

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PARANÁ
CAMPUS DE CAMPO MOURÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO INTERDISCIPLINAR
SOCIEDADE E DESENVOLVIMENTO - PPGSeD**

WELTON FERNANDO DOS SANTOS

**ADOECECIMENTO PSÍQUICO DOCENTE: UM OLHAR
INTERDISCIPLINAR SOBRE A SITUAÇÃO DE TRABALHO DESTE
PROFISSIONAL**

**CAMPO MOURÃO - PR
2026**

WELTON FERNANDO DOS SANTOS

**ADOCIMENTO PSÍQUICO DOCENTE: UM OLHAR
INTERDISCIPLINAR SOBRE A SITUAÇÃO DE TRABALHO DESTA
PROFISSIONAL**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD) da Universidade Estadual do Paraná (Unespar), como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Sociedade e Desenvolvimento.

Linha de Pesquisa: Formação humana, processos socioculturais e instituições

Orientador(a): Profa. Dra. Maria Izabel Rodrigues Tognato

**CAMPO MOURÃO - PR
2026**

FICHA CATALOGRÁFICA

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema de Bibliotecas da UNESPAR e Núcleo de Tecnologia de Informação da UNESPAR, com Créditos para o ICMC/USP e dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Fernando dos Santos, Welton
ADOCIMENTO PSÍQUICO DOCENTE: UM OLHAR
INTERDISCIPLINAR SOBRE A SITUAÇÃO DE TRABALHO DESTE
PROFISSIONAL / Welton Fernando dos Santos. -- Campo
Mourão-PR, 2025.
93 f.: il.

Orientador: Maria Izabel Rodrigues Tognato.
Dissertação (Mestrado - Programa de Pós-Graduação
Mestrado Acadêmico Interdisciplinar: "Sociedade e
Desenvolvimento") -- Universidade Estadual do
Paraná, 2025.

1. Adoecimento psíquico docente. 2. Saúde mental
docente. 3. Trabalho do professor. 4.
Interdisciplinaridade. I - Rodrigues Tognato, Maria
Izabel (orient). II - Título.

WELTON FERNANDO DOS SANTOS

**ADOECIMENTO PSÍQUICO DO DOCENTE: UM OLHAR INTERDISCIPLINAR
SOBRE A SITUAÇÃO DE TRABALHO DESTE PROFISSIONAL**

BANCA EXAMINADORA



Prof.^a Dr.^a Maria Izabel Rodrigues Tognato (Orientadora)



Documento assinado digitalmente
MARILDA GONÇALVES DIAS FACCI
Data: 15/06/2026 18:52:49 -0300
Verifique em <https://validar.jf.gov.br>

Prof.^a Dr.^a Marilda Gonçalves Dias Facci (UEM)



Documento assinado digitalmente
MARIA INEZ BARBOZA MARQUES
Data: 30/07/2026 09:44:11 -0300
Verifique em <https://validar.jf.gov.br>

Prof.^a Dr.^a Maria Inez Barboza Marques (Unespar)

Data de Aprovação

29/05/2026

Campo Mourão - PR

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho aos meus pais, Alfredo José dos Santos e Luzia das Graças Giotto dos Santos, que sempre foram meu alicerce e minha direção. Em vocês encontrei a força que sustenta, o amor que ampara e a inspiração que impulsiona. Agradeço, com profunda reverência, cada gesto silencioso de apoio, cada renúncia invisível e cada palavra de encorajamento que tornaram possível a trajetória que hoje se materializa nesta pesquisa. A base sólida que edificaram em minha vida não apenas me sustentou, mas estruturou minha maneira de compreender, sentir e habitar o mundo. Sem vocês, nada do que construí teria sido possível.

A formação que recebi de vocês ultrapassou os limites do cuidado e do incentivo manifestando-se, sobretudo, na maneira como me ensinaram a olhar para a educação como um caminho de dignidade e transformação. Embora não tenham tido a oportunidade de concluir seus estudos formais, sempre compreenderam, com sabedoria intuitiva e sensibilidade profunda, que o conhecimento é instrumento de emancipação. Vocês demonstraram que o saber não se restringe aos muros da escola, mas se revela na ética do trabalho, na honestidade das atitudes, na coerência entre discurso e prática e na coragem de permanecer íntegro diante das adversidades.

Foi nesse ambiente, onde o amor não era apenas sentimento, mas fundamento ético, que aprendi que o conhecimento precisa estar a serviço da humanidade. Venho de um lugar cuja base é o amor e essa origem não é apenas afetiva, é estruturante. Crescer entre a firmeza e a leveza que sempre coexistiram em vocês moldou profundamente minha forma de existir. A firmeza ensinou responsabilidade, compromisso e retidão. A leveza ensinou escuta, sensibilidade e acolhimento. Da integração dessas duas forças nasceu em mim a possibilidade de unir razão e afeto, disciplina e empatia, estrutura e humanidade.

Se hoje atuo como professor e psicólogo, é porque antes fui formado por essa síntese viva. Minha sensibilidade não nasceu apenas da formação acadêmica, mas do berço que recebi. Minha humanidade não foi construída exclusivamente nos livros, mas no convívio cotidiano, nos exemplos silenciosos, nas orientações firmes e na presença constante. Foi nesse espaço de cuidado e exigência equilibrados que compreendi que educar é reconhecer o outro em sua dignidade e complexidade, e que cuidar é exercer responsabilidade com ética e respeito.

Mais do que pais, vocês foram e continuam sendo meus primeiros e eternos mestres, pois o que construímos juntos transcende a aquisição de conteúdos. Trata-se da incorporação de valores, da aprendizagem da resiliência diante das limitações e da vivência concreta de um

amor incondicional que me moldou e continua a orientar meus passos. A prática profissional que exerço encontra suas raízes nessa formação primeira, por meio da qual o afeto não enfraquece a autoridade, mas a qualifica, a humanidade não diminui o rigor, mas o humaniza.

Assim, a dedicação de vocês não apenas contribuiu para a formação do ser humano que sou, mas foi decisiva na constituição do educador e do psicólogo que me tornei. Cada ensinamento, cada gesto de cuidado e cada sacrifício realizado em silêncio ampliaram em mim a consciência da responsabilidade de compartilhar o conhecimento com ética, sensibilidade e compromisso social. Se hoje ensino, é porque antes fui ensinado pelo exemplo. Se hoje cuido, é porque fui cuidado com amor. Escrevo esta pesquisa sustentado pela firmeza e pela leveza que recebi de vocês, herança viva que fundamenta minha prática educativa, minha escuta clínica e minha visão de mundo.

Muito obrigado.

Eu amo vocês!

AGRADECIMENTOS

Expresso minha profunda gratidão a minha irmã, Evaléria Aparecida dos Santos, pelo afeto constante, pelo amor incondicional e pela presença firme que atravessa todas as fases da minha vida. Você esteve ao meu lado não apenas nos momentos de celebração, mas também nas travessias mais desafiadoras, oferecendo equilíbrio quando as circunstâncias exigiam serenidade e força quando o cansaço ameaçava desanimar.

Aos meus sobrinhos e afilhados, Antônio Davi e Valentina Sofia, dirijo um agradecimento repleto de ternura. Vocês me ensinam, de forma simples e profunda, que a vida se constrói também na delicadeza dos encontros e na autenticidade das emoções. Agradeço por compreenderem minhas ausências nas festas e encontros de família nos finais de semana ou ainda meus comentários recorrentes sobre a necessidade de continuar meus estudos, que em alguma medida me distanciava brevemente de vocês. Saibam que o “Dindinho” ama muito vocês.

No âmbito acadêmico, manifesto minha sincera gratidão a minha mestra e orientadora, Dra. Maria Izabel Rodrigues Tognato, cuja condução atenta e dedicada foi fundamental ao longo deste percurso de pesquisa. Sua orientação ultrapassou os limites técnicos e metodológicos, alcançando uma dimensão holística e verdadeiramente humana. Te agradeço por, com sensibilidade e rigor, acolher minhas inquietações, organizar minhas ideias e fortalecer minha confiança intelectual. Seu direcionamento foi decisivo para que este trabalho ganhasse forma, consistência e maturidade.

Ao meu querido e estimado Guilherme H. Fogaça, expresso um agradecimento que ultrapassa as palavras formais. Você esteve ao meu lado desde o início dessa jornada, quando o desejo de aprofundar este tema ainda era apenas uma ideia pulsante, carregada de inquietações e esperança. Sua escuta atenta, sua sensibilidade intelectual e, sobretudo, seu incentivo constante foram fundamentais para que eu encontrasse coragem para transformar intenção em realização. Sua confiança em mim, mesmo nos momentos em que eu próprio duvidava, foi sustento e direção. Mais do que parceiro de percurso, você foi presença e apoio incondicional. A materialização deste trabalho também carrega a marca da sua fé nos meus sonhos e da generosidade com que sempre olhou para mim.

Aos meus amigos, Adriana Carvalho, Aline Burgrever, Anderson Cedaro, Carlos Henrique Lacerda, Daniel, Dean Oliveira Gomes, Diecily Francine, Gabriela, Elisabete Guerra, Jussara Haverot, Kamilla Kaufman, Lais Human, Michel Rosato, Paula Alves, Rodrigo Giroto,

Sandra Regina Bonotto, Susana Maroneze e Thuani, que caminharam comigo com incentivo constante e confiança inabalável, registro minha gratidão sincera. Em momentos em que os desafios pareciam maiores que as minhas forças, foram vocês que ofereceram palavras de encorajamento, gestos de apoio e silêncio acolhedor. A amizade de vocês funcionou como âncora e também como impulso, sustentando-me nos períodos de incerteza e celebrando comigo cada conquista.

A todos vocês, que compõem essa rede de afeto, confiança e parceria, minha gratidão permanente. Esta jornada não foi solitária, foi construída na partilha, na escuta, no apoio mútuo e na presença significativa de cada um. Se este trabalho hoje se concretiza, é porque foi sustentado por vínculos que tornaram o percurso mais humano, mais leve e profundamente significativo.

Muito obrigado!

Não somos apenas o que pensamos ser. Somos mais: somos também o que lembramos e aquilo de que nos esquecemos; somos as palavras que trocamos, os enganos que cometemos, os impulsos a que cedemos 'sem querer'.

(Sigmund Freud)

SANTOS, Welton Fernando dos. **Adoecimento Psíquico Docente: um olhar sobre a situação de trabalho deste profissional**. 123f. Dissertação. Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento, Universidade Estadual do Paraná, *Campus* de Campo Mourão, Campo Mourão, 2026.

RESUMO

Vinculado ao programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD), sob a linha de pesquisa: Formação humana, processos socioculturais e instituições, este estudo, investiga os efeitos do trabalho docente na saúde psíquica e/ou psicológica das professoras de uma escola pública do Oeste paranaense, pela perspectiva da pesquisa interdisciplinar. Para tanto, ancoramos nossa pesquisa na perspectiva da pesquisa interdisciplinar (Alvarenga *et al.*, 2011), fundamentada na Teoria da Complexidade, de Morin (1991, 1996, 2005, 2011, 2015). No que tange aos procedimentos metodológicos, quanto à natureza da pesquisa, mais especificamente, em relação às análises, nos pautamos na abordagem mista: a quantitativa e a qualitativa (Lakatos; Marconi, 2010; Creswell; Clark, 2018). Para a coleta e geração dos dados, utilizamos um questionário *online*, via *Google Forms*, aplicado junto a 7 professoras de uma escola da rede pública estadual de ensino localizada no interior do Estado do Paraná e que atuam na Educação Básica, há, pelo menos, 5 anos. Além disso, realizamos estudos bibliográficos relacionados aos temas, a saber: saúde mental docente, adoecimento psíquico, práticas educacionais e trabalho docente. Para as análises e tratamento dos dados obtidos, nos pautamos em alguns princípios da Teoria da Complexidade, tais como: o princípio hologramático (relação entre as partes e o todo) e o da recursividade (ciclo recursivo quando um elemento contribui ao desenvolvimento do outro, o qual também contribui ao primeiro), além de alguns procedimentos de análise do Interacionismo Sociodiscursivo (ISD) (Bronckart, 1997[2009]; Bronckart, 2008; Bulea, 2010), tais como: o contexto de produção, o plano global e a identificação de SOT - Segmentos de Orientação Temática (temas) e STT - Segmentos de Tratamento Temático (subtemas) para respostas subjetivas do questionário. Quanto aos resultados, nossa pesquisa tem nos permitido entender o adoecimento mental docente, bem como as demandas do campo educacional que impactam diretamente a saúde psíquica das professoras participantes do estudo, apontando para a sobrecarga de atribuições, o excesso de carga horária e a pressão por metas educacionais como principais fatores que tem afetado negativamente o bem-estar psicológico dos docentes. Esses elementos configuram um cenário de intensificação do trabalho, no qual o tempo e a energia das professoras são consumidos por tarefas burocráticas e exigências externas, muitas vezes, desconectadas das possibilidades humanas das professoras participantes da pesquisa. Com isso, nossa investigação tem nos permitido repensar e ressignificar este contexto educacional e os seus elementos constitutivos que contribuem para o adoecimento psíquico docente interferindo significativamente e negativamente na situação do trabalho docente.

Palavras-chave: Adoecimento psíquico docente, Saúde mental docente, Trabalho do professor, Interdisciplinaridade.

SANTOS, Welton Fernando dos. **Teacher's Psychic Illness: A Look at the Working Conditions of This Professional**. 123f. Dissertation. Interdisciplinary Graduate Program in Society and Development, State University of Paraná, Campo Mourão Campus, Campo Mourão, 2026.

ABSTRACT

Affiliated with the Interdisciplinary Graduate Program in Society and Development (PPGSeD), under the research line “Human Formation, Sociocultural Processes, and Institutions,” this study investigates the effects of teaching work on the psychological and/or mental health of female teachers at a public school in western Paraná, from an interdisciplinary research perspective. To this end, we anchored our research in the perspective of interdisciplinary research (Alvarenga *et al.*, 2011), based on Morin's Complexity Theory (1991, 1996, 2005, 2010, 2015). Regarding the methodological procedures, with respect to the nature of the research, more specifically, with regard to the analyses, we followed a mixed approach: quantitative and qualitative (Lakatos; Marconi, 2010; Creswell; Clark, 2018). For data collection and generation, we used an online questionnaire, via Google Forms, applied to 7 teachers from a state public school located in the interior of the state of Paraná and who have worked in Basic Education for at least 5 years. In addition, we conducted bibliographic studies related to the following themes: teacher mental health, mental illness, educational practices, and teacher's work. For the analysis and treatment of the data obtained, we were guided by some principles of Complexity Theory, such as: the holographic principle (relationship between the parts and the whole) and the principle of recursivity (recursive cycle when an element contributes to the development of another one, which also contributes to the first), beyond some analysis procedures from Sociodiscursive Interactionism (SDI) (Bronckart, 1997[2009]; Bronckart, 2008; Bulea, 2010), such as the production context, the global plan and the identification of SOT - Thematic Orientation Segments (themes) and STT - Thematic Treatment Segments (subthemes) for subjective questionnaire responses. As for the results, our research has allowed us to understand teacher mental illness, as well as the demands of the educational field that directly impact the mental health of the teachers participating in the study, pointing to the overload of assignments, excessive workload, and pressure for educational goals as the main factors that have negatively affected the psychological well-being of teachers. These elements configure a scenario of intensified work, in which the time and energy of teachers are consumed by bureaucratic tasks and external demands, often disconnected from the human possibilities of the teachers participating in the research. With this, our investigation has allowed us to rethink and reframe this educational context and its constitutive elements that contribute to teacher mental illness, significantly and negatively interfering in the situation of teaching work.

Keywords: Teacher mental illness, Teacher mental health, Teacher work. Interdisciplinarity.

SANTOS, Welton Fernando dos. **Enfermedad Psíquica Docente: una mirada sobre las condiciones laborales de este profesional**. 123f. Disertación. Programa de Posgrado Interdisciplinario Sociedad y Desarrollo, Universidad Estatal de Paraná, Campus de Campo Mourão, Campo Mourão, 2026.

RESUMEN

Vinculado al Programa de Posgrado Interdisciplinario en Sociedad y Desarrollo (PPGSeD), en la línea de investigación “Formación humana, procesos socioculturales e instituciones”, este estudio investiga los efectos del trabajo docente en la salud psíquica y/o psicológica de las profesoras de una escuela pública del oeste de Paraná, desde la perspectiva de la investigación interdisciplinaria. Para ello, basamos nuestra investigación en la perspectiva de la investigación interdisciplinaria (Alvarenga et al., 2011), fundamentada en la Teoría de la Complejidad de Morin (1991, 1996, 2005, 2010, 2015). En cuanto a los procedimientos metodológicos, en lo que respecta a la naturaleza de la investigación, más concretamente, en cuanto a los análisis, nos basamos en un enfoque mixto: cuantitativo y cualitativo (Lakatos; Marconi, 2010; Creswell; Clark, 2018). Para la recopilación y generación de datos, utilizamos un cuestionario en línea, a través de Google Forms, aplicado a profesores de una escuela pública estatal ubicada en el interior del estado de Paraná y que llevan al menos cinco años trabajando en la educación básica. Además, realizamos estudios bibliográficos relacionados con los temas, a saber: salud mental docente, enfermedad psíquica, prácticas educativas y trabajo docente. Para el análisis y el tratamiento de los datos obtenidos, nos basamos en algunos principios de la Teoría de la Complejidad, tales como: el principio hologramático (relación entre las partes y el todo) y el de recursividad (ciclo recursivo en el que un elemento contribuye al desarrollo del otro, que a su vez contribuye al primero), además de algunos procedimientos de análisis del Interaccionismo Sociodiscursivo (ISD) (Bronckart, 1997[2009]; Bronckart, 2008; Bulea, 2010), tales como: el contexto de producción, el plano global y la identificación de SOT (segmentos de orientación temática, temas) y STT (segmentos de tratamiento temático, subtemas) para las respuestas subjetivas del cuestionario. En cuanto a los resultados, nuestra investigación nos ha permitido comprender la enfermedad mental docente, así como las exigencias del ámbito educativo que impactan directamente en la salud mental de los docentes participantes en el estudio. Se señala la sobrecarga de tareas, la excesiva carga de trabajo y la presión por alcanzar los objetivos educativos como los principales factores que han afectado negativamente el bienestar psicológico de los docentes. Estos elementos configuran un escenario de trabajo intensificado, en el que el tiempo y la energía de los docentes se consumen en tareas burocráticas y exigencias externas, a menudo desconectadas de las posibilidades humanas de los docentes participantes en la investigación. Con ello, nuestra investigación nos ha permitido repensar y replantear este contexto educativo y los elementos constitutivos que contribuyen a la enfermedad mental docente, interfiriendo de manera significativa y negativa en la situación del trabajo docente.

Palabras clave: Enfermedad psíquica docente, Salud mental docente, Trabajo del profesor, Interdisciplinariedad.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Levantamento de pesquisas relacionadas à temática investigada.....	44
Tabela 2 - Estimativa semanal de trabalho extraclasse não remunerado (Base: 40 horas).....	75
Tabela 3 - Estimativa mensal de trabalho extraclasse não remunerado (Base: 40h semanais)	75

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Resultado da busca de pesquisas relacionadas à temática de nossa investigação	46
Quadro 2 – Procedimentos metodológicos	61
Quadro 3 – Questionário a professoras da rede pública municipal de ensino do Oeste do Paraná	63
Quadro 4 – Relação entre o questionário e os objetivos específicos da pesquisa	65
Quadro 5 – Perguntas do questionário referentes ao primeiro objetivo específico da pesquisa sobre a descrição das condições objetivas do trabalho docente.....	70
Quadro 6 – Perguntas do questionário referentes aos fatores que impactam na saúde mental docente.....	80
Quadro 7 – Plano Global de temas e subtemas evocados nas percepções das professoras participantes da pesquisa.....	80
Quadro 8 – SOT (temas) e STT (subtemas) evocados nas percepções das professoras referentes ao segundo objetivo específico da pesquisa.....	83
Quadro 9 – Estratégias de prevenção e enfrentamento adotadas pelas professoras.....	93
Quadro 10 – SOT (temas) e STT (subtemas) evocados nas percepções das professoras referentes ao terceiro objetivo específico da pesquisa.....	94
Quadro 11 – Sugestões docentes para a promoção do bem-estar psíquico no trabalho.....	98
Quadro 12 – Sugestões docentes para evitar o adoecimento psíquico.....	99
Quadro 13 – Percepção das professoras sobre a permanência na docência diante de novas possibilidades profissionais.....	101

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Horas trabalhadas pelas professoras em atividades extraclasse.....	73
Gráfico 2 – Horas trabalhadas extraclasse.....	76
Gráfico 3 - Condições objetivas de trabalho oferecidas pela instituição.....	77
Gráfico 4 – Impacto negativo da situação de trabalho docente na saúde mental.....	85
Gráfico 5 – Frequência de impacto negativo da situação de trabalho docente na saúde mental.....	87
Gráfico 6 – Fatores que afetam negativamente o bem-estar psicológico e/ou psíquico em situação de trabalho.....	89
Gráfico 7 – Fatores que contribuem para o desgaste emocional e/ou psíquico na docência.....	90
Gráfico 8 – Procura ou recebimento de apoio psicológico ou médico pelas professoras.....	92
Gráfico 9 – Sintomas motivadores para o uso de medicação.....	96
Gráfico 10 – Participação docente em treinamentos relacionados a saúde mental no trabalho.....	97

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Conhecimentos interdisciplinares na docência	27
Figura 2 – Campos teóricos norteadores da nossa pesquisa interdisciplinar.....	30
Figura 3 – O voo da águia olhando as partes e o todo.....	33
Figura 4 – Processo de busca pelo Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES	45
Figura 5 – Etapas da coleta de dados.....	59
Figura 6 – Etapas da coleta e geração de dados	62
Figura 7 – Agir docente como um trabalho contínuo e ininterrupto	72
Figura 8 – Modos do agir docente em situação de trabalho	73

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	16
2 ADOECIMENTO PSÍQUICO E TRABALHO DOCENTE	25
2.1 Trabalho docente pelo viés da teoria da complexidade e da pesquisa interdisciplinar	26
2.2 Educação e precarização: desafios da prática profissional docente	33
2.3 Das práticas laborais ao adoecimento psíquico e /ou psicológico	37
<i>2.3.1 Readaptação: a banalização da saúde mental e/ou psíquica docente</i>	<i>40</i>
2.4 Pesquisas relacionadas ao adoecimento psíquico e trabalho docente	42
2.5 Síntese da seção	54
3 PERCURSO METODOLÓGICO.....	55
3.1 Natureza da pesquisa	56
3.2 Contexto de produção: local da pesquisa e participantes	57
3.3 Coleta, geração e tratamento dos dados: instrumentos e/ou procedimentos utilizados	59
3.4 Síntese da seção	67
4 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS DAS ANÁLISES DOS DADOS.....	68
4.1 Condições objetivas do trabalho docente investigado	68
4.2 Fatores que impactam na saúde mental docente ocasionando o adoecimento psíquico	79
4.3 Estratégias de prevenção e enfrentamento ao adoecimento psíquico	93
4.4 Síntese da seção	101
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	103
REFERÊNCIAS	108
APÊNDICE	114

1 INTRODUÇÃO

“Estamos nos medicando. É o que dá para fazer!”.

(8 professoras)

“Ser professor está me consumindo. Eu estou exausto. Não estou aguentando mais”.

(1 professor)

O adoecimento psíquico docente tem se consolidado, nas últimas décadas, como uma temática recorrente nas mais diversas realidades educacionais, suscitando um debate amplo e necessário tanto no âmbito das pesquisas acadêmicas quanto nas interlocuções entre profissionais de diferentes áreas do conhecimento. Tal movimento de problematização articula-se diretamente à crescente preocupação com o bem-estar e com a saúde psíquica e/ou psicológica dos docentes, especialmente diante das transformações sociais, institucionais e tecnológicas que atravessam e reconfiguram, de modo contínuo, o cenário educacional contemporâneo. Assim, neste estudo, adotamos os termos saúde psicológica e saúde psíquica / adoecimento psicológico e adoecimento psíquico, ao reconhecer suas zonas de intersecção. A noção de saúde psicológica está, em geral, associada aos processos mentais, emocionais e comportamentais, conforme tradicionalmente abordados no campo da Psicologia, envolvendo aspectos como cognição, regulação emocional e adaptação ao meio.

