria ser abordada seria a dos próprios professores participantes do projeto.

Após a primeira roda de conversa, foi possível perceber o quanto esses educadores necessitavam de um momento em que pudessem externar suas aflições e estresses da atuação cotidiana e também um estranhamento sobre o tema da saúde mental e como este era distorcido. A relevância e o interesse acerca da satisfação profissional dos professores, a autoestima, o bem-estar físico e mental, a motivação, o empenho, o envolvimento, o estresse, absentismo/abandono, o sucesso, a realização profissional dos professores, são variáveis igualmente importantes. Nesse sentido, sabemos também que sentimentos de insatisfação e mal-estar afetam não só professores, mas também os alunos, pois o desinvestimento e a falta de motivação dos professores contribuem diretamente para o desinteresse dos alunos na sala de aula e, conseqüentemente, para uma menor qualidade do processo de ensino-aprendizagem.

Foram identificadas várias semelhanças nos discursos dos participantes e nos sentimentos externados, como a frustração em relação ao aprendizado de muitos alunos; a intensa desvalorização da educação como um todo e de seus respectivos profissionais, afetando diretamente na autoestima e motivação desses professores; profundo sentimento de impotência causado pela relação negativa e falta de real diálogo entre escola e família/comunidade.

Por conseguinte, as intervenções deveriam ser planejadas com o olhar no posicionamento dos professores diante de seu trabalho. Concordando com Rocha e Fernandes (2007) e Gasparini e colaboradores (2005), o excesso de tarefas burocráticas, a falta de autonomia e infraestrutura do ambiente escolar, as relações conflitantes com familiares de alunos e, principalmente, a baixa remuneração, tornando evidente o quadro crônico de depreciação e desqualificação social, psicológica e biológica dos professores.

Emerge dessa situação um cenário com efeitos adversos, proporcionando aos docentes um conjunto de mal-estares, em muitos casos desestabilizando a economia psicossomática e gerando doenças diversas, que influenciam fortemente na qualidade de vida destes profissionais. Na atualidade, o papel do professor extrapolou a mediação do processo de conhecimento do aluno, o que era comumente esperado. A missão do profissional vai além da sala de aula, a fim de garantir uma articulação entre a escola e a comunidade: O professor,



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

além de ensinar, deve participar da gestão e do planejamento escolares, o que significa uma dedicação mais ampla, a qual se estende às famílias e à comunidade.

Embora o sucesso da educação dependa do perfil profissional do professor, a administração escolar muitas vezes não fornece os meios pedagógicos necessários à realização das tarefas, cada vez mais complexas. Os professores são compelidos a buscar, então, por seus próprios meios, formas de requalificação que se traduzem em aumento não reconhecido e não remunerado da jornada de trabalho.

As intervenções seguintes ocorreram com dinâmicas com intuito de estimular a reflexão e ressignificação de situações vigentes ou passadas, diante das negativas autopercepções evidentes nos discursos, de acionar válvulas motivacionais em que resgatassem o prazer de ser professor e de também de se colocar como sujeito protagonista, diante seu contexto laboral, assim minimizando o sentimento de impotência.

Como ressaltado por Rocha e Fernandes (2007), o professor deve ser capacitado a cuidar de si e agir em grupo na defesa da promoção de qualidade de vida, devendo perceber a escola como espaço de humanização e promoção de saúde, onde as práticas educativas não devam se limitar às tradicionais ações pedagógicas, e, sim, a possibilitar também as transformações individuais e sociais. Porém, o que se pôde observar foi que, como a maioria dos professores vinha de carreiras antigas, e seriam intensamente calejados pelas falhas das diversas instâncias da educação e dos envolvidos, que pouco foi detectado sobre perspectivas de futuro e mudança.