Por sua vez, o conceito de saúde psíquica remete a uma compreensão mais ampla e aprofundada da constituição do sujeito, especialmente a partir das contribuições da Psicanálise, contemplando dimensões inconscientes, conflitos internos e modos singulares de subjetivação. Considerando a natureza interdisciplinar desta pesquisa, optamos por não estabelecer uma cisão rígida entre tais conceitos, mas, ao contrário, explorar os territórios que se constituem nas fronteiras entre essas duas dimensões, compreendendo o sofrimento docente como um fenômeno complexo, atravessado simultaneamente por processos psicológicos e por determinações psíquicas e sociais.

Todavia, apesar dos avanços observados nas investigações científicas e das iniciativas voltadas à promoção da qualidade de vida no ambiente escolar, tomando por base nossa experiência de trabalho, diversos fatores têm contribuído para a desestabilização psíquica e/ou psicológica desses profissionais, evidenciando a necessidade de continuidade e aprofundamento deste debate. Dentre os fatores de risco à saúde dos docentes, sobressaem as constantes cobranças relacionadas ao desempenho profissional, a falta de reconhecimento e de

valorização da profissão, a sobrecarga de trabalho e as demandas provenientes de pais e responsáveis, os quais, por vezes, extrapolam as atribuições pedagógicas, bem como as demandas impostas pelos sistemas governamentais e educacionais.

Nesse contexto, alguns aspectos no processo de adoecimento psíquico e psicológico do professor, por exemplo, ganha relevo o processo de plataformação¹ da educação, que, em certa medida, tem restringido a autonomia do professor no desenvolvimento de suas práticas em sala de aula (Cavazzani *et. al.*, 2023) e comprometido, de modo particular, o senso de liberdade e de criação docente, elementos fundamentais para o desenvolvimento de práticas pedagógicas mais dinâmicas, fundamentadas e efetivas. Soma-se a isso a precarização do ambiente pedagógico e, muitas vezes, a realização de atividades laborais não remuneradas, configurando um cenário de ampla desvalorização do trabalho docente, de seu papel social e da própria identidade profissional. Nesse contexto, a precarização do trabalho docente, conforme problematizada por Silva (2025, p. 27), pode ser entendida como um processo de degradação das condições do exercício docente, no qual os professores passam a assumir "um conjunto crescente de exigências que ultrapassam suas funções pedagógicas". De acordo com Silva (2025), este contexto está associado às "fragilidades estruturais do sistema educacional" e à adoção de "modelos de gestão orientados por metas", que ampliam as cobranças sobre o docente e lhe imputam "a responsabilidade pelos resultados do processo educativo", frequentemente, sem o suporte necessário para o desenvolvimento de sua prática profissional. Tais aspectos não apenas contribuem para a constituição de um ambiente profissional marcado pela hostilidade e pelo desgaste, como também incidem diretamente sobre a saúde mental dos sujeitos imersos neste universo, em especial, na saúde mental docente, conforme discute Bomdaruk (2023).

Nesse contexto, o adoecimento psíquico e/ou psicológico docente deixa de se configurar como um fenômeno isolado, passando a expressar condições estruturais de trabalho fragilizadas, as quais têm conduzido muitos professores e professoras ao afastamento de sua prática pedagógica, comprometendo, assim, a função central da docência, compreendida como o ensino em sala de aula. Tal cenário encontra respaldo em Guarany (2014), ao apontar que as "patologias e o adoecimento mental aparecem entre as três primeiras causas de afastamentos do trabalho por motivos de saúde, em todas as categorias profissionais, inclusive na de professores em geral" (p. 215). Desse modo, tornam-se evidentes as contradições do próprio sistema educacional ao atribuir ao professor a responsabilidade pela formação social e humana dos

¹ O processo de plataformação da educação refere-se à incorporação de plataformas digitais na organização, gestão e realização das práticas educativas, modificando não apenas os meios de ensino, mas também as formas de trabalho, controle e produção pedagógica.

alunos, extrapolando os limites da função docente, não assegurando, com isso, as condições necessárias e esperadas para o exercício qualificado dessa atividade, conforme indicam diferentes pesquisas.

Nessa perspectiva, conforme Guarany (2014) destaca, a Fundação Jorge Duprat Figueiredo, de Segurança e Medicina do Trabalho² (2023), elenca o adoecimento psicológico como sendo o principal fator responsável pelo afastamento de docentes do ambiente escolar em todo o território nacional. É diante deste cenário alarmante, marcado pelo enfraquecimento da atuação docente e pelo esfacelamento de uma prática historicamente essencial, que consideramos imprescindível aprofundar o debate acerca da relação entre trabalho e adoecimento psicológico desses profissionais, os quais, não raramente, transitam de uma posição socialmente valorizada para a condição de sujeitos vulnerabilizados pelo próprio sistema em que atuam.

Nesse contexto, à luz das contribuições de Tardif e Lessard (2008), compreendemos que é no espaço escolar que se constitui a formação humana, bem como a mobilização dos sujeitos para a assunção de papéis sociais e para a promoção de transformações na sociedade (Forattini; Lucena, 2015). Todavia, entendemos que a efetivação desse fazer não se sustenta de forma abstrata, ou unicamente condicionada às condições concretas de trabalho vivenciadas pelos profissionais da educação, mas atravessam campos mais subjetivos que quando fragilizados, tendem a limitar as finalidades educativas atribuídas à escola e, conseqüentemente, aos professores.

No entanto, ao observar a realidade contemporânea no espectro educacional, evidenciamos um descompasso entre as demandas atribuídas pela escola e as condições efetivamente oferecidas aos docentes. Nesse contexto, marcado por múltiplos atravessamentos, justificamos a relevância desta investigação, na medida em que nos possibilita analisar os fatores que incidem sobre a saúde mental e o adoecimento psíquico e/ou psicológico de professoras em situação de trabalho, compreendendo-o não como um fenômeno isolado, mas como expressão de um contexto mais amplo e complexo, atravessado por determinações institucionais e sociais. Além disso, destacamos o fato de as participantes desta pesquisa serem professoras expressando uma sobrecarga maior das demandas em seu contexto de atuação em função de seus diversos papéis. Daí a importância também de se considerar e respeitar as capacidades e as potencialidades destas e de outras professoras na sociedade como contribuição à qualidade de vida no trabalho e fora dele para evitar e/ou superar o adoecimento psíquico e/ou

²Mais informações em: <https://www.gov.br/fundacentro/pt-br>.

psicológico. É nesse horizonte de problematização que se insere, também, a trajetória profissional deste pesquisador em formação, a qual se articula diretamente com as questões aqui investigadas. Por isso, a partir do próximo parágrafo, escritas em primeira pessoa do singular³, para adequada ambientação do cenário no qual me insiro como profissional, antes de exercer o papel como pesquisador.

Com isso, ressalto que a motivação para o desenvolvimento deste estudo emerge de minha experiência profissional enquanto professor e psicólogo clínico. Assim, na última década, tenho me dedicado a pesquisar e atuar diretamente no manejo e prevenção de demandas relacionadas à saúde mental da comunidade escolar e da comunidade em geral. Enquanto profissional da saúde mental, tenho ministrado cursos, palestras e *workshops* sobre desenvolvimento humano e saúde mental, por meio dos quais tenho entrado em contato com diversas angústias de professores e professoras em todo o território paranaense. Nesse contexto um episódio, em especial, me chamou a atenção. Ao realizar uma palestra sobre saúde mental e autocuidado para docentes da rede pública estadual de ensino, em uma cidade localizada no Noroeste do Estado do Paraná, em um município de aproximadamente 8 mil habitantes, um grupo de oito professoras⁴ dirigiu-se a mim, ao fim da explanação na palestra, para relatar o quanto aquele momento havia sido importante para a continuidade de suas atividades enquanto docentes. Segundo essas profissionais, houve significativa identificação com alguns dos cenários e temas por mim apresentados durante minha exposição.

Na mesma ocasião, seis, das oito professoras, relataram que sentiram mal-estar psicológico e o atribuíram às demandas relacionadas a suas práticas profissionais. Diante disso, aproveitei a oportunidade para questioná-las sobre como estavam lidando com tais aspectos geradores de sofrimento. De forma unânime, a resposta foi: *“Estamos nos medicando. É o que dá para fazer!”*. Após acolher as demandas trazidas a mim, auxiliei as professoras com orientações sobre a busca adequada por ajuda e encerramos a conversa.

Em outra ocasião, em um colégio localizado no Oeste do Paraná, após uma outra palestra, também sobre saúde mental docente, em comemoração ao dia do Pedagogo, uma

³ Neste momento, destaco minha voz como mestrando, em primeira pessoa do singular, em função da experiência que tenho vivido em meu campo de atuação profissional e a importância motivadora desta situação de trabalho na elaboração desta proposta de investigação.

⁴ Nos trechos em que o texto se refere a situações ou falas de docentes e/ou pacientes, informamos que os dados foram devidamente ajustados com o objetivo de resguardar o sigilo e a identidade dos sujeitos envolvidos. Nesse sentido, nos reservamos, enquanto pesquisador, ao direito de realizar adaptações em situações, contextos e cenários descritos, sem prejuízo do conteúdo a ser analisado, a fim de garantir a proteção dos envolvidos em seus relatos.

professora, readaptada⁵ em suas atividades me buscou e, em tom afirmativo, relatou que, em dez anos de profissão, aquela teria sido a primeira vez em que ela recebeu a oportunidade de participar de uma palestra com a respectiva abordagem e possibilidade de aprofundamento no tema. De acordo com esta docente, o estresse vivenciado em sala de aula ao longo da última década de trabalho, as mudanças provocadas pela pandemia da Covid-19⁶ e as constantes cobranças institucionais por resultado impossibilitaram-na de continuar com sua atuação em sala de aula, de maneira funcional. Em seu relato, a docente discorreu sobre os fatores precipitantes ao seu adoecimento, ressaltando que, em uma determinada ocasião, em meio a uma gestão de conflitos entre dois alunos adolescentes, experienciou um pico de estresse e ficou completamente paralisada em sala de aula.

Quando questionada sobre quais foram os procedimentos adotados para enfrentar tal situação, a partir do ocorrido, a docente afirmou que a única medida a ser adotada, o único caminho possível, foi buscar ajuda com um psiquiatra e iniciar protocolo com psicofármacos⁷. Conforme explicou esta professora, com a ajuda médica, obteve também o diagnóstico: transtorno depressivo com episódios de pânico⁸. Em seu relato informal, a docente afirmou que o mesmo diagnóstico se assemelhava ao de outras duas colegas de profissão que faziam parte da mesma equipe pedagógica. No que tange ao transtorno depressivo, estas condições se manifestam como uma tristeza intensa ou duradoura a ponto de afetar a rotina diária e reduzir o interesse ou o prazer em atividades que antes eram agradáveis. A nosso ver, fatores genéticos, mudanças na química do cérebro, alterações hormonais e experiências de vida podem contribuir para o desenvolvimento do transtorno depressivo. Em relação aos episódios de pânico, segundo a Biblioteca Virtual em Saúde, do Ministério da Saúde (2019), podem ser caracterizados como “crises de ansiedade repentina e intensa com forte sensação de medo ou mal-estar, acompanhadas de sintomas físicos”. Tais crises podem se dar “em qualquer lugar, contexto ou momento, durando em média de 15 a 30 minutos. Os ataques de pânico acarretam intenso

⁵Um professor readaptado é aquele que, por motivos de saúde (física ou mental), deixa de exercer total ou parcialmente suas funções em sala de aula e passa a desempenhar outras atividades dentro da escola ou do sistema educacional, compatíveis com suas condições.

⁶A pandemia de COVID-19, declarada pela Organização Mundial da Saúde em 2020, representou uma crise sanitária de alcance global que impactou profundamente diferentes dimensões da vida social. No campo educacional, esse contexto resultou na interrupção das atividades presenciais e na adoção abrupta do ensino remoto, exigindo de professores e alunos uma rápida adaptação às tecnologias digitais. Esse processo trouxe consigo uma série de desafios, como as desigualdades no acesso aos recursos tecnológicos, a reorganização das práticas pedagógicas e a intensificação das demandas sobre o trabalho docente, afetando, de modo significativo, a dinâmica do ensino e da aprendizagem.

⁷ “Em termos gerais os psicofármacos podem ser divididos em 4 categorias: a) medicamentos antidepressivos; b) medicamentos antipsicóticos; c) estabilizadores do humor; e, d) medicamentos ansiolíticos.” (Baes; Juruena, 2017, p. 27).

⁸ Mais informações em: <https://bvsmis.saude.gov.br/transtorno-do-panico/>.

sofrimento psíquico com modificações importantes de comportamento devido ao medo da ocorrência de novos ataques.”

Diante disso, não fosse o bastante entrar em contato com tantos relatos de angústia e sofrimento docente, fora do ambiente clínico, em meados de 2023, fui procurado, na clínica, por um professor da rede pública de ensino, que necessitava de acompanhamento psicológico com urgência. Sua queixa principal era: “*ser professor está me consumindo. Eu estou exausto. Não estou aguentando mais*”. Para este paciente professor, não era possível lidar com tantas demandas e ministrar aulas que fossem extraordinárias e cativantes.

Sendo assim, alicerçado em tantos relatos de adoecimento emocional e à luz da compreensão de que os sujeitos constituem-se, a partir de uma dinâmica biopsicossocial⁹, conforme apresentado Engel (1977) e, considerando, as contribuições da psicanálise de Freud¹⁰, ancoradas em uma perspectiva lacaniana¹¹, entendemos que o sofrimento psíquico, resultante da articulação entre dimensões subjetivas, simbólicas e relacionais, são mediadas pela relação do sujeito com um representante denominado o Grande Outro (Lacan, 2008), considerado como as instâncias institucionais, sociais e discursivas que organizam e regulam o fazer docente. Tal perspectiva permite-nos compreender o adoecimento psíquico docente não como um fenômeno isolado ou exclusivamente individual, mas como expressão de múltiplas determinações como sociais, institucionais, laborais e subjetivas.

A partir dessa trama de complexidades e à luz de uma perspectiva interdisciplinar, delineamos o ponto de partida para a elaboração desta investigação, com vistas a compreender as razões do adoecimento no ambiente educacional, especialmente, entre as participantes da pesquisa. Desse modo, diante dessa inquietação e impulsionados pela necessidade de uma reflexão crítica e aprofundada sobre tais questões, com base nas experiências relatadas e nos estudos realizados sobre a temática, percebemos que investigar a temática proposta poderia nos auxiliar tanto para responder minhas angústias como pesquisador, quanto para contribuir para a sociedade acadêmica, uma vez que a obtenção de dados científicos e suas análises, pelo viés da pesquisa interdisciplinar, pode servir como mola propulsora na elaboração de ações que

⁹ O modelo biopsicossocial, formulado por Engel (1977), propõe a compreensão do processo saúde-doença, a partir da articulação entre três dimensões da existência humana, a saber: aspectos orgânicos, processos psíquicos e condições sociais, superando explicações centradas exclusivamente no funcionamento biológico do organismo.

¹⁰ Sigmund Freud foi um médico neurologista austríaco, considerado o fundador da psicanálise. Desenvolveu teorias sobre o inconsciente, os conflitos psíquicos e a influência das experiências na formação da personalidade.

¹¹ A perspectiva lacaniana, desenvolvida por Jacques Lacan (2008), consiste em uma releitura da psicanálise freudiana que enfatiza o papel da linguagem na constituição do sujeito.

promovam o bem-estar psicológico e psíquico dos docentes da rede pública estadual de ensino, bem como produzir novos estudos acerca da discussão proposta com esta investigação.

Por essas razões, buscamos entender os efeitos do trabalho docente na saúde psíquica e/ou psicológica das professoras de uma escola pública do Oeste paranaense, pela perspectiva da pesquisa interdisciplinar. Assim, a partir deste objetivo geral, definimos os seguintes objetivos específicos, investigados à luz das percepções das professoras participantes da pesquisa, a saber:

1. Descrever as condições objetivas do trabalho docente investigado;
2. Analisar os fatores que impactam a saúde mental docente e que ocasionam o adoecimento psíquico e/ou psicológico pelas percepções das professoras participantes da pesquisa;
3. Identificar estratégias de prevenção e enfrentamento utilizadas pelas professoras participantes da pesquisa em relação ao adoecimento psíquico docente.

Assim, a partir dos objetivos específicos, geramos as seguintes perguntas de pesquisa:

1) Quais são as condições objetivas do trabalho docente investigado?; 2) Quais são os fatores que impactam a saúde mental docente e que ocasionam o adoecimento psíquico e/ou psicológico de acordo com as percepções das participantes da pesquisa?; e, 3) Quais são as estratégias de prevenção e enfrentamento utilizadas pelas docentes participantes do estudo em relação ao adoecimento psíquico docente?

Para tanto, fundamentamos nossa investigação na perspectiva da pesquisa interdisciplinar (Alvarenga *et. al.*, 2011; Santos, 2012), vinculada à Teoria da Complexidade (Morin, 1991, 1996, 2005, 2016), da Psicologia do trabalho, mais especificamente, na Clínica da Atividade Francesa (Clot, 1999[2006]; Faita, 2002, 2005; Roger, 2007), que trabalha com psicodinâmica de grupo¹², da Educação (Freire, 1996[2002]) e do Trabalho docente (Tardif; Lessard, 2008). Ademais, pautamos nossos estudos nos pressupostos teórico-metodológicos do Interacionismo Sociodiscursivo (ISD) (Bronckart, 1997[2009]), no que diz respeito aos procedimentos de análise.

¹² Com base nos estudos de Tognato (2009, p.23), “a Psicodinâmica de Grupo pode ser considerada uma prática investigadora psicológica que se beneficia de conceitos trazidos da psicanálise e da psicologia do trabalho. Além disso, de acordo com Dejours (Heldani; Lancman, 2004), a Psicodinâmica do Trabalho, iniciada por Dejours (1980), é antes de tudo uma clínica, que, segundo Heldani e Lancman (2004), ao tratar da Psicodinâmica do trabalho como um método clínico de intervenção e investigação, busca 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”.

No que tange aos procedimentos metodológicos quanto à coleta e geração de dados, utilizamos um questionário *online*, via *Google Forms*, aplicado junto a 7 professoras de uma escola da rede pública estadual de ensino localizada no interior do Estado do Paraná e que atuam na Educação Básica, há, pelo menos, 5 anos. Além disso, realizamos estudos bibliográficos relacionados aos temas, a saber: saúde mental docente, adoecimento psíquico, práticas educacionais e trabalho docente.

No que concerne à natureza da pesquisa, mais especificamente, para as análises, centramos nossos estudos na abordagem mista envolvendo ambas as perspectivas, qualitativa e quantitativa (Lakatos, Marconi, 2010, 2015, 2018; Creswell; Clark, 2010, 2015, 2018). Pois, de acordo com Creswell (2010), trata-se de uma abordagem que propicia a obtenção de dados mais precisos, a partir de uma compreensão mais aprofundada dos dados. Segundo o autor (2010), tal perspectiva possibilita-nos estabelecer relações entre as partes e o todo, o que pode ser correlacionado com a perspectiva da Teoria da Complexidade (Morin, 1991, 1996, 2005, 2015). Com isso, entendemos que a utilização de ambas as abordagens pode ser complementar como contribuição para um maior entendimento do objeto estudado.

Ademais, para a análise dos dados, utilizamos alguns princípios da Teoria da Complexidade, tais como: o hologramático (a relação entre as partes e o todo) e o de organização recursiva (ciclo recursivo quando um elemento contribui ao desenvolvimento do outro, o qual também contribui ao primeiro) (Morin, 1996, 2005, 2011), além de alguns procedimentos de análise do Interacionismo Sociodiscursivo (ISD) (Bronckart, 1997[2009]; Bronckart, 2008; Bulea, 2010), tais como: o contexto de produção, o plano global e a identificação de Segmentos de Orientação Temática - SOT (temas) e Segmentos de Tratamento Temático - STT (subtemas) (Bronckart, 2008; Bulea, 2010), para análise de para respostas subjetivas do questionário, considerando-se a situação e o contexto de produção, bem como a macroestrutura e a categorização temática.

No que diz respeito à organização da pesquisa, a primeira seção é dedicada à introdução, na qual se contextualiza a problemática investigada, articulando aspectos da realidade empírica relacionados ao tema proposto. Nesse âmbito, discorreremos sobre o posicionamento epistemológico do pesquisador, fundamentado em sua experiência no contexto de produção acadêmica e profissional, bem como as motivações que orientaram a escolha da temática, enfatizando sua relevância teórica e prática.

Na segunda seção, discorreremos sobre como o trabalho docente, ao mesmo tempo em que pode ser uma fonte de realização pessoal e profissional, também pode se tornar um espaço

de frustração e desgaste para o professor. Além disso, tratamos da relação entre trabalho e saúde, além da precarização das condições do trabalho docente.

Na terceira seção, descrevemos o percurso metodológico, em relação ao contexto de produção desta pesquisa pelo viés da perspectiva do Interacionismo Sociodiscursivo (Bronckart, 1997[1999]), a natureza da pesquisa, bem como os procedimentos metodológicos no que tange à coleta, à geração e tratamento dos dados. Assim, aprofundamos a discussão acerca da Teoria da Complexidade, vinculando-a à abordagem interdisciplinar, com o intuito de elucidar suas contribuições e sua relevância para a análise de aspectos socioculturais.

Na quarta seção, apresentamos e discutimos os resultados das análises dos dados coletados, alinhando aspectos como os fatores de risco para o adoecimento psíquico docente, as condições de trabalho do professor, no contexto analisado, além das estratégias de prevenção e enfrentamento ao adoecimento psíquico. Na sequência, retomamos os objetivos específicos da pesquisa, buscando respondê-los de forma consistente, assim como às perguntas de pesquisa.

Por fim, ao término de cada seção, será apresentada uma síntese da discussão, tendo como objetivo apontar os principais pontos abordados, ressaltando a relevância das informações e análises articuladas. Por fim, salientamos que com o desenvolvimento desta pesquisa, esperamos não apenas ampliar nosso conhecimento científico, mas também contribuir para o Programa de Pós-Graduação Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD) e para a Unespar por meio da disseminação dos resultados obtidos.

2 ADOECIMENTO PSÍQUICO E TRABALHO DOCENTE

Não basta saber ler que "Eva viu a uva". É preciso compreender qual a posição que Eva ocupa no seu contexto social, quem trabalha para produzir a uva e quem lucra com esse trabalho. (Paulo Freire, A educação na cidade. São Paulo: Cortez, 2001).

Nesta seção, discorreremos sobre a Teoria da Complexidade, a pesquisa interdisciplinar, com enfoque em dois de seus princípios fundamentais: o da recursividade organizacional (quando um elemento contribui para outro em um ciclo recursivo) e o hologramático (relação entre as partes e o todo). Ambos serão discutidos à luz do pensamento complexo apresentado por Morin (2004, 2011), abrangendo os possíveis fatores que podem impactar as práticas educacionais, no contexto docente. Além disso, articularemos os aspectos relacionados ao adoecimento psíquico e/ou psicológico no contexto do trabalho docente, abordando as concepções gerais sobre saúde mental e as questões transversais que perpassam o fenômeno investigado.

Além disso, discutiremos a precarização do trabalho docente, destacando os desafios e as condições adversas que afetam a qualidade de vida e contribuem para o processo de adoecimento mental. Nesta seção, trataremos da relação entre as práticas laborais e o adoecimento psíquico, com especial atenção à banalização da saúde mental em um cenário específico, envolvendo aspectos como a readaptação profissional de professores e professoras como uma resposta paliativa frente ao sofrimento psíquico, no contexto escolar.

Na sequência, dedicaremos especial atenção às investigações sobre o adoecimento psíquico e/ou psicológico de docentes, esteio que alicerça o estado da arte de nossa pesquisa, considerando-se as últimas pesquisas realizadas sobre esta temática, suas contribuições acadêmicas, bem como suas lacunas e oportunidades de aprofundamento, a fim de avançarmos com possíveis contribuições a estas lacunas.

Em suma, buscaremos evidenciar a necessidade do debate acerca da temática estudada, no sentido de estimular uma abordagem mais humanizada e atenta à saúde mental docente, especialmente, em tempos marcados pela intensificação das demandas e desvalorização da profissão e de seus profissionais. Por fim, finalizaremos a seção com uma síntese que integra os principais pontos apresentados e discutidos, apresentando-se as interconexões entre os conceitos abordados.

2.1 O trabalho docente pelo viés da teoria da complexidade e da pesquisa interdisciplinar

Muito tem se discutido sobre o trabalho docente e seus desafios (Carlotto, 2002; Facci, 2004; Machado, 2007; Aguiar; Almeida, 2008; Robalino, 2012; Tognato, 2009; Bomdaruk, 2023, dentre outros). Nessa perspectiva, à luz da pesquisa interdisciplinar, vinculada à Teoria da Complexidade (Morin, 2004, 2011), nos propomos entender os efeitos do trabalho docente na saúde psíquica e/ou psicológica das professoras de uma escola pública do Oeste paranaense, pela perspectiva da pesquisa interdisciplinar. Assim, partimos do pressuposto de que a prática docente, em seu exercício cotidiano, não se faz única e exclusivamente pautada na articulação de um único saber ou área do conhecimento, ao contrário, o fazer educacional, em sua complexidade, constitui-se um trabalho essencialmente interdisciplinar, que atravessa as barreiras dos diversos campos do conhecimento para a construção de uma compreensão mais ampla e complexa. Com isso, tomando por base as concepções de atuação em “fronteiras disciplinares e na (re)ligação de saberes”, de Alvarenga *et al.* (2011, p.21), entendemos que a pesquisa interdisciplinar se refere à integração entre diferentes áreas do conhecimento, com o objetivo de compreender, de forma mais ampla e aprofundada, determinados fenômenos complexos.

Tal compreensão pode ser entendida a partir da Figura 1, que objetiva ilustrar uma possível leitura dos conhecimentos interdisciplinares constitutivos do trabalho docente. Desse modo, o esquema da Figura 1 evidencia que o trabalho do professor não se organiza de forma estanque ou restrita a um único campo do conhecimento, mas se configura na intersecção¹³ dinâmica entre diferentes saberes, tais como o conhecimento específico a ser lecionado, a Pedagogia e a Educação, enquanto campos que norteiam o fazer docente, e a didática que se refere ao modo como esse fazer se estrutura no ambiente educacional. Somam-se a estes conhecimentos os seguintes saberes: a Psicologia do Desenvolvimento, que permite compreender as nuances subjetivas do sujeito em seu processo de constituição social e de aprendizagem; os conhecimentos da Linguística, que auxiliam o/a docente na compreensão dos processos de organização e articulação da linguagem, favorecendo a construção de ideias e sentidos no contexto de ensino e aprendizagem da sala de aula; a História, que demarca o conhecimento apresentado ao aluno na perspectiva espaço-tempo; as políticas educacionais, que orientam o posicionamento do docente em suas inúmeras demandas; a mediação de

¹³ Essa perspectiva permite compreender que os fenômenos sociais não atuam de forma isolada, mas de maneira combinada e simultânea, influenciando as condições e aspectos resultantes derivados de suas relações e atravessamentos.

conflitos, relacionada ao campo da inteligência emocional¹⁴, cada vez mais necessária à atuação do profissional da educação; e, os saberes acerca da avaliação educacional, que possibilitam a(o) professor(a) analisar, sob diferentes perspectivas, o processo de apropriação do conhecimento pelos discentes, dentre outros conhecimentos que perpassam e constituem o fazer docente.

Esses campos não atuam de maneira isolada, mas se entrelaçam continuamente no cotidiano escolar, perpassando a prática docente e exigindo do professor uma articulação permanente entre dimensões pedagógicas, cognitivas, institucionais e relacionais. Desse modo, a Figura 1 permite-nos visualizar a complexidade do fazer docente e reforça a compreensão da docência como sendo essencialmente interdisciplinar, marcada por múltiplas demandas e responsabilidades que extrapolam o domínio técnico de conteúdos disciplinares.

Figura 1: Conhecimentos interdisciplinares constitutivos da docência



Fonte: O autor.

Em consonância com o exposto na Figura 1, Bicudo (2008, p. 139-142), ao discutir a perspectiva da pesquisa interdisciplinar, destaca que esta se propõe a transpor as fronteiras da organização disciplinar do conhecimento, possibilitando a articulação entre diferentes áreas na análise de problemáticas complexas, como as que se apresentam neste estudo. Tal abordagem rompe com leituras fragmentadas da realidade, favorecendo uma compreensão mais ampla e

¹⁴ Segundo Goleman (2007, p.58), “inteligência emocional é a capacidade de criar motivações para si próprio e de persistir num objetivo apesar de percalços, de controlar impulsos e aguardar pela satisfação dos seus desejos, de se manter em bom estado de espírito e impedir que a ansiedade interfira na capacidade de raciocinar, de ser empático e autoconfiante”.

integrada dos fenômenos investigados. Nesse sentido, conforme apontamos anteriormente, este estudo busca entender os efeitos do trabalho docente na saúde psíquica e/ou psicológica das professoras de uma escola pública do Oeste paranaense, pela perspectiva da pesquisa interdisciplinar. Assim, em vez de se ancorar-se exclusivamente em um único campo do saber, nossa investigação mobiliza diferentes áreas do conhecimento, de modo a ampliar as possibilidades interpretativas do objeto em análise, em consonância com os pressupostos da abordagem interdisciplinar.

Assim, a nosso ver, uma pesquisa que convoca diversas áreas do conhecimento para a análise de um fenômeno específico não desconsidera a relevância e as contribuições dos campos disciplinares, mas compreende que o diálogo entre as diferentes áreas potencializa a análise e amplia o horizonte no qual a investigação se desenvolve. Nesse cenário, os saberes das ciências disciplinares não devem ser ignorados ou descartados, uma vez que, em seus domínios, continuam a se mostrar válidos e bem-sucedidos; todavia, ao realizar uma pesquisa de caráter interdisciplinar, o pesquisador deve identificar os limites desses saberes, a fim de evocar novas áreas do conhecimento que possibilitem o alargamento das fronteiras teóricas observadas, como aponta Bicudo (2008, p. 144).

Assim, tomando como referência o que nos orienta Bicudo (2008), compreender os processos que ocasionam o adoecimento psicológico docente, bem como seus prejuízos, seria possível, a partir do viés da Psicologia. Todavia, percebemos que adotando esta perspectiva, algumas lacunas específicas da prática docente permaneceriam, uma vez que o território docente é amplo e atravessado por inúmeras fronteiras que o saber da área da psicologia não abarca em totalidade, como, por exemplo, as atribuições profissionais inerentes, a rotina em sala de aula, entre outros aspectos próprios do contexto educativo correlatos a vida do profissional. Por esse motivo, a ancoragem em outras áreas do conhecimento mostra-se necessária para a análise e ampliação do objeto investigado como também salienta Pombo (2008, p.15).

Nesta direção, ao aprofundar a compreensão do pensamento complexo, Morin (2004, 2011) explicita que o ser humano é constituído e atravessado por múltiplas dimensões, que o inserem em diferentes contextos e esferas, que o interrelacionam. Por isso, o sujeito não pode ser compreendido de forma isolada ou fragmentada. Assim, reduzir o mundo e sua complexidade a um pensamento simplificante, dissociado de sua complexidade, implicaria a mutilação das estruturas passíveis de análise e problematização. De acordo com o autor (2005, p. 176), isso se dá por sermos seres biológicos, psicológicos, sociais, simbólicos e imersos em um tecido histórico complexo que precisa ser considerado na construção de qualquer análise.

Desta forma, ao considerar as complexidades existentes no cenário investigado, e buscando evitar a fragmentação do pensamento, buscamos articular a concepção da complexidade de Morin à concepção da perspectiva da pesquisa interdisciplinar de Alvarenga *et al.* (2011, p. 21), ao definirem a interdisciplinaridade como uma “(re)ligação de saberes, tendo como finalidade última dar conta de fenômenos complexos, de diferentes naturezas”, o que nos possibilita atuar “nas fronteiras disciplinares” (Bomdaruk, 2023). Tal compreensão sustenta e orienta os fundamentos da pesquisa e as tramas das análises. Pois, conforme nos explica Santos (2012, p.133), a “imbricação entre disciplinas diversas ao redor de um mesmo objetivo de estudo”, nos auxilia a estudar o fenômeno investigado, ao integrarmos diferentes campos teóricos (Bomdaruk, 2023).

Ademais, há que se considerar alguns dos princípios, a saber: o hologramático, que nos possibilita entender as relações entre as partes e o todo, e o da recursividade organizacional, que nos permite entender a contribuição de um elemento a outro por meio de um ciclo recursivo de desenvolvimento. Assim, no que diz respeito ao princípio hologramático, Morin (1991, p.107) explica que “não apenas a parte está no todo; o todo está no interior da parte que está no interior do todo”. Esta perspectiva, a nosso ver, contribui para uma maior compreensão acerca dos processos socioculturais que podem permear o trabalho docente, por exemplo, como sendo as partes constitutivas desta situação de trabalho, as quais, por sua vez, podem contribuir para a constituição do todo no contexto educacional. Desse modo, tal princípio nos permite as relações entre o papel social do professor, da realidade educacional em que atua e da sociedade na qual se insere, o que também está relacionado com o princípio da recursividade. No que tange a este princípio, podemos nos remeter ao materialismo histórico dialético, conforme proposto por Marx. Nesse sentido, Peto e Veríssimo (2018, p. 5) explicitam 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).

Com isso, entendemos que o homem é constituído por diferentes aspectos socioculturais, dentre outros, produz e se autoproduz diante das realidades sociais com as quais se depara. E, no caso do professor, desde sua formação profissional, perpassa por diferentes processos socioculturais e estes por ele. Dessa forma, o professor também produz e se autoproduz, contribui para a formação dos sujeitos que se inserem na sociedade, a qual também

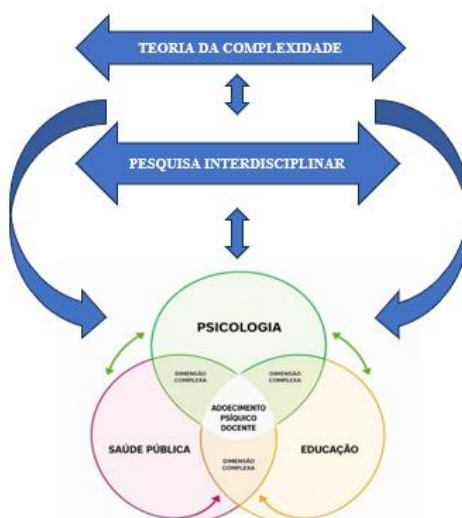
contribuiu e contribui, de algum modo, para a formação do professor, sugerindo-nos, portanto, um ciclo recursivo organizacional de desenvolvimento.

Partindo destes princípios, pelos trilhos da teoria da complexidade de Morin (2004, 2011) e da pesquisa interdisciplinar, procuramos desvendar como se dá o fenômeno que vem acometendo a saúde mental das professoras participantes da pesquisa, com o recorte de uma escola localizada em um município situado no interior do Oeste do estado do Paraná. Para isso, apoiamos nossa investigação na intersecção entre três áreas do conhecimento, sendo eles: Psicologia; Educação e Saúde Pública, como forma de analisar a complexidade que envolve o adoecimento psíquico docente e suas relações com a prática laboral.

A Psicologia, área de formação do pesquisador, contribui para a análise da dimensão subjetiva do sofrimento psíquico do grupo investigado, considerando seus atravessamentos e formas de manifestação. A Educação, por sua vez, é mobilizada com a finalidade de compreender a dinâmica institucional no contexto escolar em que o estudo foi realizado, possibilitando a análise de como se estruturam as condições de trabalho que, em alguma medida, podem favorecer o adoecimento psicológico docente.

Já a Saúde Pública subsidia o estudo por meio de dados relativos aos fatores de risco aos quais esses profissionais estão expostos, bem como às condições que incidem sobre o processo saúde-doença. A articulação entre essas três áreas de conhecimento encontra-se representada na Figura 2 e configura-se como um movimento de (re)ligação de saberes necessários à compreensão dos fenômenos investigados, em consonância com a perspectiva interdisciplinar (Alvarenga *et al.*, 2011; Morin, 2004).

Figura 2 - Campos teóricos norteadores da nossa pesquisa interdisciplinar



Fonte: O autor.

No que se refere ao exercício da docência, toma-se como base o conceito de trabalho desenvolvido por Karl Marx¹⁵ em *O Capital*, no qual o autor define o trabalho como “um processo entre o homem e a natureza, um processo em que o homem mede suas forças com a natureza e a põe em movimento por meio de sua própria atividade, a fim de apropriar-se dos elementos da natureza numa forma útil à sua própria vida” (Marx, 2017, p. 244). No âmbito da docência, essa compreensão permite reconhecer o professor não apenas como alguém atravessado por condições sociais e históricas, mas também como um sujeito que, por meio de sua atuação, participa ativamente da produção de saberes, significados e práticas que reverberam no contexto social em que está inserido

No contexto educacional, tal dinâmica pode ser observada na medida em que o docente se encontra, excessivamente, envolvido com demandas burocráticas e atividades extraclasse, o que limita sua possibilidade de se dedicar de forma qualificada à mediação do processo de ensino-aprendizagem. Essa condição tende a fragilizar a percepção do professor acerca de sua própria prática pedagógica, levando-o, muitas vezes, a colocá-la em xeque e a não a reconhecer-se como suficiente em sua resposta de entrega. Como consequência, emergiriam sentimento de frustração e de incompetência, associados à impossibilidade de atender plenamente às múltiplas exigências atribuídas à função docente.

No que concerne ao campo da Saúde Pública, destacamos a atualização da Norma Regulamentadora nº 01 (NR-01)¹⁶, que tem como finalidade a promoção de ambientes de trabalho mais seguros e saudáveis. Embora sua aplicação não se estenda diretamente aos servidores públicos, suas diretrizes oferecem um referencial relevante para a análise das condições laborais. A partir de 2025, esta norma passou a incorporar a obrigatoriedade de identificação e gestão dos riscos psicossociais relacionados ao trabalho, ampliando o olhar sobre os fatores que incidem na saúde dos trabalhadores. Tais riscos podem ser compreendidos a partir de elementos como metas excessivas, jornadas prolongadas, ausência de suporte

¹⁵ Karl Marx (1818–1883) foi um filósofo, economista e sociólogo alemão, cuja obra se dedica à análise crítica das relações sociais e das formas de organização do trabalho na sociedade capitalista. Sua contribuição é fundamental para a compreensão do trabalho enquanto categoria central da vida social, especialmente ao evidenciar como, no capitalismo, o trabalho pode assumir formas alienadas, nas quais o trabalhador se distancia do produto de sua atividade, de si mesmo e das relações sociais que estabelece.

¹⁶ A Norma Regulamentadora nº 01 (NR-01) estabelece diretrizes gerais para a promoção da Segurança e Saúde no Trabalho, sendo aplicável às organizações que possuem trabalhadores regidos pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). Entre seus avanços mais recentes, destaca-se a exigência de implementação do Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), que prevê a identificação, avaliação e controle dos riscos ocupacionais, incluindo os riscos psicossociais. Nesse sentido, embora a norma não se aplique diretamente aos servidores públicos estatutários, como é o caso de grande parte dos docentes da rede pública, seus princípios oferecem subsídios importantes para a análise das condições de trabalho e de seus impactos sobre o desempenho psíquico docente, especialmente no que se refere à sobrecarga laboral, às exigências emocionais e à organização do trabalho, elementos frequentemente associados ao sofrimento psíquico na docência.

institucional, assédio moral, conflitos interpessoais e sobrecarga de atividades, os quais se configuram como potenciais desencadeadores de processos de adoecimento. Neste cenário, ganham destaque manifestações como ansiedade, depressão e síndrome de Burnout¹⁷, sobretudo quando consideradas as condições objetivas e subjetivas que permeiam a atuação profissional docente.

Nesse contexto, salientamos que a relação entre os três campos do saber, articulados na Figura 2, emergem, a fim de romper com uma visão reducionista sobre o objeto de pesquisa, oportunizando, desta forma, uma leitura mais ampliada, assim como orienta Brügger (2006), ao relacionar a pesquisa interdisciplinar a um voo de uma águia no qual se torna possível, uma vez olhando do alto, analisar o objeto estudado de forma mais ampla, complexa e integrada ao todo. Ao propor tal metáfora a autora (2006, p.77) salienta que:

O vôo da águia é, pois, a metáfora que escolhi para traduzir a necessidade que temos hoje de transcender as formas disciplinares de construção do conhecimento. Mesmo que este navegar seja impreciso, ele poderá nos auxiliar a estabelecer uma nova comunicação com o entorno, uma nova relação que, sem abdicar inteiramente das conquistas do caminhar analítico, permita que possamos nos mover tecendo mais conexões entre as partes e o todo (Brügger, 2006, p. 77).

Diante da contextualização proposta pela autora e à luz dos aspectos analisados nesta seção, evidenciamos a complexidade que atravessa a temática em discussão, reafirmando que a relação entre os aspectos constitutivos da docência e do adoecimento psíquico se constitui como um fenômeno de natureza interdisciplinar. Com isso, torna-se necessário um movimento investigativo que, à semelhança de um “voo metodológico”, mobilize diferentes áreas do saber, a fim de possibilitar uma compreensão mais ampla, integrada e crítica do objeto estudado, sem reduzi-lo a leituras simplificadoras, como nos inspira a Figura 3.

¹⁷ A Síndrome de Burnout, também denominada esgotamento profissional, refere-se a um fenômeno associado ao contexto de trabalho, caracterizado por um estado de exaustão física e emocional decorrente de exposição prolongada a condições laborais estressoras. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o Burnout é compreendido a partir de três dimensões principais: a sensação de esgotamento ou falta de energia, o distanciamento mental do trabalho frequentemente acompanhado de atitudes negativas ou cínicas e a redução da eficácia profissional. Tal condição está diretamente relacionada à organização e às exigências do trabalho, como um fenômeno ocupacional que impacta significativamente o bem-estar e o desempenho do trabalhador.

Figura 3 – O voo da águia olhando as partes e o todo



Fonte: Disponível em: <https://sl1nk.com/wx5fvld>

2.2 Educação e precarização: desafios da prática profissional docente

Nas últimas décadas, a prática docente tem sido impactada por processos crescentes de precarização, manifestando-se em diferentes frentes como na defasagem salarial, nas condições estruturais deficitárias das escolas, no acúmulo de funções que vão para além das atividades pedagógicas e na sobrecarga emocional imposta aos professores. O docente contemporâneo tem sido convocado a assumir uma série de funções que ultrapassam a sua formação e os objetivos educacionais. Tornando-se para além de docente, “mediador de conflitos”, “assistente social”, “psicólogo informal”, “burocrata administrativo” e “gestor de crises institucionais”, dentre outras funções transversais a sua prática. Esses são apenas alguns exemplos da ampliação das responsabilidades sem o devido suporte, que corroboram para este cenário precário na realidade educacional. Como explicita Esteve (1999), ao falar sobre a posição docente frente aos inúmeros cenários enfrentados pelos professores,

[...] 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).

A metáfora apresentada por Esteve (1999) permite-nos entender o deslocamento e a instabilidade vivenciados pelos docentes diante das transformações contemporâneas do trabalho, evidenciando uma perda de referências, de reconhecimento social e de domínio sobre sua própria prática e identidade. Tal cenário não se restringe a uma dimensão simbólica ou subjetiva do sujeito, mas encontra-se respaldada em transformações concretas que incidem

diretamente sobre as condições de trabalho. Trata-se de um cenário que se mantém atual em sua caracterização em função da realidade problemática descrita. Com isso, notamos que tais mudanças também se materializam no plano normativo e institucional, conforme apontam estudos mais recentes.

Cunha *et al.* (2024), destaca que, mesmo no plano da legalidade, houve uma ampliação significativa das exigências sobre os docentes, resultando em mais trabalho e cobranças. Tais fatores corroboram o debatido por Moreira (2018), ao discorrer sobre as novas requisições às quais os profissionais docentes vêm sendo demandados. De acordo com a autora, independentemente do caráter do vínculo profissional, podendo este ser público ou privado, o que tem sobreposto a qualidade do trabalho docente são as metas institucionais, independentemente do preço pago para que se possa chegar ao cumprimento delas. Para Moreira (2018):

[...] a burocratização, as péssimas condições salariais que exigem que a grande maioria dos/as professores/as possua mais de um vínculo empregatício, a sobrecarga de disciplinas, o controle da autonomia em sala de aula, o adoecimento por estresse e cansaço, além do contato com as mais diversas expressões da agudização da questão social, como o avanço do conservadorismo, o aumento da violência e preconceito no ambiente escolar, materializados pelo racismo, LGBTfobia, dentre outros (Moreira, 2018, p. 2-3).

Nesse sentido, podemos compreender que os atravessamentos que reconfiguram a prática docente encontram respaldo, em alguma medida, na própria legislação, a qual tem contribuído para a redefinição dos papéis do professor, a partir de uma lógica de responsabilização descentralizada. Este movimento, conforme aponta Lessard (2010), implica no aumento das queixas e dos casos de adoecimento psíquico entre os profissionais da educação. Soma-se a isso o prolongamento da jornada de trabalho, a perda de autonomia e de controle sobre a própria atividade, ao mesmo tempo em que o docente permanece sendo responsabilizado pelo desempenho do educando. Esse conjunto de demandas evidencia o esvaziamento das políticas públicas e o consequente deslocamento de responsabilidades sociais para a figura do professor, indicando que as múltiplas demandas da sociedade acabam por convergir e se concentrar no espaço escolar.

Nesse contexto, emerge o conceito de positividade tóxica¹⁸, manifestado por meio de discursos que incentivam uma visão excessivamente otimista, ignorando ou minimizando os

¹⁸ Com base em Félix *et al.* (2020), positividade tóxica refere-se à imposição ou valorização excessiva de pensamentos e emoções positivas, mesmo diante de situações adversas, sofrimento ou experiências legítimas de

desafios concretos enfrentados pelos professores. Expressões como “*ensinar é um ato de amor*”, “*só um trabalho de qualidade é capaz de mudar a educação desse país*” ou “*é uma missão*” (Félix *et al.*, 2020, p. 4) evidenciam como a positividade tóxica pode se manifestar no cotidiano docente, especialmente, em um cenário marcado pela precarização do trabalho e pelo adoecimento psíquico desses profissionais. Embora tais afirmações possam, em um primeiro momento, ser compreendidas como bem-intencionadas, tendem a deslocar para o professor a responsabilidade pelas fragilidades do sistema educacional, desconsiderando os determinantes estruturais e institucionais que incidem diretamente sobre a qualidade da educação. Nessa perspectiva, Félix *et al.* (2020, p. 4) problematizam tais discursos ao evidenciar que:

Os discursos proferidos no cotidiano docente, tais como “precisamos acreditar” ou “só um trabalho de qualidade é capaz de mudar a educação desse país” são manifestações silenciosas de um movimento da positividade tóxica dentro da educação, que culpabiliza o sujeito docente em detrimento do Estado, mesmo conscientemente sendo capaz de identificar que o fazer docente não pode ser o único responsável por resultados provenientes de políticas públicas, visto que o mesmo não é o processo, mas encontra-se inserido neste (Félix *et al.*, 2020, p. 4).

Esta perspectiva apenas reforça a ideia de que o sucesso ou fracasso da educação depende exclusivamente do esforço individual dos professores, ignorando as diferentes limitações impostas por políticas inadequadas, pela falta de recursos e pelas condições de trabalho desfavoráveis. Consequentemente, os docentes são levados a internalizar a culpa por problemas sistêmicos, contribuindo para o aumento do sofrimento psíquico e para o adoecimento mental destes. Neste interim, entendemos que os desafios enfrentados pelos docentes são múltiplos e atravessam dimensões materiais, emocionais e éticas. A precarização do trabalho docente afeta não apenas a saúde do trabalhador, mas também a qualidade da educação oferecida, aprofundando desigualdades e limitando o potencial transformador da escola.