Alguns objetivos das intervenções não foram alcançados algumas vezes devido à dificuldade de entendimento da proposta ou distorção dos objetivos propostos por parte dos participantes. Outro fator que prejudicou o pleno alcance das metas seria uma maior falta de compreensão do que seria a promoção e prevenção em saúde mental e qual o real papel do psicólogo escolar, ou, pelo menos, dos estudantes de psicologia ali presentes, com a intervenção com ênfase em psicologia escolar. Como defendem Estanislau e Bressan (2014), por muito tempo, a saúde mental vem sido negligenciada e tratada como um a ser discutido, e até os investimentos públicos em saúde mental serem muito menores do que deveriam, e isso foi perceptível no contexto dessa escola municipal, em que nenhum trabalho nessa temática seria realizado, nem em educação em saúde mental, nem pela saúde mental dos próprios educadores. Não há a compreensão de como a dimensão de benefícios que essa abordagem



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

poderia trazer naquela realidade, pois incentivar a discussão sobre saúde mental entre os professores e deles mesmos, bem como na comunidade em qual estão inseridos.

Dessa forma, ainda em consonância com Estanislau e Bressan (2014), ao estimular a promoção e prevenção em saúde mental, a detecção e intervenções precoces, podem modificar o curso de transtornos mentais, evitando que eles se desenvolvam e reduzindo a gravidade dos quadros ao longo do tempo e o risco de complicações.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dessa experiência foi possível detectar a necessidade da realização de maiores intervenções com tal população, idealmente em nível de políticas públicas que possibilitem o desenvolvimento de um trabalho docente adequado, que objetive a promoção de saúde global destes trabalhadores, quanto em nível de ações de profissionais que possam minimizar os danos à saúde mental, advindos da prática profissional.

As circunstâncias sob as quais os docentes investem as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar podem gerar esforços exorbitantes de suas funções psicofisiológicas. A desvalorização profissional, baixa autoestima e ausência de resultados percebidos no trabalho desenvolvido foram fatores associados ao à intensa frustração e desmotivação por parte dos educadores.

Verificou-se, também, durante o planejamento, a execução do projeto, e a construção desse relato, uma escassez de estudos sobre a saúde mental de professores, principalmente em relação à educação básica, em comparação com trabalhadores de outras profissões. É um contexto que exige a necessidade de um olhar mais sensível e de medidas mais eficientes e urgentes, assim como um investimento maior em estudos e intervenções nessa área, além de políticas públicas de promoção e de proteção da saúde mental dos educadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO T.M. DE; CARVALHO F.M.. Condições de trabalho docente e saúde na bahia: estudos epidemiológicos. **Educ. Soc.**, Campinas, vol 30, n. 107, p. 427-449, maio/ago. 2009.

Disponível em:

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

www.conedu.com.br



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302009000200007>.

Acesso em 20 de maio de 2016.

CFP. **Referências técnicas para Atuação de Psicólogas(os) na Educação Básica**. 1ª Edição. ed. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2013, p.70.

ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R.A. **Saúde Mental na Escola**: o que os educadores devem saber. Porto Alegre: Artmed, 2014. 277 p.

GASPARINI, M. G.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**. São Paulo, v. 31, n. 2, p. 189-199, maio/ago. 2005.

Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ep/v31n2/a03v31n2>>. Acesso em: 20 de maio 2016.

LAPO, F. R., & BUENO, B. O. (2003). **Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério**. Cadernos de Pesquisa, 118, 65-88. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/cp/n118/16830.pdf>>. Acesso em: 20 de maio 2016

NEVES, M.Y.R.; SILVA, E.S.. A dor e a delícia de ser (estar) professora: trabalho docente e saúde mental. **Estudos e pesquisas em psicologia**, UERJ, RJ, ano 6, n. 1, 1º sem. de 2006. Disponível em: <<http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/11082>>. Acesso em 20 de maio 2016.

ROCHA, V. M.; FERNANDES, M. H. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. p. 23-27, 2008. Disponível em:

<<http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v57n1/v57n1a05>>. Acesso em: 20 de maio 2016.

SILVEIRA, R.E., et al. Qualidade de vida de docentes do ensino fundamental de um município brasileiro. **Revista de Enfermagem**. III série, nº 4, p. 115-123, jul. 2011. Disponível em:

<http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832011000200012>.

Acesso em: 20 de maio 2016.

SOUZA, M. P. R. D. S.; ROCHA, M. L. D. R. Políticas Educacionais: desafios para a Psicologia no campo da educação escolar. In: _____ **Ano da Psicologia na Educação: Textos Geradores**. Brasília - DF: Conselho Federal de Psicologia, 2008. p. 40.



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

www.conedu.com.br