Ademais, há que se considerar que há um processo contínuo de romantização da profissão docente, mesmo na sociedade contemporânea, quando se reforça uma concepção mais antiga do ser “*professor por amor*”, que constrói uma imagem idealizada do professor como alguém que deve exercer sua função por vocação, amor e dedicação incondicional, mesmo diante de condições adversas. Essa perspectiva contribui para a normalização do sofrimento e

dor. Tal perspectiva tende a invalidar ou minimizar emoções consideradas negativas, como tristeza, angústia ou frustração, desconsiderando a complexidade da experiência humana.

da sobrecarga de trabalho, ocultando as reais necessidades estruturais da profissão. No que se refere à romantização e à prática docente, Félix *et al.* (2020, p. 4) corroboram:

A ideia da romantização do trabalho docente, entendendo romantismo relativo a algo que denota lirismo, é aqui atribuída a descontextualização do professor em seu âmbito de trabalho, onde são ressaltados apenas os discursos sobre “os encantos da profissão” e romantizando a precariedade que o professor enfrenta tratando-os como se isso a tornasse mais “bonita”, quando na verdade, na prática, a situação é outra pois cada vez mais o professor é colocado em situação de superar essas dificuldades encontradas e ainda situar-se em numa posição de responsabilidade quase total pelos resultados obtidos no percurso de seu trabalho (Félix *et al.*, 2020, p. 4).

Diante do exposto, entendemos que algumas expressões, tais como: “professor herói” ou “pense positivo, desafios fazem parte”, “calma, paciência, vai passar” operam como um mecanismo de silenciamento das demandas legítimas da categoria, deslegitimando o direito à indignação, à mobilização coletiva por melhores condições de trabalho e ao cuidado com a própria saúde. Tal narrativa, ao mesmo tempo em que busca exaltar a figura docente, impõe-lhe um ideal de abnegação que inviabiliza a expressão do sofrimento e das contradições inerentes ao exercício profissional.

De acordo com Silva (2024), a docência ainda é, frequentemente, associada a uma espécie de vocação quase divina, na qual se espera do professor uma entrega incondicional, dissociada de reivindicações salariais ou de melhores condições de trabalho. Nesse cenário, a precarização da prática docente extrapola os limites das condições objetivas de trabalho e da desvalorização institucional, alcançando, de maneira significativa, as dimensões subjetivas do ser professor.

A sobreposição de funções, o enfraquecimento da identidade profissional e a retroalimentação de discursos que ora romantizam a prática docente, ora culpabilizam o docente por não alcançarem os resultados esperados pela instituição, não apenas deslegitimam as reivindicações da categoria, mas também produzem efeitos concretos na forma como esses sujeitos se percebem e se posicionam frente ao próprio trabalho. Estes elementos, articulados à fragilidade ou à ausência de redes de apoio¹⁹ e suporte institucional, configuram um contexto que favorece o desgaste e contribui para o agravamento do sofrimento psicológico entre os educadores.

¹⁹ Rede de apoio refere-se ao conjunto de relações interpessoais e institucionais que oferecem suporte emocional, social e/ou prático ao indivíduo em situações do cotidiano.

2.3 Das práticas laborais ao adoecimento psíquico e /ou psicológico

Ao debatermos temas como trabalho e emprego, é necessário diferenciar e compreender os paralelos existentes entre essas possibilidades de vinculação e de venda da mão de obra. Esta distinção não se reduz unicamente a uma questão terminológica, mas remete a diferentes formas de inserção do sujeito nas dinâmicas produtivas. De acordo com Alborno (2004, p. 9), a palavra trabalho apresenta dois significados, podendo ser compreendida como a forma de “[...] realizar uma obra que te expresse, que dê reconhecimento social e permaneça além da tua vida; e a de esforço rotineiro e repetitivo, sem liberdade, de resultado consumível e incômodo inevitável”. Nesse sentido, o trabalho pode assumir tanto uma dimensão de realização, sentido e reconhecimento, quanto de desgaste, repetição e limitação da autonomia do sujeito. Para a autora, a palavra trabalho, tal como a conhecemos, possui estruturas historicamente constituídas, tendo, ao longo do tempo, assumido diferentes significados e funções. Assim, ao compreender o trabalho, a partir de sua historicidade, reconhecemos que suas configurações não são fixas, mas resultados de processos sociais, econômicos e culturais que incidem diretamente sobre a forma como os sujeitos vivenciam suas realidades laborais. Desse modo, para Alborno (2004, p. 9):

Além de atividade e exercício, trabalho também significa dificuldade e incômodo: "aqui vieram passar trabalho"; "a última enchente deu muito trabalho". Pois junto a todas as suas significações ativas, trabalho em português, e no plural, quer dizer preocupações, desgostos e aflições. É o conteúdo que predomina em labor mas ainda está presente em trabalho. Isto se compreende melhor ao descobrir que em nossa língua a palavra trabalho se origina do latim *tripalium* embora outras hipóteses a associem a *trabaculum*. *Tripalium* era um instrumento feito de três paus aguçados, algumas vezes ainda munidos de pontas de ferro, no qual os agricultores bateriam o trigo, as espigas de milho, o linho para rasgá-los e esfiapa-los. A maioria dos dicionários, contudo, registra *tripalium* apenas como instrumento de tortura, o que teria sido originalmente, ou se tornado depois. A *tripaliare*, se liga ao verbo do latim vulgar *tripaliare*, que significa justamente torturar (Alborno, 2004, p. 9).

Em outras palavras, o labor não se constitui apenas como um meio de produção ou realização, mas também como um espaço atravessado por tensões, desgastes e aflições. Em mesma direção, Zanella (2010) explica que a práxis do trabalho pode ser compreendida, a partir de duas dimensões constitutivas: uma positiva e outra negativa. Segundo o autor (2020, p. 107), os aspectos positivos relacionam-se ao caráter “realizador e criador de vida” inerente ao trabalho; por outro lado, seus aspectos negativos manifestam-se na medida em que, “em

determinadas condições sociais”, o trabalho pode executar um caráter “destruidor da vida” de quem o operacionaliza.

Considerando-se tais ideais, as condições trabalho enfrentadas pelos docentes têm contribuído de forma significativa para o aumento dos casos de adoecimento físico e psíquico na categoria, assumindo o papel “destruidor” descrito por Zanella (2010). A intensificação do trabalho, caracterizada por jornadas extensas, acúmulo de funções e constantes pressões institucionais, tem transformado a prática docente em uma experiência frequentemente atravessada por estresse, ansiedade e exaustão emocional, comprometendo diretamente a vida pessoal dos(as) sujeitos(as) inseridos(as) nesse cenário. Nesse contexto, Cunha *et al.* apontam que (2025, p. 69) “os professores da educação básica, na sua maioria, apresentam uma rotina de trabalho fatigante, muitas vezes trabalhando em dois turnos e, ainda, com extensão de jornada de trabalho, uma vez que ainda levam para a casa muitos trabalhos.” Ademais,

No que se refere ao gênero, a presença de muitas mulheres nesse campo de trabalho pode, ainda, indicar uma extensão do trabalho em casa, uma vez que muitas professoras cuidam dos afazeres domésticos, da família e dos filhos, aumentando, assim, a possibilidade de adoecimento. Nesse âmbito, podem-se somar esforços intelectual e físico em excesso. (Cunha *et al.*, 2025, p. 69).

Esse acúmulo de responsabilidades, agravado pela desigual divisão sexual do trabalho, evidencia como as professoras, em especial, enfrentam uma sobrecarga que ultrapassa o ambiente escolar. A conciliação entre as jornadas profissional e doméstica, resulta em um desgaste contínuo que compromete o bem-estar físico e psíquico dessas mulheres. Como descrito por Silva (2020), a ausência de um suporte adequado, tanto das políticas públicas, quanto do interior das instituições escolares, acentuou a desvalorização e marginalização do trabalho docente, em especial realizado por mulheres, naturalizando o sofrimento marcado por desvalorização salarial e manutenção de desigualdades de gênero. Diante disto, torna-se urgente refletir sobre como a organização do trabalho escolar impacta diretamente na saúde mental das profissionais de educação.

Em relação à saúde mental, segundo a Organização Mundial da Saúde, é entendida como um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de lidar com as tensões cotidianas, desenvolver suas potencialidades, aprender, trabalhar de forma produtiva e contribuir para a comunidade em que está inserido. Trata-se de uma condição que possui, simultaneamente, valor intrínseco, enquanto dimensão constitutiva da experiência humana, e valor instrumental, ao impactar diretamente a qualidade de vida, a participação social e o exercício da cidadania, sendo, portanto, reconhecida como um direito humano fundamental.

Ao lado da precarização material, soma-se a falta de reconhecimento social e institucional, produzindo um ambiente propício ao desgaste psicológico e ao sentimento de desvalorização. A exposição constante a fatores estressores, aliada à sensação persistente de esgotamento, desempenha um papel determinante no desencadeamento ou agravamento de diversas doenças, como a Síndrome de Burnout²⁰, Ansiedade e Depressão.

Para Selligmann-Silva citada por Lima *et al.* (2023), situações como pressão constante e coerção dentro de determinadas formas de gestão, marcadas por metas rígidas e controle excessivo, contribuem para quadros como hipertensão arterial sistêmica e mal-estar persistente. O autor aponta que a lógica neoliberal penetrou a escola pública, ao priorizar a produtividade em detrimento da qualidade e, muitas, sem oferecer os meios adequados para alcançar os objetivos propostos.

Como reforça Felix *et al.* (2020), a valorização da docência passa pela garantia de estruturas adequadas, pela responsabilização compartilhada e pela construção de ambientes colaborativos. No entanto, o que se observa, na prática, é que tais condições são, frequentemente, ignoradas, levando muitos educadores ao esgotamento físico e emocional. Como consequência, torna-se frequente o afastamento desses profissionais das salas de aula, sendo realocados ou readaptados a outras funções no sistema educacional. Esse movimento nos direciona à uma reflexão sobre a forma como esses processos de readaptação têm sido conduzidos, especialmente quando se trata da saúde mental dos docentes (Bomdaruk, 2023).

É necessário dar condições para que estes lecionem com qualidade e, também, consigam investir seu tempo e energia para uma melhor formação contínua, para que, assim, mantenham-se atualizados e motivados frente aos desafios da prática pedagógica. A construção de uma educação de qualidade depende, portanto, de um esforço coletivo que valorize o professor não como único responsável pelo êxito educacional. Assim, diante da intensificação do sofrimento psíquico, torna-se urgente discutir como o sistema tem respondido a esse adoecimento, especialmente por meio da readaptação.

2.3.1 Readaptação: a banalização da saúde mental e/ou psíquica docente

²⁰ 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. A Síndrome de Burnout envolve nervosismo, sofrimentos psicológicos e problemas físicos, como dor de barriga, cansaço excessivo e tonturas. O estresse e a falta de vontade de sair da cama ou de casa, quando constantes, podem indicar o início da doença.

Em 2023, no IV Seminário Trabalho e Saúde dos Professores²¹ foram discutidos os principais problemas que afetam os docentes da rede pública, como as condições precárias de trabalho e o aumento nos casos de adoecimento. As discussões evidenciaram o agravamento da precarização da prática docente e a urgência em traçar caminhos efetivos para a transformação dessa realidade. Nesse contexto, Lima *et al.* (2020) destacam que não é possível esperar melhorias no desempenho pedagógico dos professores se eles não estiverem em boas condições de saúde. Da mesma forma, tampouco é viável promover sua saúde quando encontram obstáculos para exercer adequadamente a função docente. Os problemas vivenciados no cotidiano escolar impactam tanto o processo de ensino-aprendizagem, quanto a saúde mental e física dos educadores, sendo a possibilidade de realização do trabalho diretamente condicionada ao estado de saúde do trabalhador (Bomdaruk, 2023).

Nesse contexto, torna-se necessária a readaptação ou realocação destes profissionais em outras funções, de modo a respeitar suas limitações e garantir condições mais adequadas de trabalho. No entanto, a readaptação dos profissionais pode não ser a solução definitiva, pois, muitas vezes, os fatores que causaram o adoecimento continuam presentes. Diante do crescente cenário de adoecimento entre os professores, muitos afastados de suas atividades laborais em decorrência de transtornos mentais, especialmente depressão, torna-se evidente o sentimento de frustração, insatisfação e o acúmulo de atestados médicos que dificultam o retorno à sala de aula. Em relação a este tipo de experiência, Bomdaruk (2023) nos evidencia a importância de conhecermos a realidade do trabalho docente e do contexto educacional, ao relatar sua própria experiência afirmando que

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 pânico e ansiedade²². Foram meses entre idas e vindas à perícia médica, tornando-se um processo desgastante e humilhante, o que levou a minha readaptação definitiva²³. 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

²¹ Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=4eq83tWNx6s> (Acesso em 02 de maio 2025).

²² Trata-se de problemas psíquicos que têm ocorrido frequentemente no contexto educacional acometendo muitos professores de modo a abalar sua saúde mental.

²³ 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.

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. (Bomdaruk, 2023, p. 16-17)

Além disso, de acordo com Bomdaruk (2023, p. 16-17), “trata-se de uma realidade vivenciada não somente por mim, mas por vários colegas de trabalho. Entretanto, mesmo diante de tantos desafios, continuo acreditando, com toda certeza, na capacidade de transformação social pela educação.” Por essas razões, é necessário que estes profissionais sejam readaptados ou realocados em funções compatíveis com suas limitações de modo a garantir condições mais adequadas de trabalho. Assim, Feltrim e Silva (2020), reforçam essa relação entre saúde e trabalho, evidenciando que a fragilidade na saúde dos docentes compromete diretamente o desempenho profissional e pode dificultar a permanência ou o retorno ao ambiente escolar. Os autores chamam a atenção para os desafios enfrentados por professores readaptados, que, muitas vezes, não encontram condições compatíveis com suas limitações.

No retorno ao ambiente escolar, em funções distintas daquelas que exerciam anteriormente, muitos professores continuam expostos aos fatores que contribuíram para seu adoecimento. Isso acontece porque, frequentemente, a atenção institucional volta-se apenas ao “problema” imediato, que é a limitação funcional do docente e não para as causas estruturais que desencadearam o sofrimento psíquico, as quais, por diversas vezes, também são fatores de adoecimento de outros colaboradores. Assim, a readaptação, em vez de ser uma resposta efetiva de cuidado, acaba por mascarar as reais demandas do trabalhador e perpetuar a lógica de adoecimento. Como afirma Lima *et al.* (2023, p. 247): “As perdas de reconhecimento ocupam lugar importante nesse panorama melancólico do desgaste mental docente, pois vieram somar-se às incertezas advindas da cada vez maior instabilidade e precarização do sistema educacional.”

Quando falamos que os docentes estão adoecendo, fica explícito que a educação está adoecendo, desmoronando. Revelando mais uma grande problemática urgente, que é manter os professores atuais e atrair jovens para essa carreira docente. A precarização das condições de trabalho, o desgaste emocional e a falta de valorização contribuem para o desinteresse por uma profissão que deveria ser reconhecida como essencial para a transformação social. Preservar a saúde dos professores, portanto, é também preservar o futuro da educação.

Fica evidente a necessidade de um olhar atento e cuidadoso para os fatores que levam ao adoecimento no exercício da docência. É fundamental que se busquem estratégias para

minimizar esses impactos, garantindo condições de trabalho dignas e compatíveis com o ambiente escolar. Aguiar *et al.* (2024), ressaltam que a promoção da saúde mental dos docentes deve ser uma responsabilidade de toda a comunidade escolar, incluindo gestores, alunos e famílias. É necessário investir em programas de suporte psicológico, promovendo espaços de diálogo e efetuar práticas que valorizem a saúde mental, para assim garantir um ambiente educacional saudável. Para que se tenha uma educação de qualidade é indissociável que tenhamos educadores saudáveis e motivados.

Enfim, considerando-se que a escola é um espaço fundamental para a construção de transformações sociais, é preciso que ela também seja um dos primeiros lugares a promover e preservar a saúde mental e psíquica de seus profissionais.

2.4 Pesquisas relacionadas ao adoecimento psíquico e ao trabalho docente

Esta etapa da investigação científica tem como objetivo reunir e discutir produções acadêmicas que versam com a temática desta pesquisa, sobre a situação de trabalho docente e seu adoecimento psíquico, com especial atenção às possíveis lacunas identificadas em pesquisas realizadas anteriormente. Para o desenvolvimento deste estado da arte, pautamos nossa pesquisa na abordagem metodológica descrita por Romanowski e Ens (2006, p. 43), ao explicitar a importância da elaboração do estado da arte para a produção científica. Segundo as autoras, “este tipo de estudo caracteriza-se por ser descritivo e analítico”, uma vez que busca mapear de forma sistematizada o conhecimento já elaborado a respeito de um determinado assunto, sobre uma ou diversas ópticas, e analisa os paralelos e possibilidades apresentados ou deixados por estes.

Romanowski e Ens (2006, p. 43) ressaltam que, para a consolidação de um adequado estado da arte, diversos procedimentos devem ser seguidos com rigor, como a delimitação do que se busca pesquisar e analisar, a começar pela importância da seleção criteriosa de trabalhos acadêmicos como artigos científicos, dissertações e teses por meio de “descritores para direcionar as buscas a serem realizadas”. Outro aspecto apresentado pelas autoras refere-se à leitura das publicações com elaboração de síntese preliminar, considerando o tema, os objetivos, as problemáticas, metodologias, conclusões, e a relação entre o pesquisador e a área.”. Com isso, alicerçando-se nas considerações de Romanowski e Ens (2006), podemos entender que, ao articular de modo adequado o estado da arte, em uma pesquisa científica, é possível identificar o território já explorado por meio de pesquisas realizadas anteriormente,

relacionadas à temática que estamos desenvolvendo, no sentido de indicar possibilidades de desdobramentos, a partir das lacunas existentes sobre a mesma discussão.

Nesse sentido, com base nos aspectos apresentados e fundamentados nos pressupostos teóricos de Ferreira (2002, p. 258), o estado da arte é considerado um conjunto de pesquisas “definidas como de caráter bibliográfico”, que têm como característica comum

[...] o desafio de mapear e de discutir uma certa produção acadêmica em diferentes campos do conhecimento tentando responder que aspectos e dimensões vêm sendo destacados e privilegiados em diferentes épocas e lugares, de que formas e em que condições têm sido produzidas certas dissertações de mestrado, teses de doutorado, publicações em periódicos e comunicações em anais de congressos e de seminários (Ferreira, 2002, p. 258).

Em outras palavras, a partir de um mapeamento de diferentes pesquisas e do entendimento não somente das contribuições, mas também das limitações e/ou lacunas destes estudos, podemos contribuir com o intuito de preencher as possíveis lacunas em relação ao que já foi produzido de modo a indicar o aspecto inovador de uma determinada pesquisa em andamento (Tognato; Barros, No Prelo, 2026).

Assim, inicialmente, realizamos à busca por pesquisas já produzidas, que abordassem a temática proposta em nossa pesquisa. As fontes consultadas estão indexadas no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES e referem-se ao recorte temporal compreendido entre os anos de 2019 à 2024. Este recorte temporal foi selecionado para garantir a análise das produções mais recentes, considerando-se as mudanças nas políticas educacionais e no contexto da saúde mental docente e adoecimento psíquico e/ou psicológico nesse período. Desse modo, o objetivo deste levantamento foi o de identificar e mapear o conhecimento já produzido sobre o objeto de estudo. As buscas foram realizadas por meio das palavras-chave/descriptores “adoecimento psíquico docente”, “saúde mental docente” e “sofrimento psíquico docente”. O resultado obtido na curadoria, com a adequação de filtros de busca relacionados à temática da pesquisa, totalizou 1.201 trabalhos. Deste total obtido, selecionamos 118 produções, utilizando como critérios de exclusão o tema investigado, título utilizado e objetivos articulados nas pesquisas. A seleção dos trabalhos escolhidos foi realizada a partir da leitura dos resumos, o que permitiu a exclusão dos que não se alinhavam à temática proposta nesta pesquisa. Ao final, os 10 estudos selecionados foram considerados os mais robustos por apresentarem análises detalhadas, metodologias claras e resultados aplicáveis ao contexto interdisciplinar do adoecimento psíquico docente.

A escolha dos trabalhos considerados válidos para esta análise partiu de uma leitura atenta de elementos-chave presentes em cada estudo, como a autoria, o ano de publicação, o escopo temático delineado no título, os objetivos propostos pelos pesquisadores e os resultados alcançados. Mais do que reunir dados, buscamos compreender a contribuição, bem como as lacunas de cada produção para a construção crítica do nosso objeto de investigação. A análise do estado da arte nos permite identificar lacunas de pesquisa, orientar a escolha de métodos e fundamentar teoricamente o estudo, evidenciando como é possível contribuir com novos dados e interpretações.

Na sequência, a Tabela 1 apresenta o levantamento de pesquisas relacionadas à temática investigada, organizado por tipo de produção acadêmica. Este levantamento permite-nos compreender a distribuição das produções sobre adoecimento psíquico docente e oferece uma base para a análise do estado da arte, evidenciando a relevância e as lacunas existentes na pesquisa sobre o tema.

Tabela 1 – Levantamento de pesquisas relacionadas à temática investigada

Tipos de Pesquisa	Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES
Artigos	2
Dissertações	6
Teses	2
Total	10

Fonte: o Autor, com base no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES

Concluída a seleção dos estudos, procedemos à leitura e análise de seus elementos estruturais, a saber: título, resumo, objetivos e resultados, a fim de apreender as principais contribuições de cada produção. Para sistematizar estas informações, organizamos o Quadro 1, que contempla dois artigos, seis dissertações e duas teses relacionados à temática investigada. No entanto, antes de prosseguir com a explicitação das demais pesquisas encontradas nesta fase, é fundamental entendermos 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 4.

Figura 4 – Processo de busca pelo Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES



Fonte: O autor, com base em [https://catalogodeteses.capes.gov.br/catalogo-teses/#!/.](https://catalogodeteses.capes.gov.br/catalogo-teses/#!/)

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

TIPO DA PESQUISA	AUTOR / ANO	REVISTA- INSTITUIÇÃO/ PROGRAMA	TÍTULO DA PESQUISA	OBJETIVO	RESULTADOS
ARTIGO	Mendonça, M. <i>et al.</i> (2020)	CONTRADIÇÃO – Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais	Trabalho e educação: o adoecimento psíquico docente e as implicações na organização do ensino	Realizar uma análise histórica do trabalho e dos modos de produção, para entender os fatores que motivaram o adoecimento dos/as trabalhadores/as, com ênfase no profissional docente e seu papel na educação.	A análise dos estudos históricos evidencia de maneira clara o quanto os profissionais da docência têm sido expostos a condições de trabalho alienantes, marcadas pelo estresse e pela exaustão, o que tem favorecido o surgimento de manifestações de sofrimento psíquico.
	Marilene de Lourdes Vieira (2013)	Revista Encontro de Pesquisa em Educação Universidade de Uberaba - Campus Aeroporto	Mal-estar docente e sofrimento psíquico: portas de entrada para o adoecimento	Identificar as fontes de sofrimento presentes no contexto de atuação dos sujeitos da pesquisa, bem como a sintomatologia correspondente e os mecanismos de autorregulação ou de defesa adotados por eles	Os resultados identificaram os principais fatores desencadeantes do mal-estar docente, a frequência com que esse fenômeno é vivenciado e as estratégias de enfrentamento adotadas pelos participantes da pesquisa.
	Clarice Bondaruk (2023)	Universidade Estadual do Paraná. Programa: Sociedade e Desenvolvimento	A saúde mental docente: desafios de uma prática profissional	Entender os fatores que contribuem para o sofrimento/adoecimento dos mestres em situação de trabalho	A pesquisa revelou a importância de discutir 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.
	Ismenia da Silva Vieira (2025)	Universidade Estadual do Sudoeste Da Bahia Programa: Educação	Professoras com adoecimento psíquico: o trabalho docente e os impactos no desenvolvimento profissional	Analisar, por meio da Perspectiva Histórico-Cultural de Vigotski e Leontiev, como as professoras da Educação Básica, com adoecimento psíquico realizam seu trabalho docente, considerando suas características pessoais-profissionais e os possíveis impactos da condição de saúde no desenvolvimento profissional docente.	A relação do professor com a profissão docente tem gerado impactos significativos na saúde física e mental desses profissionais. Expostos a diversas vulnerabilidades, muitos enfrentam o adoecimento como uma consequência direta desse contexto, o que, por sua vez, interfere no seu desenvolvimento profissional. Esse quadro evidencia a necessidade urgente de repensar as condições de trabalho e o suporte psicológico, a fim de garantir o bem-estar e a qualidade no exercício da profissão.

DISSERTAÇÃO	Leticia Brito da Mota Fernandes (2019)	Universidade Federal Do Mato Grosso Do Sul Programa: Educação	O adoecimento psíquico (in)visível docente: uma perspectiva da psicologia histórico-cultural	Investigar as manifestações do fenômeno do adoecimento psíquico docente na Rede Estadual de Ensino de Campo Grande-MS, além de analisar as percepções dos professores sobre os determinantes sociais que permeiam a instituição escolar e que podem contribuir para o desenvolvimento de adoecimentos psíquicos.	Foram apontados como fatores de estresse e esgotamento: o acúmulo de funções, a pressão por parte da gestão, a indisciplina dos alunos e a burocracia pedagógica. Possuem a concepção de que a educação atual está precarizada, caótica, desafiadora e negligenciada por parte governamental.
	Eva Flavia de Oliveira da Silva (2023)	Universidade Federal De São João Del-Rei Programa: Educação	Trabalho docente e saúde mental: cartas entre docentes universitários	Abordar a inter-relação entre trabalho docente e saúde mental dos professores universitários, levando em consideração a organização e as condições do trabalho realizado por esses profissionais nesse contexto.	As narrativas tecidas pelos docentes neste estudo evidenciam muitos aspectos da precarização e intensificação do trabalho docente, como: diversidade de tarefas desempenhadas, escassez de tempo, distanciamento das relações interpessoais, extensão de jornada, pressão por produtividade e desinvestimento na carreira.
	Marisa Fernandes Seixas (2023)	Universidade Estadual do Sudoest da Bahia Programa: Educação	Condições de trabalho docente, questões emocionais e o adoecimento psíquico em professores/as de Santa Maria da Vitória - Ba	Analisar as questões emocionais e as condições de trabalho que contribuem para o adoecimento psíquico de professores/as.	A precarização do trabalho, a falta de recursos e investimentos para que o/a professor/a desenvolva um bom trabalho, a desvalorização profissional e social da profissão e dificuldades em como lidar com conflitos pessoais dos alunos, assim como a baixa remuneração, precária infraestrutura, e falta de participação da família junto a escola, delegando muita responsabilidade ao professor/a contribuem para o adoecimento do/a professor/a.
	Lidiane Oliveira Eduardo Mota (2022)	Universidade De Brasília Programa: Educação	Possíveis fatores de risco e proteção para o bem-estar e saúde mental da categoria docente: um estudo bioecológico com professores readaptados da SEDF.	Investigou quais os fatores de risco e proteção relacionados ao bem-estar e saúde mental do docente e as possíveis redes de apoio para os professores da SEDF, com base nas vivências, necessidades e perspectivas de profissionais que passaram pelo processo de readaptação funcional.	Os resultados apontaram que o adoecimento emocional na categoria docente é multifatorial, contudo, questões relacionadas ao trabalho, como as díades presentes nos microsistemas dos professores, entre elas a relação com os pares e direção, e estruturas precárias, sobrecarga e a não valorização profissional são fatores de risco, bem como a relação presente no mesossistema família-escola, sendo aspectos que afetam diretamente o bem-estar e a saúde mental docente.

TESE	Silvia Segovia Araujo Freire (2023)	Universidade Federal De Mato Grosso Do Sul Programa: Educação	O silêncio e o sofrimento/adoecimento psíquico docente sob a análise da psicologia histórico-cultural: das condições às emoções	Analisar as causas do sofrimento/adoecimento psíquico dos professores da rede municipal de educação do município de Corumbá – Mato Grosso do Sul sob o olhar da Psicologia Histórico-Cultural (PHC)	Os gestores identificaram a ausência ou a precarização de ação, projetos ou programas para prevenção do sofrimento/adoecimento psíquico docente.
	Gildo Aliante (2023)	Universidade Federal do Rio Grande Do Sul Programa: Psicologia Social e Institucional	Descortinando o Adoecimento Mental de Professores do Ensino Geral da Rede Pública em Nampula, Moçambique	Analisar o processo de adoecimento mental de professores do ensino geral da rede pública em Nampula.	Os resultados apontaram que fatores organizacionais, como baixos salários, estagnação na carreira, atraso no pagamento de salários, e a falta de infraestrutura escolar e materiais adequados, são determinantes no adoecimento psíquico dos professores. Além disso, a alta carga de alunos e disciplinas, a falta de valorização profissional por parte do governo e da sociedade, e problemas de relacionamento nas escolas também contribuem para o sofrimento mental desses profissionais.

Fonte: O autor.

Na sequência, com o objetivo de apresentar e discutir de forma aprofundada as pesquisas previamente selecionadas e referenciadas, destacamos seus principais aportes, assim como as interfaces e contribuições que estabelecem com nossa proposta de investigação.

O primeiro estudo analisado, refere-se a uma a pesquisa de Mendonça e Silva (2020), intitulado “*Trabalho e educação: o adoecimento psíquico docente e as implicações na organização do ensino*”, a pesquisa teve como proposta a realização de uma análise histórica do trabalho e dos modos de produção, com o objetivo de compreender os fatores que contribuíram para o adoecimento dos/as trabalhadores/as, com ênfase na atuação do/a docente e em seu papel no contexto educacional. A investigação foi fundamentada na Teoria Histórico-Cultural, articulada aos pressupostos do Materialismo Histórico-Dialético, a qual buscou compreender de que maneira as transformações nas formas de trabalho impactam a saúde dos profissionais da educação.

A pesquisa de Mendonça e Silva (2020), apontou que os profissionais da educação se encontram submetidos de forma massiva a condições alienantes, exaustivas e estressantes, fatores que contribuem para o adoecimento docente, no que se refere ao trabalho. Segundo o estudo, as transformações impostas pelo sistema capitalista deturparam o real sentido e função da escola e do/a docente, transformando-os em instrumentos do sistema, fator que compromete a qualidade do ensino e o bem-estar psicológico docente.

A segunda pesquisa selecionada refere-se ao estudo realizado por Vieira (2013), e recebe o título “*Mal-estar docente e sofrimento psíquico: portas de entrada para o adoecimento*”. O estudo teve como objetivo compreender a dimensão do mal-estar docente e do sofrimento psíquico pela perspectiva dos professores e professoras participantes da pesquisa. O estudo contou com a participação de 29 professores(as) da educação básica de uma escola da rede municipal de Uberaba (MG), e adota uma abordagem qualitativa, configurando-se como um estudo de caso instrumental, com a coleta de dados realizada por meio de entrevistas e questionários.

Os resultados da pesquisa evidenciaram que os elementos que contribuem para a manifestação do mal-estar entre os docentes são diversos, dentre os quais é citado pela autora, a desvalorização profissional, as exigências profissionais recorrentes, a violência e a indisciplina a qual os professores são expostos, dentre outros. Conforme a pesquisadora explica, para a manutenção da saúde psicológica faz-se necessário um repensar estratégico e holístico sobre o papel do profissional e suas condições de trabalho. Nesse contexto, é

imprescindível tornar a atuação docente mais prazerosa e satisfatória visando à construção de um ambiente profissional mais saudável e propício ao bem-estar.

Na sequência, apresentamos a terceira pesquisa, intitulada “*A saúde mental docente: desafios de uma prática profissional*”, desenvolvida por Clarice Bomdaruk (2023). O estudo teve como objetivo compreender os fatores que contribuem para o sofrimento psíquico e o adoecimento mental de professores no exercício de sua atividade laboral, contemplando um universo de 28 docentes participantes. Sua fundamentação teórica está ancorada na Teoria da Complexidade, adotando uma perspectiva interdisciplinar que permite a articulação de múltiplos saberes na análise do fenômeno investigado. Metodologicamente, trata-se de uma pesquisa de abordagem mista, integrando procedimentos quantitativos e qualitativos. Os resultados evidenciam que, dentre os fatores mais recorrentes e significativos associados ao adoecimento psicológico dos professores, destacam-se: a indisciplina dos alunos, a insuficiência de apoio pedagógico, a sobrecarga de trabalho, especialmente, no que se refere à extensão da jornada laboral e a ausência de políticas públicas eficazes voltadas ao cuidado e valorização da saúde mental docente.

A quarta pesquisa intitulada “*Professoras com adoecimento psíquico: o trabalho docente e os impactos no desenvolvimento profissional*”, de Ismenia da Silva Vieira (2025), objetivou analisar, por meio da Perspectiva Histórico-Cultural de Vigotski e Leontiev, como as professoras da educação básica, com adoecimento psíquico realizam seu trabalho docente, considerando suas características pessoais-profissionais e os possíveis impactos da condição de saúde no desenvolvimento profissional docente. O estudo, realizado pela perspectiva da pesquisa qualitativa de cunho descritivo e exploratório, contou com um total de 52 docentes, do município de Iuiú-BA.

Os relatos das docentes participantes da pesquisa evidenciam que a fadiga persistente, os sintomas de ansiedade, as preocupações constantes em relação às demandas profissionais, a carência de suporte institucional e a inexistência de uma rede de apoio estruturada configuram-se como fatores significativos para o comprometimento da prática docente. Tais elementos contribuem para o aumento do desgaste físico e psíquico das professoras. O estudo também ressalta que a percepção de desvalorização da carreira docente, o esgotamento emocional prolongado e a ausência de políticas públicas eficazes voltadas à promoção e à prevenção da saúde mental emergem como aspectos que intensificam a sobrecarga profissional e comprometem a qualidade do exercício da docência.

A quinta pesquisa intitulada “*O adoecimento psíquico (in)visível docente: uma perspectiva da psicologia histórico-cultural*”, de Leticia Brito da Mota Fernandes (2019).

O estudo teve como objetivo central investigar as manifestações do adoecimento psíquico entre docentes atuantes na Rede Estadual de Ensino de Campo Grande-MS, buscando analisar as percepções desses profissionais acerca dos determinantes sociais presentes no contexto institucional escolar, os quais podem influenciar ou potencializar processos de sofrimento e adoecimento psíquico no exercício da docência.

A pesquisa, quantitativa, contou com a participação de 34 professores, entre homens e mulheres, evidenciando que as condições psicológicas e emocionais dos docentes estão intrinsecamente relacionadas ao desempenho de suas atividades profissionais. Os resultados reforçam a urgência de um olhar técnico, especializado e sensível às questões que envolvem a saúde mental desses profissionais desde a formação até a atuação, indicando a necessidade de ações concretas voltadas à sua promoção, prevenção e cuidado no contexto educacional.

A sexta pesquisa, sob o título de “*Trabalho docente e saúde mental: cartas entre docentes universitários*”, de Eva Flavia de Oliveira da Silva (2023), aborda a interrelação entre a atividade docente no ensino superior e a saúde mental docente. O estudo dedicou-se a analisar de forma analítica as condições laborais às quais esses profissionais estão submetidos, além de compreender como se constituem as relações entre os sujeitos e o trabalho no ambiente universitário, bem como os efeitos dessa dinâmica sobre a saúde mental dos docentes. A pesquisa foi desenvolvida em uma instituição de ensino superior da rede pública federal de ensino, ancorada na no estudo qualitativo.

No estudo, foram analisadas 12 cartas trocadas entre docentes, durante os meses de julho a dezembro de 2022. Tais escritos, ofereceram subsídios para compreender não apenas as condições objetivas do trabalho destes, mas também os sentidos subjetivos atribuídos à experiência docente. Dentre os diversos aspectos discorridos pelos docentes, por meio do relato em cartas, estão a precarização, a intensificação do trabalho, a sobrecarga de tarefas, a ausência de tempo para planejamento, o esfriamento nas relações interpessoais, o prolongamento da jornada laboral, a pressão por produtividade e o enfraquecimento do compromisso institucional. A pesquisa aponta que a prática docente, em um recorte universitário da rede pública, apresenta-se como uma ocupação atravessada por baixos índices de satisfação e relevantes pontos de frustração. Fator este que contribui para nossa pesquisa, uma vez que aponta outras perspectivas sobre a mesma questão: trabalho docente e adoecimento psicológico.

Dando continuidade à análise do corpus investigativo, descrevemos a sétima pesquisa, intitulada “*Condições de trabalho docente, questões emocionais e o adoecimento psíquico em professores/as de Santa Maria da Vitória - BA*”, de Marisa Fernandes Seixas (2023). A

pesquisa, de natureza qualitativa e quantitativa, foi aplicada a 39 docentes, tendo como foco a análise das questões emocionais e das condições de trabalho que contribuem para o adoecimento psíquico de professores/as. Os resultados obtidos, no campo investigado, revelam que o está atravessado por condições de trabalho desfavoráveis se encontra atravessado por condições de trabalho desfavoráveis, fator que compromete diretamente a saúde e bem-estar psicológico dos docentes. Todavia, em uma dimensão subjetiva, as respostas dos professores são marcadas por sentimentos ambivalentes quanto ao seu ofício. Embora muitos relatos deem notícia de um esfacelamento psicológico frente ao cenário enfrentado, em um contexto de precarização da educação, também emergem, mesmo que em menor quantidade, relatos de satisfação e realização com exercício da profissão. Essa coexistência de afetos aparentemente contraditórios evidencia a complexidade emocional que atravessa o fazer docente.

Avançando na apresentação dos trabalhos selecionados, a oitava pesquisa selecionada foi a intitulada “*Possíveis fatores de risco e proteção para o bem-estar e saúde mental da categoria docente: Um estudo bioecológico com professores readaptados da SEDF*”, de Lidiane Oliveira Eduardo Mota (2022). O estudo visou a investigar quais seriam os principais fatores de risco e, também, de proteção relacionados ao universo do bem-estar emocional de professores, bem como a existência de redes de apoio a estes profissionais.

A pesquisa voltou-se, de forma sistematizada, à análise da experiência de docentes que passaram pelo processo de readaptação funcional no contexto investigado. Participaram do estudo oito professoras que apresentaram quadros de adoecimento. Os dados revelam que o sofrimento psíquico docente possui caráter multifatorial; contudo, aspectos como as condições objetivas de trabalho, a fragilidade nas relações com a equipe pedagógica, a sobrecarga de funções e a sensação de desvalorização profissional são fatores centrais na gênese do adoecimento. Tais elementos apontam para uma dinâmica institucional que contribui significativamente para o comprometimento da saúde mental das docentes nesse cenário específico.

A nona pesquisa selecionada, é intitulada “*O silêncio e o sofrimento/adoecimento psíquico docente sob a análise da psicologia histórico-cultural: das condições às emoções*”, de Silvia Segovia Araujo Freire (2023). A investigação, de caráter qualitativo, teve como propósito principal compreender, à luz da Psicologia Histórico-Cultural, os fatores que contribuem para o sofrimento e o adoecimento psíquico de professores atuantes na rede municipal de ensino de Corumbá, no estado de Mato Grosso do Sul. Para a realização da

pesquisa, docentes e gestores participaram respondendo a questionários, obtendo um total de 144 respostas (entre docentes e administradores escolares).

Conforme a análise realizada, os resultados comunicam que a estruturação do trabalho na sociedade capitalista contribui significativamente para a desvalorização e precarização da atividade docente, afetando diversas dimensões da vida desses profissionais. Com isso, notamos que um número expressivo de professores enfrenta sobrecarga de tarefas, condições laborais inadequadas e uma rotina marcada por exigências extenuantes. Como estratégia de enfrentamento, muitos recorrem ao silenciamento de sentimentos e sintomas, como o medo, a insegurança e descontentamento, o que, por sua vez, impacta negativamente sua saúde psíquica e suas relações interpessoais, fator que o leva inevitavelmente ao uso de psicofármacos como tentativa de calar a dor.

Encerrando o conjunto de estudos analisados neste estado da arte, discorreremos sobre a pesquisa desenvolvida por Gildo Aliante (2023), intitulada “*Descortinando o Adoecimento Mental de Professores do Ensino Geral da Rede Pública em Nampula, Moçambique*”. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa que teve como objetivo central compreender as dinâmicas que envolvem o sofrimento e o adoecimento mental de professores atuantes na rede pública de ensino daquele contexto. A investigação contou com a participação de 30 sujeitos, entre docentes e profissionais da saúde mental, possibilitando uma análise mais ampla e integrada das experiências vividas no cotidiano escolar.

Os resultados apontam, de forma consistente, que fatores como a precarização das condições de trabalho — expressa em baixos salários, infraestrutura insuficiente, excesso de alunos por turma e sobrecarga de atribuições —, bem como a ausência de políticas públicas eficazes e a falta de valorização profissional por parte do Estado e da sociedade, configuram um cenário adverso que contribui significativamente para o sofrimento psíquico dos educadores, afetando diretamente sua saúde mental e seu bem-estar no exercício da profissão.

Enfim, a partir da sistematização e análise dos estudos selecionados para compor este estado da arte, foi possível identificar uma predominância expressiva de publicações no campo da Educação, o que evidencia a necessidade emergente da discussão acerca da temática do adoecimento docente. No que se refere às abordagens metodológicas adotadas, constatamos o predomínio de estudos de natureza qualitativa, os quais totalizaram seis dos trabalhos analisados. Por outro lado, três pesquisas optaram por uma abordagem quantitativa e apenas uma adotou a abordagem mista. Esse panorama metodológico revela uma forte inclinação para investigações que priorizam a compreensão subjetiva da experiência

docente, valorizando relatos, percepções e significados atribuídos pelos professores ao seu processo de adoecimento. Assim, o predomínio qualitativo não apenas reflete a complexidade e a dimensão humana do objeto de estudo, mas também aponta para a relevância de aprofundar a discussão sobre as condições de trabalho e os fatores psicossociais que impactam a saúde mental dos profissionais da educação.

2.5 Síntese da seção

Nesta seção, buscamos apresentar um conjunto de pesquisas que dialogam com a temática central desta investigação, com o propósito de mapear e refletir sobre os conhecimentos já produzidos no campo em questão. Ao fazer isso, é situado teoricamente o contexto de elaboração desta pesquisa, considerando os aspectos que atravessam e condicionam tanto o processo comunicativo quanto a própria prática investigativa. Assim, esta etapa visa não apenas a contextualizar o percurso do estudo, mas também estabelecer interlocuções teóricas que sustentam e justificam nossa proposta de análise. Além disso, apresentamos os paralelos entre o adoecimento psíquico e o trabalho docente, discorrendo sobre como a sobrecarga, a pressão por resultados e a indisciplina em sala de aula podem comprometer a saúde mental dos professores. Nesse movimento, recorreremos às bases da teoria da complexidade, que, ao sustentar uma abordagem interdisciplinar, subsidia e fortalece nossa pesquisa, oferecendo uma visão mais ampla e integrada do fenômeno.

Ademais, traçamos um breve paralelo entre educação e precarização do trabalho docente, enfatizando as condições materiais, estruturais e organizacionais que repercutem diretamente no bem-estar profissional. Evidenciamos, também, os aspectos sobre como a prática docente pode transitar da experiência de realização à condição de sofrimento e adoecimento psíquico, revelando as contradições que marcam a profissão.

Esta seção, portanto, cumpre sua função de fundamentar teoricamente a investigação, articulando diferentes perspectivas e evidenciando a necessidade de se entender a saúde mental docente, o adoecimento psíquico e/ou psicológico docente não apenas como uma questão individual, mas como um fenômeno que emerge das condições estruturais, sociais e institucionais que moldam a prática educativa.

3 PERCURSO METODOLÓGICO

O trabalho do cientista consiste em fazer ciência, ou seja, gerar novos conhecimentos científicos. E para isso, o cientista precisa percorrer um caminho que inicia na observação de um problema a ser resolvido, a formulação de uma hipótese sobre o tema com base no que já se tem de informação disponível sobre, segue para a determinação de quais técnicas/instrumentos/ estratégias/processos serão adotadas para a sua resolução e culmina na análise, interpretação e apresentação dos resultados obtidos. Este caminho é o que chamamos de método científico (Bazanella, 2022, p. 12).

Nesta seção, apresentaremos o percurso metodológico adotado em nossa investigação, percorrendo, primeiramente, sobre a natureza da pesquisa, descrevendo o contexto de produção, envolvendo as professoras participantes e o local da pesquisa, no sentido de apresentar o cenário da investigação, destacando os elementos que compõem seu espaço físico e a delimitação temporal do estudo. Desse modo, esta etapa permite-nos entender o local em que o estudo foi desenvolvido, bem como as condições sociais, culturais e institucionais que influenciaram direta ou indiretamente o processo investigativo. Esta etapa da pesquisa justifica-se pela necessidade de se explicitar o contexto de produção, a base epistemológica que sustenta a pesquisa, evidenciando o alinhamento entre o problema investigado, os objetivos traçados e as escolhas metodológicas realizadas.

Além disso, nesta seção, descreveremos os instrumentos utilizados para a coleta e geração de dados, especificando as técnicas empregadas e sua adequação à natureza da pesquisa, bem como o tratamento dos dados, explicitando os procedimentos e/ou critérios de análise utilizados nesta investigação. Nesse contexto, é delineada também cada etapa do processo de nossa pesquisa de modo a contribuir para o entendimento deste estudo. Tal descrição busca oferecer transparência às etapas do processo investigativo, favorecendo tanto a compreensão do leitor quanto a possibilidade de replicação ou inspiração para estudos futuros. A seguir, detalharemos a natureza da pesquisa, o contexto de produção, os procedimentos adotados para a captação e tratamento das informações obtidas, e pôr fim a síntese da seção.

3.1 Natureza da pesquisa

Quanto à natureza da pesquisa, mais especificamente, em relação às análises, esta fundamenta-se em uma abordagem mista, a qual integra métodos qualitativos e quantitativos, em consonância com os referenciais teóricos de Lakatos e Marconi (2010), Creswell (2010, 2015) e Creswell e Clark (2018). Optamos por essa integração metodológica porque entendemos que o uso exclusivo de apenas uma técnica poderia limitar a profundidade da análise e a compreensão do fenômeno investigado, tanto em suas dimensões objetivas quanto subjetivas. Nessa perspectiva, Creswell e Clark (2018, p. 35) ao discorrerem sobre o método misto, elucidam que:

Essa técnica emprega estratégias de investigação que envolvem coleta de dados simultânea ou sequencial para melhor entender os problemas de pesquisa. A coleta de dados também envolve a obtenção tanto de informações numéricas (por exemplo, em instrumentos) como de informações de texto (por exemplo, em entrevistas), de forma que o banco de dados final represente tanto informações quantitativas como qualitativas (Creswell; Clark, 2018, p. 35).

Com base no exposto, e, buscando uma compreensão mais ampla e sistematizada sobre a temática pesquisada, entendemos que, ao entrelaçar os dois métodos de coleta de dados (qualitativo e quantitativo), é possível alcançar uma visão mais consistente e aprofundada do fenômeno estudado. A utilização da pesquisa mista, conforme destaca Creswell (2015, p. 15), permite que a fusão obtida pela mesclagem de dados se mostre mais efetiva quando comparada à adoção isolada de apenas um método. Isso se deve ao fato de que cada abordagem apresenta suas potencialidades: enquanto a investigação quantitativa favorece a objetividade, a mensuração e a generalização dos resultados, a qualitativa possibilita captar dimensões subjetivas, contextuais e interpretativas que não seriam plenamente reveladas por números e estatísticas.

Diante disso, a combinação dessas técnicas favorece uma leitura mais abrangente e complexa do fenômeno, contemplando tanto as regularidades observáveis quanto as singularidades das experiências docentes. Essa perspectiva dialoga com a Teoria da Complexidade (Morin, 1991, 1996, 2005, 2016), ao reconhecer que os elementos não podem ser compreendidos de forma isolada, pois as partes estão sempre entrelaçadas ao todo. Assim, ao unir duas técnicas na obtenção de dados, é possível desvelar camadas mais sutis,

interdependentes e multifacetadas, que refletem as contradições e desafios da realidade investigada.

Dessa forma, entendemos que a utilização de ambas as abordagens não se configura apenas como uma opção metodológica, mas como uma estratégia necessária para responder de maneira mais consistente aos objetivos da pesquisa. Trata-se de um movimento que amplia as possibilidades de análise e contribui para um entendimento completo e integrador do objeto em estudo, evitando reducionismos e contemplando a riqueza de sua complexidade.

3.2 Contexto de produção: local da pesquisa e participantes

No que se refere ao contexto físico em que se desenvolveu esta pesquisa, é imprescindível apresentarmos, primeiramente, o espaço institucional que a acolheu. A investigação foi realizada em uma escola pública vinculada à rede municipal de ensino, que atende alunos da Educação Especial e do Ensino Fundamental – anos iniciais, do 1º ao 5º ano. A instituição desempenha papel central no atendimento educacional da comunidade, funcionando como um espaço não apenas de formação, mas também de socialização e de construção de valores socioculturais. A infraestrutura da instituição contempla diversos recursos físicos e tecnológicos que contribuem para o desenvolvimento das atividades pedagógicas. Dentre os equipamentos disponíveis na instituição, notamos os aparelhos de DVD, multimídia, laboratório de informática com acesso à *internet* cabeada, bem como uma cozinha destinada à preparação dos lanches dos estudantes. Embora a escola tenha estes recursos, há limitações relacionadas à manutenção de equipamentos e à atualização tecnológica, realidade comum em escolas públicas brasileiras e que pode impactar a plena efetividade das práticas pedagógicas.

Quanto ao espaço físico, a escola dispõe de uma quadra de esportes, uma sala destinada à diretoria e outras quatro salas de apoio pedagógico. Nesse contexto, a instituição apresenta adequações em termos de acessibilidade: suas dependências, incluindo os sanitários, são adaptadas, assegurando o acesso de pessoas com deficiência aos diferentes ambientes escolares. A escola está situada na região central da cidade, em uma área de fácil acesso à comunidade escolar. A localização estratégica contribui não apenas para o acesso, mas também para o fortalecimento da identidade da escola como referência educacional no município. No ano de 2025, a instituição contava com um total de 12 turmas ativas, atendidas por um corpo docente composto por 14 professores, e mais de 200 estudantes regularmente matriculados. Este quantitativo revela um porte institucional de médio alcance, no qual é

possível observar tanto as potencialidades, quanto as limitações comuns às escolas públicas brasileiras, especialmente, no que tange à gestão de recursos humanos, materiais e pedagógicos. O quadro de professores, embora qualificado, enfrenta desafios relacionados à sobrecarga de trabalho e às múltiplas demandas que ultrapassam a esfera estritamente pedagógica, aspecto que dialoga diretamente com a temática desta investigação.

No que concerne às participantes da pesquisa, obtivemos a participação de 7 professoras de uma escola da rede pública estadual de ensino localizada no interior do Estado do Paraná e que atuam na Educação Básica, há, pelo menos, 5 anos, para as quais aplicamos um questionário *online*, via *Google Forms* para fins de coleta e geração de dados. Destacamos a importância de considerarmos o gênero do grupo de participantes, como já tratado nesta pesquisa, a mulher sempre tem seus diferentes papéis sociais, o que pode contribuir para uma percepção mais aprofundada e precisa sobre a realidade profissional e social na qual se insere.

No que se refere ao período de desenvolvimento da pesquisa, foi conduzida em duas etapas. Inicialmente, no primeiro semestre de 2025, foi realizada reunião *on-line* com a participação da gestora da instituição e da secretaria de educação do município. Nesse encontro, apresentamos a proposta do estudo, discutimos a relevância da temática e enfatizamos a importância da colaboração dos professores e professoras para o alcance dos objetivos delineados. Esse momento inicial foi fundamental para legitimar a pesquisa no ambiente escolar, construir vínculos de confiança e assegurar o alinhamento entre os interesses acadêmicos e as necessidades da instituição. Tal estratégia foi essencial para reduzir resistências e criar um ambiente de cooperação entre pesquisador e participantes.

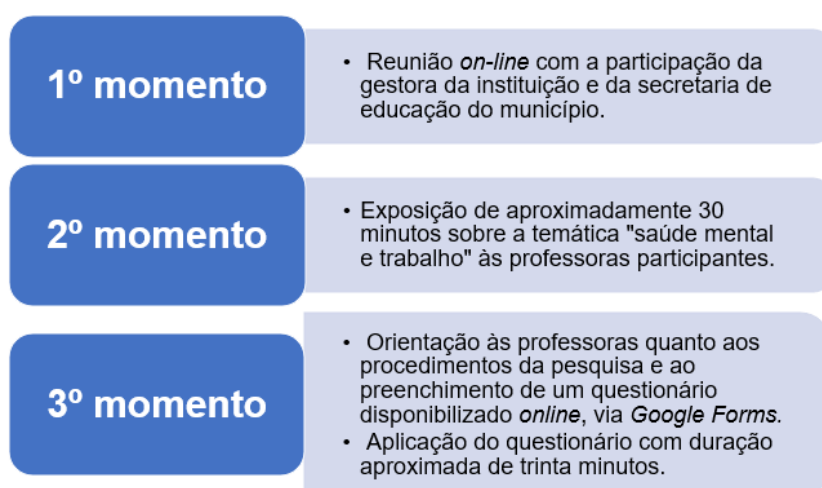
O segundo momento da pesquisa envolveu diretamente a participação das professoras que compuseram o grupo de respondentes. Inicialmente, foi conduzida uma exposição de aproximadamente 30 minutos sobre a temática "saúde mental e trabalho", com o intuito de provocar reflexões acerca dos impactos funcionais ou disfuncionais que as condições laborais podem exercer na vida pessoal e profissional dos sujeitos. Esse momento inicial de sensibilização foi pensado como estratégia metodológica para contextualizar a investigação, fomentar a adesão e qualificar as respostas obtidas. Essa etapa, além de informativa, teve caráter formativo, pois oportunizou às docentes um espaço de diálogo e de reconhecimento mútuo sobre suas experiências profissionais.

Na sequência, as professoras foram devidamente orientadas quanto aos procedimentos da pesquisa e convidadas a participar por meio do preenchimento de um questionário disponibilizado *online*, via plataforma *Google Forms*. O *link* de acesso ao instrumento foi acompanhado de uma Carta Convite e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

(TCLE), conforme as diretrizes éticas, liberado após a aprovação²⁴ do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual do Paraná (Unespar).

A aplicação do questionário ocorreu no período matutino, com duração aproximada de trinta minutos em horário previamente acordado com a equipe gestora, de modo a não comprometer a rotina de ensino e a assegurar a participação do maior número possível de professoras. Esse cuidado metodológico contribuiu para ampliar a adesão, legitimar o processo investigativo e minimizar resistências, assegurando que os dados coletados refletissem de forma mais fiel a realidade da comunidade escolar investigada. Com isso, sintetizamos as etapas de coleta de dados de nossa pesquisa, conforme ilustra a Figura 5.

Figura 5 – Etapas da coleta de dados da pesquisa



Fonte: O autor.

Desse modo, os procedimentos adotados não apenas garantiram o cumprimento dos critérios éticos, mas também fortaleceram a confiabilidade e a credibilidade dos resultados obtidos.

3.3 Coleta, geração e tratamento de dados: instrumentos e procedimentos utilizados

Em relação aos instrumentos de coleta e geração de dados, esta etapa foi realizada em dois momentos distintos. A coleta e geração de dados foram realizadas em dois momentos distintos a partir dos instrumentos previamente elaborados pelo pesquisador. O primeiro

²⁴ Recebemos aprovação do CEP da Unespar em 09 de junho de 2025, CAAE: 84989924.9.0000.9247, sob nº 7.626.607.

momento consistiu no levantamento sistemático e fichamento da literatura relacionada ao objeto da pesquisa, permitindo mapear o estado da arte sobre a temática e identificar lacunas e convergências entre os estudos existentes. Esse procedimento possibilitou-nos desenvolver a fundamentação teórica de nossa pesquisa, bem como encontrar pesquisas já realizadas, relacionadas à temática de nossa pesquisa, orientando-nos na elaboração do instrumento de pesquisa aplicado posteriormente.

O segundo momento envolveu a aplicação de um questionário *online*, disponibilizado via plataforma *Google Forms*, às professoras do colégio investigado. O questionário foi estruturado em seções que contemplavam dados sociodemográficos, aspectos relacionados à prática docente, condições de trabalho, percepção sobre saúde mental e estratégias de enfrentamento do estresse laboral. A escolha do formato *online* visou não apenas à praticidade e à agilidade na coleta, mas também à garantia de anonimato e conforto para as participantes ao responderem às questões, fatores importantes para a confiabilidade das respostas.

Para as análises, nos pautamos em alguns princípios da Teoria da Complexidade, tais como o hologramático e o de organização recursiva (Morin, 1996, 2005, 2011), o que nos permitiu entender o fenômeno investigado em suas múltiplas dimensões, reconhecendo que as partes do sistema docente não podem ser analisadas isoladamente, mas sim em relação ao todo em que estão inseridas. Além disso, adotamos os Segmentos de Orientação Temática (SOT – temas) e Segmentos de Tratamento Temático (STT – subtemas) (Bronckart, 2008; Bulea, 2010), pertencentes à perspectiva do Interacionismo Sociodiscursivo (ISD) (Bronckart, 1997[2009]), o que nos possibilitou identificar padrões discursivos e categorização temática das respostas, considerando tanto a macroestrutura do discurso quanto as nuances do contexto de produção das falas das participantes. Esta abordagem permite que os dados sejam interpretados de forma sistemática, respeitando a complexidade da experiência docente.

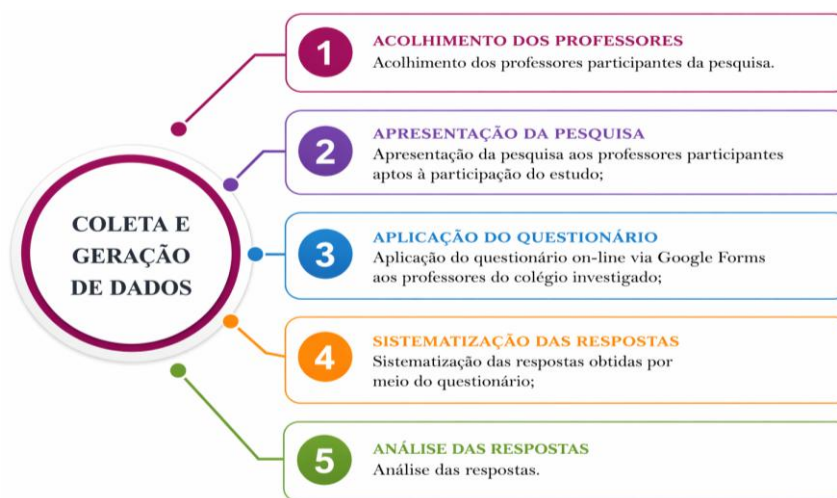
Na sequência, com o objetivo de proporcionar uma compreensão mais precisa sobre os procedimentos metodológicos empregados nesta investigação, sistematizamos as informações conforme exposto no Quadro 2.

Quadro 2 – Procedimentos metodológicos

Objetivo Geral: Entender os efeitos do trabalho docente na saúde psíquica e/ou psicológica das professoras de uma escola pública do Oeste paranaense, pela perspectiva da pesquisa interdisciplinar.			
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	PERGUNTAS DE PESQUISA	DADOS	PROCEDIMENTOS/ CRITÉRIOS DE ANÁLISE
1) Descrever as condições objetivas do trabalho docente investigado;	1) Quais as condições objetivas do trabalho docente investigado?	- Questionário online via <i>Google Forms</i> junto aos professores participantes da pesquisa.	- As categorias poderão ser geradas a partir dos dados e perspectivas teórico-metodológicas estudadas. - Plano global/macroestrutura dos dados coletados (BRONCKART, 1997/2009). - Conteúdo temático (SOT) (temas) e (STT) (subtemas) (BULEA, 2010).
2) Analisar os fatores que impactam a saúde mental docente e que ocasionam o adoecimento psíquico e/ou psicológico pelas percepções das professoras participantes da pesquisa;	2) Analisar os fatores que impactam a saúde mental docente e que ocasionam o adoecimento psíquico e/ou psicológico pelas percepções dos professores participantes da pesquisa?		
3) Identificar estratégias de prevenção e enfrentamento utilizadas pelas participantes da pesquisa em relação ao adoecimento psíquico docente.	3. Quais são as estratégias de prevenção e enfrentamento utilizadas pelos participantes da pesquisa em relação ao adoecimento psíquico docente?		

Fonte: O autor.

O segundo momento da pesquisa delinea-se pela aplicação de questionário às professoras participantes. Desse modo, sistematizadas as etapas da nossa investigação, quanto à coleta e geração de dados, conforme mostra a Figura 6.

Figura 6 – Etapas da coleta e geração de dados

Fonte: O autor.

Com o intuito de assegurar maior clareza metodológica e coerência analítica, as perguntas do questionário foram organizadas de maneira a refletir a estrutura das seções que compõem esta dissertação. Essa disposição permitiu que cada conjunto de questões se relacionasse diretamente com os objetivos específicos da pesquisa, facilitando a sistematização e a interpretação dos dados. Além disso, a organização segmentada favoreceu a análise comparativa entre respostas, identificando padrões, convergências e divergências nas experiências relatadas pelas docentes, assegurando que as informações coletadas fossem contextualizadas de forma consistente dentro do escopo investigativo.

Dessa forma, cada bloco de perguntas dialoga diretamente com as seções que estruturam o estudo, permitindo uma articulação consistente entre os dados coletados e os objetivos da pesquisa. Essa organização estratégica possibilita que a análise seja realizada de forma segmentada, identificando relações entre as respostas e os temas investigados, bem como evidenciando aspectos convergentes e divergentes nas percepções das docentes. Ademais, facilita a triangulação dos dados com a fundamentação teórica e os resultados obtidos na revisão de literatura, garantindo que os achados sejam interpretados de maneira contextualizada e fundamentada. No Quadro 3 a seguir, apresentamos as perguntas que estruturam nossa pesquisa, explicitando sua relação com os objetivos específicos da pesquisa de modo a contribuir para o desenvolvimento das análises.

Quadro 3 – Questionário a professoras da rede pública municipal de ensino do Oeste do Paraná

Contexto de Produção do Professor Participantes da Pesquisa
1. Qual é o seu gênero? ☐ Masculino ☐ Feminino ☐ Outro ☐ Prefiro não responder 2. Qual faixa etária você se encontra? ☐ 20 a 25 anos ☐ 26 a 35 anos ☐ 36 a 45 anos ☐ A partir de 50 anos 3. Qual a sua formação acadêmica e área de atuação na educação? 4. Há quanto tempo você atua como professor? 5. Você trabalha em quantas instituições de ensino atualmente? 6. Qual a sua carga horária semanal de trabalho? 7. Quantas horas você trabalha além da sua carga horária em sala de aula, para corrigir e preparar materiais? ☐ Menos de 2 horas ☐ De 2 a 3 horas ☐ De 3 a 5 horas ☐ Mais de 5 horas 8. Como você avalia as condições objetivas de trabalho oferecidas pela instituição em que atua? ☐ Muito boas ☐ Boas ☐ Regulares ☐ Ruins ☐ Muito ruins
Experiência com Adoecimento Psíquico
9. Sua situação de trabalho docente impacta negativamente em sua saúde mental? 10. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, justifique sua resposta. 11. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, com que frequência você sente que o trabalho impacta negativamente em sua saúde mental? ☐ Sempre ☐ Frequentemente ☐ Ocasionalmente ☐ Raramente ☐ Nunca 12. Você já vivenciou algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a sua atuação docente? 13. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, descreva brevemente sua experiência? 14. Quais fatores afetam negativamente seu bem-estar psicológico e/ou psíquico em sua situação de trabalho? ☐ Sobrecarga de atribuições em situação de trabalho (planejamento, preparação e correção de atividades, preenchimento do RCO e de outros documentos, dentre outros.) ☐ Excesso de carga horária no trabalho ☐ Conflitos de interação social com alunos ☐ Conflitos de interação social com pais de alunos ☐ Conflitos de interação social com colegas de trabalho ☐ Conflitos com a equipe pedagógica ou a supervisão

- ☐ Conflitos com a direção da escola
- ☐ Relações interpessoais com colegas ou gestores
- ☐ Falta de recursos pedagógicos ou infraestrutura adequada
- ☐ Falta de maior tempo de hora-atividade para planejamento, preparação e correção de atividades
- ☐ Pressão por resultados e metas educacionais
- ☐ Falta de autonomia para tomada de decisões
- ☐ Tratamento inadequado nas relações interpessoais por outros professores
- ☐ Tratamento inadequado nas relações interpessoais pela equipe pedagógica ou a supervisão
- ☐ Tratamento inadequado nas relações interpessoais pela direção da escola
- ☐ Outros (especificar): _____

15. Quais fatores você acredita que mais contribuem para o desgaste emocional e/ou psíquico na sua profissão docente?

- ☐ Falta de reconhecimento profissional
- ☐ Excesso de demandas administrativas
- ☐ Indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos
- ☐ Falta de respeito por parte da equipe pedagógica ou supervisão
- ☐ Falta de respeito por parte da direção da escola
- ☐ Ambiente de trabalho hostil ou competitivo
- ☐ Falta de apoio psicológico e/ou psíquico e emocional na escola
- ☐ Outros (especificar): _____

16. De que maneira as demandas emocionais e sociais do trabalho docente impactam sua saúde psicológica?

17. Já procurou ou recebeu apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao seu trabalho?

- ☐ Sim, já procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.
- ☐ Não, não procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.

Estratégias de Prevenção e Enfrentamento ao Adoecimento Psíquico

18. Quais práticas ou hábitos você adota para prevenir o estresse ou o adoecimento psíquico relacionado ao trabalho?
19. Você fez uso de algum medicamento, como ansiolíticos ou relacionados, nos últimos meses?
- ☐ Sim, uso regularmente.
 - ☐ Sim, usei ocasionalmente.
 - ☐ Não, mas já usei no passado.
 - ☐ Não, nunca usei.
20. Se você fez uso de ansiolíticos ou medicamentos relacionados nos últimos meses, qual foi a motivação para isso?
- ☐ Ansiedade excessiva
 - ☐ Estresse intenso
 - ☐ Insônia ou dificuldades para dormir
 - ☐ Outros problemas de saúde
 - ☐ Não aplicável (não fiz uso de medicamentos).
21. Sua instituição de ensino oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores?
- ☐ Sim, minha instituição de ensino oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.
 - ☐ Não, minha instituição de ensino não oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.
22. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, como você avalia estas ações?
23. Que estratégias ou mudanças no ambiente de trabalho poderiam, na sua visão, minimizar os riscos de adoecimento psicológico entre os professores?

24. O que significa ter qualidade de vida? Justifique sua resposta.
25. Participa de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar?
- () Sim, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.
- () Não, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.
26. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, de quais atividades você participa como lazer ou hobbies fora do ambiente escolar?
27. Quando enfrenta situações de alto estresse no ambiente escolar, como costuma lidar com elas?
28. Você busca apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho?
- () Sim, busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.
- () Não, não busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.
29. Existe algum recurso ou ferramenta (como meditação, exercícios físicos ou terapia) que você utiliza para lidar com questões emocionais ou psíquicas?
30. Já participou de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar?
31. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, explicita de que modo ou em que medida tais formações foram úteis? _____

Opiniões e Sugestões acerca da Temática investigada

32. O que você acredita que as escolas poderiam fazer para melhorar o bem-estar psíquico dos professores?
33. Quais mudanças no ambiente de trabalho você considera fundamentais para evitar o adoecimento psíquico dos docentes?
34. Caso tivesse a oportunidade de trilhar um novo caminho profissional ou de explorar outras fontes de renda, você optaria por continuar na docência? Justifique sua resposta.
35. Há algo que você gostaria de acrescentar sobre o tema que considera relevante para a pesquisa?

Fonte: O autor

Para garantir maior clareza e coerência entre os objetivos da pesquisa e os instrumentos de coleta de dados, as perguntas foram organizadas conforme os objetivos específicos do estudo, como mostra o Quadro 4.

Quadro 4 - Relação entre o questionário e os objetivos específicos da pesquisa

Objetivo 1: Descrever as condições objetivas do trabalho docente investigado.
- Qual é o seu gênero? - Qual faixa etária você se encontra? - Qual a sua formação acadêmica e área de atuação na educação? - Há quanto tempo você atua como professor? - Você trabalha em quantas instituições de ensino atualmente? - Qual a sua carga horária semanal de trabalho? - Quantas horas você trabalha além da sua carga horária em sala de aula, para corrigir e preparar materiais? - Como você avalia as condições objetivas de trabalho oferecidas pela instituição em que atua? - Sua instituição de ensino oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores? - Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, como você avalia estas ações? - Já participou de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar? - Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, explicita de que modo ou em que medida tais formações foram úteis?

Objetivo 2: Analisar os fatores que impactam a saúde mental docente e que ocasionam o adoecimento psíquico e/ou psicológico pelas percepções dos professores participantes da pesquisa.
9. Sua situação de trabalho docente impacta negativamente em sua saúde mental? 10. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, justifique sua resposta 11. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, com que frequência você sente que o trabalho impacta negativamente em sua saúde mental? 12. Você já vivenciou algum episódio de adoecimento psíquico relacionado à sua atuação docente? 13. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, descreva brevemente sua experiência. 14. Quais fatores afetam negativamente seu bem-estar psicológico e/ou psíquico em sua situação de trabalho? 15. Quais fatores você acredita que mais contribuem para o desgaste emocional e/ou psíquico na sua profissão docente? 16. De que maneira as demandas emocionais e sociais do trabalho docente impactam sua saúde psicológica? 17. Já procurou ou recebeu apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao seu trabalho?
Objetivo 3: Identificar estratégias de prevenção e enfrentamento utilizadas pelos professores participantes da pesquisa em relação ao adoecimento psíquico docente.
18. Quais práticas ou hábitos você adota para prevenir o estresse ou o adoecimento psíquico relacionado ao trabalho? 19. Você fez uso de algum medicamento, como ansiolíticos ou relacionados, nos últimos meses? 20. Se você fez uso de ansiolíticos ou medicamentos relacionados nos últimos meses, qual foi a motivação para isso? 23. Que estratégias ou mudanças no ambiente de trabalho poderiam, na sua visão, minimizar os riscos de adoecimento psicológico entre os professores? 24. O que significa ter qualidade de vida? Justifique sua resposta. 25. Participa de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar? 26. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, de quais atividades você participa como lazer ou hobbies fora do ambiente escolar? 27. Quando enfrenta situações de alto estresse no ambiente escolar, como costuma lidar com elas? 28. Você busca apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho? 29. Existe algum recurso ou ferramenta (como meditação, exercícios físicos ou terapia) que você utiliza para lidar com questões emocionais ou psíquicas? 32. O que você acredita que as escolas poderiam fazer para melhorar o bem-estar psíquico dos professores? 33. Quais mudanças no ambiente de trabalho você considera fundamentais para evitar o adoecimento psíquico dos docentes? 34. Caso tivesse a oportunidade de trilhar um novo caminho profissional ou de explorar outras fontes de renda, você optaria por continuar na docência? Justifique sua resposta. 35. Há algo que você gostaria de acrescentar sobre o tema que considera relevante para a pesquisa?

Fonte: O autor.

Essa subdivisão permite-nos visualizar de maneira sistemática como cada questão contribui para responder diretamente às metas investigativas, estabelecendo um encadeamento lógico entre os dados coletados e a análise proposta. Além disso, essa estrutura facilita a interpretação dos resultados, favorecendo a identificação de padrões, tendências e relações entre as respostas das participantes e os aspectos teóricos abordados na pesquisa. Dessa forma,

é possível compreender o fenômeno investigado em sua totalidade, articulando a coleta de dados, os objetivos da pesquisa e a fundamentação teórica que sustenta o estudo.

3.4 Síntese da Seção

Nesta seção, apresentamos o percurso metodológico adotado na pesquisa, detalhando as etapas que asseguram o rigor científico e a coerência da investigação. Assim, discorreremos sobre a natureza mista do estudo, integrando métodos qualitativos e quantitativos, o que possibilita-nos entender o fenômeno investigado em suas múltiplas dimensões, objetivas e subjetivas, em consonância com a Teoria da Complexidade. No contexto do ambiente de produção, foram descritos a infraestrutura das escolas, os participantes envolvidos e a delimitação temporal da coleta de dados.

A aplicação do questionário *online*, estruturado, a partir dos objetivos específicos da pesquisa, garantiu a articulação entre dados coletados e as análises, respeitando os procedimentos éticos e assegurando a adesão e o engajamento dos docentes. Essa seção, portanto, cumpre a função de explicitar o planejamento, os procedimentos e os instrumentos utilizados, evidenciando como a metodologia adotada sustenta a análise proposta, permitindo compreender de forma aprofundada o adoecimento psíquico docente no contexto escolar investigado.

4 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS E ANÁLISES DOS DADOS

*O sofrimento não falado não desaparece:
ele se infiltra no corpo, nos vínculos e
na própria possibilidade de criar.*
(Dejours, A loucura do trabalho, 1987)

Nesta seção, são apresentados os dados obtidos ao longo do desenvolvimento da pesquisa, com o propósito de compreender as relações existentes entre as condições de trabalho docente e a saúde mental das professoras participantes do estudo. Ao longo desta seção, serão discutidos aspectos relacionados às condições objetivas do trabalho docente, os fatores que impactam a saúde mental das participantes e às estratégias de prevenção e enfrentamento por elas mobilizadas diante das situações de desgaste psíquico no exercício da profissão.

Ressaltamos que a construção das análises se ancora na perspectiva de pesquisa interdisciplinar, a qual permite-nos estudar o objeto de estudo em sua ampla complexidade, considerando a interrelação entre dimensões objetivas, subjetivas, institucionais e sociais que atravessam o trabalho docente. Nessa direção, a objetivamos salientar que a saúde mental das professoras não pode ser analisada de forma isolada ou descontextualizada de seu todo, mas deve ser entendida como parte de uma rede ampla de determinações que configuram tanto a experiência profissional quanto a experiência enquanto sujeitas de suas vivências.

4.1 Condições do trabalho docente no campo investigado

Compreender a prática docente implica reconhecer a complexidade que caracteriza o exercício da profissão. Como nos aponta Tognato (2009, p. 91), longe de se restringir a uma atividade meramente técnica ou exclusivamente pedagógica, o trabalho docente é permeado por múltiplas determinações institucionais, demandas organizacionais e por dimensões objetivas e subjetivas que incidem diretamente sobre a forma como o docente percebe, organiza e atribui sentido ao seu fazer profissional.

Nesse contexto, a docência configura-se como um processo relacional objetivo e simbólico, no qual se entrelaçam as condições concretas de trabalho, as expectativas institucionais e as formas singulares de vivenciar e significar a atuação individual. Conforme

destaca Tognato (2009, p. 89), a docência ultrapassa a mera execução de tarefas pedagógicas, envolvendo relações interpessoais, pressões institucionais, exigências por desempenho e construções simbólicas que se articulam no cotidiano escolar.

Nessa perspectiva, a compreensão desse cenário demanda um olhar que considere, de forma integrada, tanto as condições objetivas que estruturam o trabalho docente, quanto as interpretações construídas pelos sujeitos, a partir de suas experiências frente a essa complexidade, pela via da subjetividade. Sendo assim, tomando por base os estudos de Tognato (2009) e em consonância com o primeiro objetivo específico deste estudo, procedemos à sistematização dos dados oriundos de um recorte de doze questões do questionário aplicado, voltadas à caracterização das condições objetivas do trabalho docente no contexto investigado.

As questões aplicadas (1–8, 21, 22, 30 e 31) buscaram caracterizar o universo das participantes, contemplando dimensões sociodemográficas, como gênero, faixa etária, formação acadêmica, tempo de atuação na educação, número de vínculos empregatícios, carga horária semanal e tempo dedicado às atividades extraclasse. Estes elementos permitiram-nos delimitar o perfil das participantes e compreender as condições objetivas em que o trabalho docente se desenvolve, evidenciando aspectos estruturais que atravessam o cotidiano profissional.

Esse conjunto de questões, articulado ao primeiro objetivo específico, quanto à descrição das condições objetivas do trabalho docente investigado, à luz do objetivo geral, compõe o Quadro 5 (referido abaixo), responsável por caracterizar o perfil das participantes e o contexto investigado. Para além da função descritiva, tais questões assumem papel analítico, ao possibilitar a identificação de padrões existentes no campo analisado, bem como a problematização das condições de trabalho pelas percepções das docentes, subsidiando o desenvolvimento das análises.

Quadro 5 – Perguntas do questionário referentes ao primeiro objetivo específico sobre a descrição das condições objetivas do trabalho docente

Objetivo 1: Descrever as condições objetivas do trabalho docente investigado.
1. Qual é o seu gênero? 2. Qual faixa etária você se encontra? 3. Qual a sua formação acadêmica e área de atuação na educação? 4. Há quanto tempo você atua como professor? 5. Você trabalha em quantas instituições de ensino atualmente? 6. Qual a sua carga horária semanal de trabalho? 7. Quantas horas você trabalha além da sua carga horária em sala de aula, para corrigir e preparar materiais? 8. Como você avalia as condições objetivas de trabalho oferecidas pela instituição em que atua? 21. Sua instituição de ensino oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores? 22. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, como você avalia estas ações? 30. Já participou de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar? 31. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, explicita de que modo ou em que medida tais formações foram úteis?

Fonte: O autor, com base em questionário *online* aplicado pelo *Google Forms*.

A análise dos dados coletados, com base nas perguntas mencionadas no Quadro 5, indica que todas as sete participantes da pesquisa se identificaram como pertencentes ao gênero feminino. Esse dado introduz um importante recorte de gênero²⁵ a pesquisa, convocando a reflexão acerca da divisão sexual do trabalho e do lugar historicamente ocupado por mulheres no campo da docência. Nesse contexto, Marques (2015, p. 212–222) discute a divisão sexual do trabalho como elemento estruturante da organização social, com desdobramentos significativos no campo da educação. Segundo a autora (2015, p. 220), podemos notar a predominância feminina nos cursos da área educacional, especialmente em Pedagogia, ao passo que a presença masculina tende a concentrar-se em áreas vinculadas às ciências exatas e tecnológicas.

Considerando o universo investigado, tal configuração também se evidencia, uma vez que todas as participantes possuem formação exclusiva em Pedagogia. Nessa perspectiva, a homogeneidade de gênero observada no grupo pesquisado, além da formação acadêmica que as insere no campo de análise não se configura como um dado aleatório, mas apresenta-se como expressão de uma construção histórica e social que atravessa a constituição do campo educacional.

²⁵ Em razão dos limites dos objetivos delineados para a pesquisa, optamos por não aprofundar, neste momento, a discussão acerca da divisão sexual do trabalho, ainda que se reconheça sua pertinência teórica e analítica para o campo investigado. Nesse sentido, o recorte de gênero é considerado como dimensão constitutiva do fenômeno analisado, ao mesmo tempo em que aponta para a necessidade de investigações futuras que explorem, de modo mais aprofundado, as interseções entre gênero, trabalho docente e adoecimento psíquico.

No que se refere à faixa etária das professoras analisadas, das sete respondentes, quatro situam-se na faixa etária de 36 a 45 anos, duas entre 26 e 35 anos e uma entre 20 e 25 anos de idade. Com isso, entendemos que a presença de participantes, de diferentes faixas etárias, introduz a análise uma diversidade geracional que amplia o espectro de percepções acerca do fenômeno investigado, uma vez que distintos momentos do ciclo profissional podem implicar formas específicas de vivenciar, interpretar e responder às demandas do trabalho docente. Diante disso, tal composição etária configura-se como um elemento relevante para as análises, ao possibilitar-nos considerar múltiplas experiências e olhares sobre as condições de trabalho e seus possíveis impactos na saúde mental das participantes.

Quanto ao tempo de atuação na docência, notamos que as trajetórias profissionais das participantes no campo da educação variam entre 5 e 28 anos, evidenciando um amplo espectro de experiências no exercício da docência. Desse modo, é possível considerar que a diversidade de tempo de atuação poderia, em alguma medida, contribuir para a pluralidade de percepções acerca das condições de trabalho e das exigências inerentes à prática docente, uma vez que a experiência acumulada ao longo dos anos pode influenciar tanto a forma de interpretar as demandas institucionais quanto as estratégias mobilizadas para lidar com elas.

No que se refere ao número de vínculos empregatícios, quatro professoras relataram atuar simultaneamente em duas instituições de ensino, enquanto duas indicaram trabalhar em apenas uma escola. Em relação à jornada formal de trabalho, todas as participantes informaram possuir uma carga semanal de 40 horas. Embora esse dado represente o enquadramento contratual de muitos docentes que trabalham 8 horas por semana, há que se considerar que a prática pedagógica, frequentemente, ultrapassa os limites da carga horária oficialmente estabelecida, visto que atividades como planejamento de aulas, correção de avaliações, elaboração de materiais e participação em reuniões pedagógicas costumam compor o cotidiano profissional dos docentes, ampliando, na prática, o tempo dedicado ao trabalho.

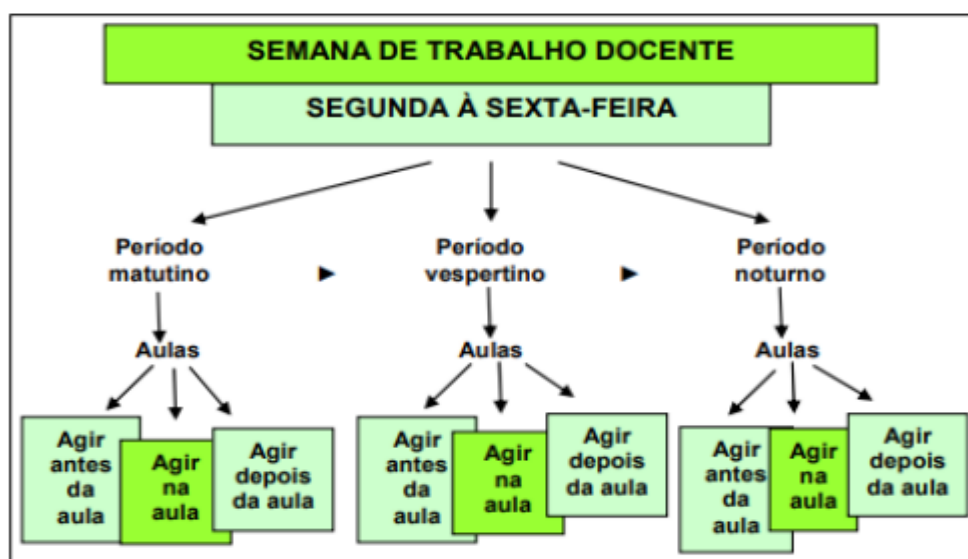
Nesse sentido, Tognato (2009, p. 188) caracteriza o fazer docente como uma prática “ininterrupta”, determinado pela continuidade do agir docente para além das horas formais cumpridas em sua prática pedagógica, em sala de aula.

[...] Mesmo a sobrecarga de trabalho, que leva o professor a desenvolver um trabalho extraclasse, 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).

Em outras palavras, para a autora, o trabalho docente é um agir constante, ininterrupto, visto que, ao finalizar uma aula, esta já é avaliada e analisada pelo próprio professor de modo a organizar e planificar a próxima aula e assim, sucessivamente. Partindo dessas considerações, Tognato (2009), ao explicitar o trabalho docente como um fazer ininterrupto, que ultrapassaria os limites físicos e temporais da sala de aula, apresenta-nos a continuidade permanente das demandas profissionais, como mostra a Figura 7, que podem, de algum modo, contribuir para a intensificação do trabalho e para a diluição das fronteiras entre tempo laboral e tempo pessoal, fatores estes que podem potencializar o desgaste emocional e o adoecimento psíquico das docentes, uma vez que o limite entre o que é trabalho e o que não o é torna-se difuso.

Figura 7 – Agir docente como um trabalho contínuo e ininterrupto

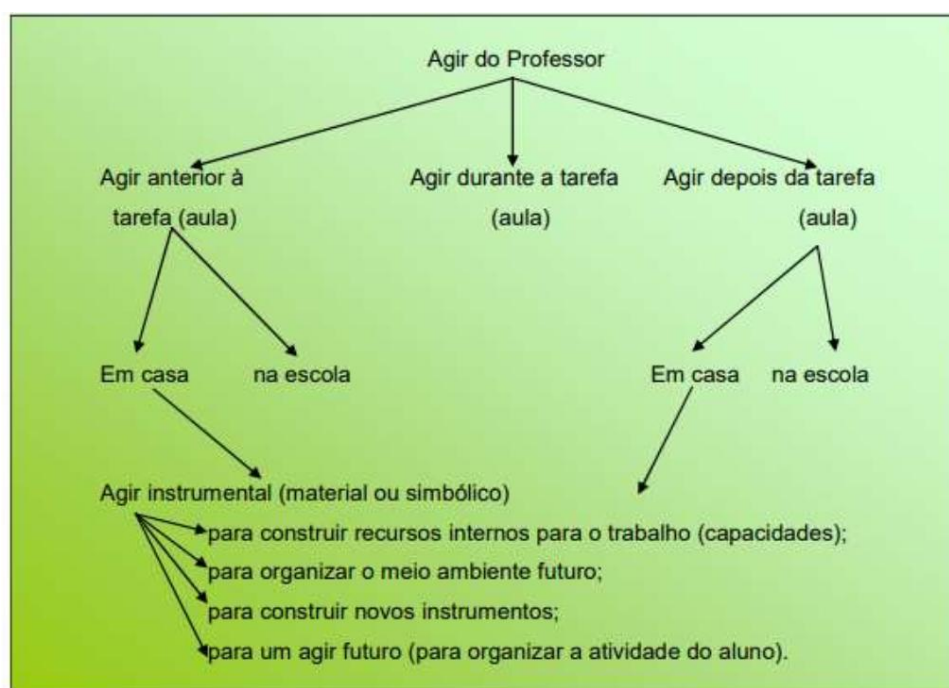


Fonte: Tognato (2009, p. 141).

Diante do exposto, a pesquisadora ilustra a dinâmica do agir docente entre o que se denomina ser: “Agir antes da aula”, referindo-se ao preparo do material a ser aplicado no exercício da docência; “Agir na aula”, referindo-se ao ato de lecionar em ambiente laboral, e o “Agir depois da aula”, referindo-se ao trabalho que se estende mesmo após o período de sala propriamente dito, em todos os turnos de um mesmo dia. Alicerçada na discussão dos três modos de agir que constituem o trabalho docente, Tognato (2009, p. 159) sugere-nos uma

sistematização mais aprofundada sobre o processo do fazer docente caracterizando os vieses mais profundos desta dinâmica, conforme ilustrado na Figura 8.

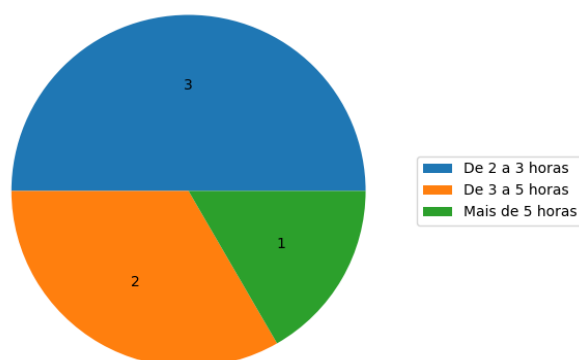
Figura 8 – Modos do agir docente em situação de trabalho



Fonte: Tognato (2009, p. 159).

Ao que se refere às atividades extraclasse, necessárias para corrigir e preparar materiais, como apresenta a Figura 5, a pesquisa apontou que três professoras afirmam dedicar de 2 a 3 horas extras para realizar atividades relacionadas ao trabalho, fora de seu período remunerado, duas professoras afirmam demandar de 3 a 5 horas nas mesmas atividades e uma professora afirma necessitar de mais de 5 hora de trabalho fora de sala de aula para realizar as demandas necessárias para o agir em aula, como nos aponta as respostas tabuladas no Gráfico 1.

Gráfico 1 – Horas trabalhadas pelas professoras em atividades extraclasse



Fonte: O autor.

A partir das respostas obtidas, inferimos que o volume de horas destinadas às atividades extraclasse, quando cotejado com a carga horária contratual de 40 horas semanais, corresponde a aproximadamente 15% de trabalho adicional não remunerado ao longo do mês. Tal dado evidencia a extrapolação dos limites formais da jornada de trabalho docente, indicando a ampliação das exigências laborais para além do tempo institucionalmente reconhecido. Essa sobrecarga não se restringe à dimensão física, incidindo também sobre os aspectos psicológicos e somáticos, na medida em que o acúmulo de demandas tende a se configurar como um elemento relevante no processo de adoecimento docente, conforme aponta Bomdaruk (2023, p.76).

Para dimensionar de maneira objetiva o impacto financeiro das horas extraclasse não remuneradas, realizamos um cálculo estimativo tomando como base a jornada formal de 40 horas semanais declarada por todas as participantes. Assim, consideramos a média das faixas de horas extras indicadas pelas professoras, conforme apresentado no Gráfico 1, no qual se observa que as docentes afirmam dedicar de 2 a 3 horas, de 3 a 5 horas ou mais de 5 horas semanais para a realização de atividades relacionadas ao trabalho fora do período remunerado. Para fins analíticos, adotamos valores médios dentro de cada faixa declarada, permitindo estabelecer uma estimativa aproximada da carga horária desempenhada.

A projeção foi estruturada em duas dimensões complementares: a primeira, em nível semanal, considerando o acréscimo proporcional à jornada de 40 horas; e a segunda, em nível mensal, mediante a extrapolação dessa média para o período de quatro semanas. Tal procedimento metodológico possibilitou-nos mensurar e visualizar o volume de trabalho extraclasse realizado, evidenciando não apenas sua extensão temporal, mas também sua repercussão concreta quando comparada à carga horária formalmente remunerada.

Para estimar o correspondente financeiro dessas horas, utilizamos como base o piso salarial nacional do magistério divulgado em janeiro de 2026, fixado em R\$ 5.130,63²⁶ para jornada de 40 horas semanais, conforme dados do Ministério da Educação (2026), que anunciou atualização do piso salarial, com ganho acima da inflação, representando aumento de 5,4% em relação ao ano de 2025. Com base no valor atualizado, estimamos o valor-hora aula aproximado de R\$ 32,07, possibilitando calcular quanto essas horas adicionais

²⁶ O Ministério da Educação (MEC), por meio da Portaria nº 82/2026, fixou o piso salarial profissional nacional do magistério público da educação básica em R\$ 5.130,63 para a jornada de 40 horas semanais, com efeitos financeiros a partir de janeiro de 2026. A atualização corresponde a um reajuste de 5,4% em relação ao piso vigente em 2025 (R\$ 4.867,77), fundamentado em nova metodologia de cálculo estabelecida pela Medida Provisória nº 1.334/2026. As informações podem ser consultadas pelo link: <https://www.gov.br/mec/pt-br/assuntos/noticias/2026/janeiro/piso-nacional-do-magisterio-e-fixado-em-r-5-1-mil>.

equivaleriam em termos monetários em uma projeção semanal. A partir disso, organizamos estas informações na Tabela 2.

Tabela 2 – Estimativa semanal de trabalho extraclasse não remunerado (Base: 40 horas)

Número de professoras	Horas extras semanais declaradas	Média considerada	Valor semanal não remunerado (R\$)
3	2 a 3 horas	2,5	R\$ 80,00
2	3 a 5 horas	4	R\$ 128,28
1	Mais de 5 horas	6	R\$ 192,42

Fonte: MEC, Portaria nº 82/2026, (2026).

Os resultados apresentados na Tabela 2 evidenciam que o tempo dedicado às atividades realizadas fora da sala de aula, sem remuneração correspondente, amplia de forma significativa a jornada de trabalho das professoras participantes da pesquisa. Quando essas horas são projetadas ao longo de um mês, considerando a lógica de quatro semanas, conforme ilustrado na Tabela 3, percebemos que o impacto vai além do simples prolongamento do tempo de trabalho.

A análise, em um panorama mensal, torna visível não apenas a intensificação da jornada laboral, mas também sua repercussão econômica na vida das sujeitas da pesquisa, o que, em perspectiva semanal, pode representar um acréscimo pontual revela-se, na projeção mensal, como uma sobrecarga substancial e contínua, capaz de atravessar o campo financeiro/social e evidenciar a desvalorização material do trabalho docente.

Tabela 3 – Estimativa mensal de trabalho extraclasse não remunerado (Base: 40h semanais)

Número de professoras	Horas extras semanais declaradas	Média de horas trabalhadas no mês	Valor mensal não remunerado (R\$)
3	2 a 3 horas	10	R\$ 320,70
2	3 a 5 horas	16	R\$ 513,12
1	Mais de 5 horas	24	R\$ 769,68

Fonte: MEC, Portaria nº 82/2026, (2026).

Essa ampliação da carga horária, embora não reconhecida formalmente na remuneração, configura um prolongamento concreto do tempo de trabalho das docentes e

torna visível a intensificação cotidiana que atravessa o exercício profissional. Em termos objetivos, a depender da quantidade de horas extraclasse declaradas, as professoras deixam de receber valores que podem representar parcela significativa do salário base mensal. Tal constatação evidencia não apenas a intensificação do trabalho docente, mas também sua desvalorização econômica e a invisibilização das necessidades individuais dessas profissionais, em especial as de níveis psicológicos.

Neste viés compreendemos que, a sobrecarga, portanto, não se restringe unicamente ao acúmulo de tarefas laborais como aponta Tognato (2009), mas atravessa dimensões emocionais e psíquicas importantes. Fator que contribui para o desgaste progressivo e para o esgotamento no exercício da docência desse modo, a ampliação da jornada para além do tempo remunerado revela uma dupla penalização da figura docente: de um lado, a intensificação das demandas psíquicas, que podem comprometer significativamente o equilíbrio emocional das professoras (Bomdaruk, 2023); de outro, a expropriação econômica do tempo de trabalho, que reforça a precarização material da profissão.

Esse cenário torna-se ainda mais latente quando articulado aos dados da pergunta 21 do questionário, que investigou a existência de programas ou ações institucionais voltadas a prevenção à saúde mental. Os resultados mostram que seis das sete professoras afirmaram nunca terem recebido qualquer tipo de ação preventiva ou suporte por vias institucionais relacionados à promoção de saúde mental, enquanto apenas uma relata ter tido contato com alguma iniciativa neste sentido, conforme ilustrado no Gráfico 2.



Fonte: O autor

A ausência quase total de ações preventivas em um contexto já marcado pela intensificação e sobrecarga de trabalho evidencia um ambiente potencialmente adoeecedor (Coimbra e Yokomisso, 2017). Neste viés, compreendemos que permanecer em um espaço

laboral que amplia demandas, mas não oferece suporte ou incentivo à manutenção da saúde mental, pode agravar aspectos relacionados a saúde emocional e gerar adoecimento que tendem a extrapolar em sentimentos de desamparo e isolamento, impactando o docente em sua singularidade. Nesse sentido, Bomdaruk (2023) salienta que:

[...] 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 (Bomdaruk, 2023, p. 29).

Entendemos, deste modo, que a combinação entre o embotamento vivenciado pelos profissionais da educação somados à intensificação do trabalho e à ausência de suporte institucional, configura um cenário propício a precarização simbólica e material da docência, ampliando o risco de comprometimento psíquico das profissionais gerando marcas de adoecimento como apontam Silva, Coimbra e Yokomisso (2017).

Todavia, em retrospecto às respostas do questionário, no que se refere às condições objetivas oferecidas para a realização do trabalho docente, dentro do campo observado, observamos a presença de avaliações distintas entre as participantes do estudo. Dentre o universo de professoras respondentes a pesquisa, quatro classificaram tais condições como sendo boas, duas professoras as consideraram as condições como regulares e uma docente avaliou como ruins, conforme apresentado no Gráfico 3.

Gráfico 3 – Condições objetivas de trabalho oferecidas pela instituição



Fonte: O autor

Esse panorama evidencia a presença de heterogeneidade nas percepções das docentes acerca de um mesmo contexto institucional, indicando que a experiência do trabalho docente

não se apresenta de forma homogênea entre as participantes do estudo. No que tange às possibilidades interpretativas, consideramos que a diversidade nas avaliações pode estar relacionada, em alguma medida, a diferentes elementos que atravessam a trajetória profissional das docentes, dentre os quais se destaca, nesta pesquisa, o tempo de atuação na docência²⁷, que, conforme observado nas respostas, apresenta variações significativas entre as participantes.

Com isso, notamos, no Gráfico 3, que a maioria das professoras avalia as condições objetivas de trabalho como boas ou regulares, sendo apenas uma participante a classificá-las como ruins. A priori, esse resultado pode indicar que o ambiente institucional não se configura, em termos estruturais, como desfavorável às professoras. No entanto, ao se considerar esses dados em articulação com outros achados da pesquisa, especialmente aqueles relacionados às horas de trabalho extraclasse, frequentemente, não remuneradas e, à ausência de ações preventivas voltadas à saúde mental, evidenciamos a existência de uma tensão relevante para a análise.

Esse contraste permite-nos compreender que o processo de adoecimento docente não está vinculado única e exclusivamente às condições objetivas de trabalho, entendidas como infraestrutura, recursos materiais e organização formal da instituição, mas engendrado em aspectos mais complexos do cenário analisado. Diante disso, a nosso ver, é fundamental e necessário ampliar a compreensão do fenômeno, considerando-se a presença de outros elementos que perpassam o cotidiano profissional das docentes e que não se restringem à dimensão estrutural do trabalho.

Por fim, ressaltamos, nesse contexto, as demandas de ordem psíquica e emocional que incidem sobre o sujeito na relação com o mundo. Dessa forma, o adoecimento não se explica apenas por limitações materiais, mas também por uma dinâmica de trabalho que amplia exigências sem oferecer suporte institucional na mesma proporção.

4.2 Fatores que impactam na saúde mental docente ocasionando o adoecimento psíquico

O fazer docente, em suas múltiplas dimensões, configura-se como uma prática complexa, atravessada por um conjunto de exigências que incidem diretamente sobre o

²⁷ O tempo de atuação docente entre as participantes da pesquisa varia de 5 a 28 anos, abrangendo desde trajetórias profissionais mais recentes até percursos mais consolidados no campo da educação. Essa amplitude temporal evidencia a coexistência de diferentes níveis de experiência no exercício da docência, podendo incidir sobre os modos de percepção, adaptação e enfrentamento das demandas inerentes ao trabalho educativo.

exercício profissional. No cotidiano escolar, tais demandas não apenas tensionam a atuação pedagógica, mas também produzem efeitos sobre a saúde docentes, evidenciando a indissociabilidade entre trabalho e adoecimento no contexto educacional. Nessa direção, Reis *et al.* (2006) explicitam que essas exigências podem impactar significativamente tanto a dimensão física quanto a psicológica desses profissionais, repercutindo, de forma direta ou indireta, no desempenho de suas atividades laborais. Para os autores, “ensinar é uma atividade em geral altamente estressante”, estando esse contexto associado à ocorrência de diferentes agravos à saúde, como “doenças cardiovasculares, distúrbios relacionados ao estresse, labirintite, faringite, neuroses, fadiga, insônia e tensão nervosa” (Reis *et al.*, 2006, p. 231).

À luz das contribuições de Reis *et al.* (2006), e com o objetivo de investigar as percepções das professoras, participantes da pesquisa, acerca dos fatores que podem contribuir para o adoecimento mental docente no contexto de trabalho, esta subseção organiza e articula as questões vinculadas ao segundo objetivo específico da pesquisa, sobre os fatores que impactam a saúde mental docente e que ocasionam o adoecimento psíquico e/ou psicológico pelas percepções dos professores participantes da pesquisa. Assim, para o desenvolvimento desta etapa de análise, foram selecionadas as questões 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 33 e 34 do questionário. Esse conjunto de questões apresenta variação quanto aos formatos de perguntas e possibilidade as respostas, contemplando tanto perguntas abertas quanto fechadas, conforme sistematizado no Quadro 6.

Na sequência, destacamos que a organização metodológica adotada para o enquadre das questões possibilita-nos a análise de dados objetivos, bem como a consideração dos elementos subjetivos expressos nas respostas das participantes. Tal articulação favorece a ampliação do debate, ao permitir-nos o acesso às experiências relacionadas ao adoecimento psíquico no exercício da docência, dentro do recorte investigado. Desse modo, o enquadre adotado contribui para uma leitura mais abrangente do fenômeno, ao integrar tanto os aspectos estruturais do trabalho docente quanto as formas singulares pelas quais essas condições são percebidas e significadas pelas participantes.

Quadro 6 – Perguntas do questionário referentes aos fatores que impactam na saúde mental docente

Objetivo 2: Analisar os fatores que impactam a saúde mental docente e que ocasionam o adoecimento psíquico e/ou psicológico pelas percepções dos professores participantes da pesquisa.
9. Sua situação de trabalho docente impacta negativamente em sua saúde mental? 10. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, justifique sua resposta 11. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, com que frequência você sente que o trabalho impacta negativamente em sua saúde mental? 12. Você já vivenciou algum episódio de adoecimento psíquico relacionado à sua atuação docente? 13. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, descreva brevemente sua experiência. 14. Quais fatores afetam negativamente seu bem-estar psicológico e/ou psíquico em sua situação de trabalho? 15. Quais fatores você acredita que mais contribuem para o desgaste emocional e/ou psíquico na sua profissão docente? 16. De que maneira as demandas emocionais e sociais do trabalho docente impactam sua saúde psicológica? 17. Já procurou ou recebeu apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao seu trabalho?

Fonte: O autor, com base em questionário *online* aplicado pelo *Google Forms*.

No que concerne ao tratamento dos dados, realizamos um processo de categorização que envolveu, primeiramente, a identificação dos Segmentos de Orientação Temática - SOT (temas) — trechos discursivos que introduzem e delimitam um tema central a partir das perguntas do questionário, bem como os Segmentos de Tratamento Temático STT (subtemas), que podem ser entendidos como os desdobramentos do tema inicial, configurando-se como subtemas diretamente relacionados ao SOT constitutivo das perguntas do questionário e emergem de respostas subjetiva. Este procedimento analítico permitiu-nos organizar e entender os dados segundo a ótica das docentes conforme demonstrado no Quadro 7.

Quadro 7 – Plano Global de temas e subtemas evocados nas percepções das professoras participantes da pesquisa

PERGUNTAS DO QUESTIONÁRIO AOS PROFESSORES	SOT (TEMAS)/	STT – SUBTEMAS
QUESTÃO 9 e 10 Sua situação de trabalho docente impacta negativamente em sua saúde mental?	Impactos das condições e demandas do trabalho docente sobre a saúde mental	• Uso de medicação e adoecimento emocional. • Sobrecarga e excesso de demandas. • Insônia e dificuldade para relaxar. • Pressão externa e falta de apoio social. • Desmotivação e desgaste emocional frente à realidade escolar.

QUESTÃO 12 E 13 Você já vivenciou algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a sua atuação docente? Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, descreva brevemente sua experiência?	Experiências de adoecimento psíquico associadas à prática docente	• Afastamento médico por adoecimento psíquico. • Sintomas físicos relacionados ao estresse e ansiedade. • Sobrecarga mental e insônia. • Falta de sensibilidade na gestão escolar. • Quadro ansioso geral. • Complexidade e multiplicidade das demandas emocionais e psicológicas.
QUESTÃO 16 De que maneira as demandas emocionais e sociais do trabalho docente impactam sua saúde psicológica?	Efeitos das demandas na saúde psicológica	• Estresse e preocupação emocional. • Desgaste emocional causado pela indisciplina dos alunos. • Impacto negativo no sono e descanso. • Alterações na alimentação relacionadas à ansiedade. • Queda de produtividade vinculada ao adoecimento emocional. • Demandas e cobranças externas, especialmente dos pais.
QUESTÃO 18 Quais práticas ou hábitos você adota para prevenir o estresse ou o adoecimento psíquico relacionado ao trabalho?	Estratégias de prevenção e enfrentamento na docência	• Uso de medicação para manejo emocional. • Práticas religiosas ou espirituais.
QUESTÃO 23 Quais estratégias ou mudanças poderiam, na sua visão, minimizar os riscos de adoecimento psicológico entre os professores no ambiente de trabalho?	Estratégias de prevenção a saúde mental	• Necessidade de empatia e acolhimento emocional. • Valorização profissional e financeira do docente. • Oferta de atendimento psicológico e apoio emocional regular. • Capacitação e cursos voltados ao desenvolvimento pessoal do professor. • Reconhecimento das limitações institucionais das escolas.
QUESTÃO 24 O que significa ter qualidade de vida? Justifique sua resposta.	Qualidade de vida	• Equilíbrio entre vida pessoal e profissional. • Bem-estar integral apesar das dificuldades. • Saúde física e mental. • Valorização e respeito no trabalho. • Tempo para descanso e lazer. • Segurança financeira e dignidade.
QUESTÃO 27 Quando você enfrenta situações de alto estresse no ambiente escolar, como costuma lidar com elas?	Manejo do estresse	• Reflexão antes da ação. • Dificuldade em lidar com as situações. • Desconexão para aliviar a tensão (conexão com a natureza). • Técnicas de respiração e autocontrole. • Apoio social entre colegas para desabafo.

QUESTÃO 29 Existe algum recurso ou ferramenta (como meditação, exercícios físicos ou terapia) que você utiliza para lidar com questões emocionais ou psíquicas? Se sim, quais são?	Recursos utilizados para o cuidado da saúde emocional na docência.	• Ausência de práticas de autocuidado. • Prática de oração/religiosidade. • Exercício físico. • Não realização de terapia ou atividades relacionadas.
QUESTÃO 30 e 31 Você já participou de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar? Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, explicita de que modo ou em que medida tais informações foram úteis?	Formações em saúde mental na docência	• Ausência de participação em formações sobre saúde mental. • Prática de autorreflexão e valorização pessoal.
QUESTÃO 32 O que você acredita que as escolas poderiam fazer para melhorar o bem-estar psíquico dos professores?	Propostas para o bem-estar psicológico docente	• Terapia em grupo como suporte emocional. • Redução da sobrecarga e burocracia. • Valorização profissional e cuidado da saúde mental. • Atendimento psicológico regular. • Formação específica sobre saúde mental e qualidade de vida docente. • Apoio psicológico frequente e acolhimento profissional.
QUESTÃO 33 Quais mudanças você considera fundamentais para evitar o adoecimento psíquico dos docentes no ambiente de trabalho?	Prevenção do adoecimento psíquico docente no trabalho	• Maior apoio e participação das famílias. • Redução da competitividade e aumento da empatia entre colegas. • Necessidade de acompanhamento psicológico preventivo para professores. • Melhoria da disciplina dos alunos. • Valorização do professor pelo estado. • Redução da carga horária e das atividades docentes. • Respeito dos pais aos professores.
QUESTÃO 34 Caso você tivesse a oportunidade de trilhar um novo caminho profissional ou de explorar outras fontes de renda, você optaria por continuar na docência? Justifique sua resposta.	Perspectivas profissionais na docência	• Insatisfação e desejo de mudança profissional devido a condições adversas. • Compromisso com a docência apesar dos desafios. • Frustração e sofrimento relacionados à profissão. • Amor pela docência e identidade profissional

Fonte: O autor, com base em questionário online aplicado pelo *Google Forms*

Com o objetivo de sistematizar as respostas do questionário, procedemos à delimitação de um recorte analítico das questões diretamente relacionadas aos fatores que impactam a saúde mental docente e que podem contribuir para o adoecimento psíquico e/ou psicológico, a partir das percepções das professoras participantes. Esse recorte articula-se ao segundo objetivo específico da pesquisa e orienta o aprofundamento da análise.

Para esse fim, selecionadas, dentre as perguntas apresentadas no Quadro 6, as questões 9 - 10, 12 - 13 -14 - 15 e 16, por evidenciarem maior potencial na identificação dos elementos associados ao adoecimento docente. Todavia, para alicerçar a discussão acerca dos dados, as perguntas objetivas 11 e 17 foram articuladas na análise.

A partir desse conjunto, realizamos a sistematização dos temas e subtemas evocados nas respostas, permitindo a organização dos dados em categorias. Como resultado, destacamos os temas de maior recorrência, que evidenciam, de forma mais estruturada, os elementos que atravessam a experiência docente e incidem sobre a saúde mental das participantes. Essa sistematização está apresentada no Quadro 8, que sintetiza os principais subtemas identificados na análise e permeiam o debate.

Quadro 8 – SOT (temas) e STT (subtemas) evocados nas percepções das professoras, referentes ao segundo objetivo específico

PERGUNTAS DO QUESTIONÁRIO AOS PROFESSORES	SOT (TEMAS)/	STT – SUBTEMAS/NÚMERO DE OCORRÊNCIAS
QUESTÃO 9 e 10 Sua situação de trabalho docente impacta negativamente em sua saúde mental?	Impactos das condições e demandas do trabalho docente sobre a saúde mental	• Uso de medicação e adoecimento emocional. • Sobrecarga e excesso de demandas. • Insônia e dificuldade para relaxar. • Pressão externa e falta de apoio social. • Desmotivação e desgaste emocional frente à realidade escolar.
QUESTÃO 12 E 13 Você já vivenciou algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a sua atuação docente? Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, descreva brevemente sua experiência?	Experiências de adoecimento psíquico associadas à prática docente	• Afastamento médico por adoecimento psíquico. • Sintomas físicos relacionados ao estresse e ansiedade. • Sobrecarga mental e insônia. • Falta de sensibilidade na gestão escolar. • Quadro ansioso geral. • Complexidade e multiplicidade das demandas emocionais e psicológicas.

QUESTÃO 14 Quais fatores afetam negativamente seu bem-estar psicológico e/ou psíquico em sua situação de trabalho? Você pode optar por mais de uma resposta para esta pergunta.	Aspectos objetivos e subjetivos e relacionais do trabalho docente.	(5) - Sobrecarga de atribuições planejamento, correção, documentos etc.). (3) - Excesso de carga horária. (7) - Pressão por resultados e metas educacionais. (4) - Conflitos com alunos. (4) - Conflitos com pais de alunos. (2) - Conflitos com colegas de trabalho. (3) - Falta de autonomia para tomada de decisões.
QUESTÃO 15 Quais fatores você acredita que mais contribuem para o desgaste emocional e/ou psíquico na sua profissão docente? Você pode optar por mais de uma resposta para esta pergunta.	Fatores de desgaste emocional e/ou psíquico na docência	(4) - Falta de reconhecimento profissional (7) - Excesso de demandas administrativas (6) - Indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos (1) - Ambiente de trabalho hostil ou competitivo (5) - Falta de apoio psicológico e/ou psíquico e emocional na escola
QUESTÃO 16 De que maneira as demandas emocionais e sociais do trabalho docente impactam sua saúde psicológica?	Impactos das demandas na saúde psicológica	● Estresse e preocupação emocional. Desgaste emocional causado pela indisciplina dos alunos. ● Impacto negativo no sono e descanso. ● Alterações na alimentação relacionadas à ansiedade. ● Queda de produtividade vinculada ao adoecimento emocional. ● Demandas e cobranças externas, especialmente dos pais.

Fonte: O autor, com base em questionário online aplicado via *Google Forms* (Grifo nosso).

No que se refere ao conjunto das questões 9 e 10, apresentadas no Quadro 7, em que as participantes foram indagadas acerca da influência da situação de trabalho docente sobre a saúde mental, cinco professoras afirmaram que as condições de trabalho exercem impacto negativo sobre seu bem-estar psíquico, enquanto duas participantes relataram não perceber tal influência. Esse resultado evidencia que a maioria das docentes reconhece a existência de uma relação entre o contexto de trabalho e o comprometimento de sua saúde mental, sugerindo que as demandas inerentes ao exercício da docência são, em alguma medida, vivenciadas como potencialmente geradoras de desgaste psicológico. Todavia, ainda que não haja unanimidade nas respostas, a predominância de percepções negativas aponta para a relevância desse fator no campo investigado, conforme apresentado no Gráfico 4.

Gráfico 4 – Impacto negativo da situação de trabalho docente na saúde mental



Fonte: Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado pelo *Google Forms*.

No que diz respeito às respostas discursivas referentes à questão 10, notamos que as respostas das docentes reforçam a compreensão do trabalho docente como um elemento significativo no impacto negativo sobre a saúde mental (Bondaruk, 2023). Além disso, em especial, dentre aquelas que indicaram a existência desse impacto, emergem relatos que evidenciam a presença de sobrecarga, intensificação das demandas e repercussões diretas no campo emocional e psicológico (Engel, 1977).

Nesse sentido, as falas das participantes evidenciam, de maneira recorrente, que as condições de trabalho docente têm se constituído como um elemento central no desencadeamento de processos de desgaste emocional e adoecimento psíquico. Os relatos indicam que a intensificação das demandas, associada à insuficiência de tempo para o desenvolvimento das atividades, incide diretamente sobre a saúde mental das docentes, produzindo efeitos atravessando tanto o campo emocional, quanto o funcionamento cotidiano dessas profissionais.

Dentre as participantes, uma professora revela que, há mais de cinco anos, devido às situações de trabalho, passou a fazer uso de medicações. Tal relato aponta para a cronificação de um quadro de sofrimento que se prolonga no tempo, evidenciando que o impacto das condições de trabalho não se configura como episódico, mas como um processo contínuo. Em consonância a este relato, outra participante afirma que há “*muita demanda pra pouco tempo*” de preparo, aspecto que corrobora ao discutido por Tognato, ao afirmar 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).

No mesmo sentido, outro relato indica que a docente não fazia uso de medicação anteriormente, mas que, *“devido o meu trabalho desenvolvi ansiedade e tenho que tomar medicamentos todos os dias pela manhã. Isso me chateia, pois, minha rotina era para ser tranquila, mas os desgastes diários me despersonalizaram e ainda corro o risco de desenvolver uma ansiedade crônica”*. Este excerto revela não apenas o surgimento de sintomas ansiosos associados ao trabalho, mas também um sentimento de perda de si, evidenciado na expressão “despersonalizaram”, indicando que o adoecimento ultrapassa o campo funcional e incide sobre a própria constituição subjetiva da docente.

Além disso, os relatos também apontam para dificuldades relacionadas ao descanso e à desconexão do trabalho. Uma participante afirma que a *“mente não desliga”*, destacando que *“são muitas demandas e eu não consigo desligar”*, fator que tem prejudicado diretamente a qualidade do sono. Esse dado reforça a ideia de que o trabalho docente extrapola o espaço formal da escola, invadindo o tempo de descanso e comprometendo processos essenciais de recuperação física e psíquica.

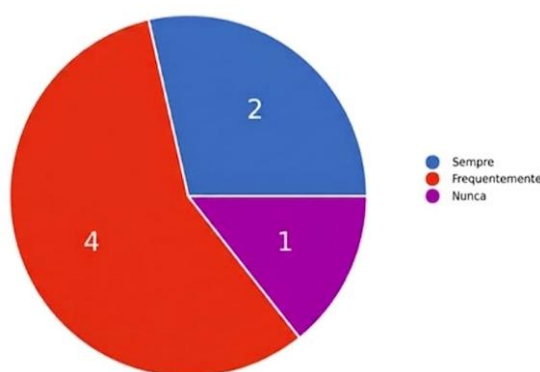
Outro elemento que emerge das falas das participantes diz respeito às relações estabelecidas no contexto escolar, especialmente no que se refere à pressão exercida por responsáveis e às dificuldades com os alunos. Conforme relata uma docente, *“a pressão dos pais é muito grande”*, evidenciando o peso das demandas externas sobre o exercício profissional. De forma complementar, outra participante aponta que *“é difícil ser professora porque os alunos não querem aprender, a maioria dos pais não ajudam em casa e deixam a responsabilidade de tudo no professor [...], alunos que não são alfabetizados sendo passado adiante para o próximo professor dar jeito, situações que vão nos deixando adoecidos e entristecidos dias após dia”*. Esse relato explicita um cenário de sobrecarga relacional e pedagógica, no qual as docentes se percebem responsabilizadas por demandas que extrapolam suas atribuições, contribuindo para um processo contínuo de desgaste e sofrimento.

De modo geral, as respostas analisadas permitem-nos compreender que o impacto negativo do trabalho docente sobre a saúde mental não se limita a um único fator isolado, mas resulta da articulação entre múltiplos elementos, dentre os quais se destacam a sobrecarga de demandas, a pressão externa, a intensificação do trabalho e a dificuldade de estabelecer limites entre o que é o tempo laboral e o que é o tempo pessoal. Tais aspectos, conforme evidenciado nas falas, configuram um cenário que favorece o adoecimento psíquico, indicando a

necessidade de uma análise que considere a complexidade das condições que atravessam o exercício da docência.

Alicerçadas nas respostas anteriores, as docentes foram questionadas, por meio da questão 11 do instrumento de pesquisa, acerca da frequência com que se percebem impactadas negativamente pelas situações do trabalho docente. Os resultados evidenciam que apenas uma participante não se percebe negativamente impactada pelo exercício profissional, enquanto duas docentes indicam sempre vivenciar esse impacto e quatro afirmam percebê-lo com frequência, conforme apresentado no Gráfico 5.

Gráfico 5 – Frequência de impacto negativo da situação de trabalho docente na saúde mental



Fonte: Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado pelo *Google Forms*.

Em relação ao conjunto das questões 12 e 13 do questionário, ao serem indagadas acerca da ocorrência de episódios de adoecimento psíquico ao longo de sua trajetória docente (questão 12), seis das sete professoras participantes afirmaram já ter vivenciado experiências dessa natureza. Esse dado evidencia uma incidência significativa de adoecimento emocional entre as docentes no campo investigado, indicando que tais experiências não se configuram como eventos isolados, mas como expressão de contexto social (Engel, 1977).

Ao considerar os relatos referentes à questão 13, direcionada às participantes que afirmaram já ter vivenciado episódios de adoecimento psicológico, notamos que os relatos apresentados aprofundam a compreensão acerca das formas pelas quais o sofrimento se manifesta no contexto do trabalho docente. Uma das professoras relata ter necessitado de afastamento de suas atividades por meio de atestado médico, em decorrência de quadros de estresse e depressão, o que evidencia a gravidade das situações vivenciadas e a necessidade de interrupção do exercício profissional como estratégia de cuidado.

Em outra narrativa, uma participante descreve: “*eu ficava ativada mesmo em horários de descanso, eu não conseguia dormir e ficava resolvendo demandas em pensamento, mesmo que isso fosse um dia seguinte, o que me gerava cansaço e desgaste*”. Esse relato permite-nos identificar a dificuldade de desligamento das demandas laborais, indicando que o trabalho ultrapassa o tempo formal de atuação e passa a ocupar também os espaços de descanso, produzindo um estado contínuo de ativação mental e comprometendo processos fundamentais, como o sono e a recuperação psíquica.

Outros relatos apontam para o impacto das relações interpessoais no ambiente de trabalho. Uma docente indica ter vivenciado adoecimento psíquico em função da falta de sensibilidade da equipe técnica²⁸ da instituição, situação que, segundo a participante, lhe gerava intensa angústia. Tal elemento evidencia que o sofrimento docente não se restringe às demandas pedagógicas, mas também se constitui nas dinâmicas relacionais estabelecidas no contexto institucional.

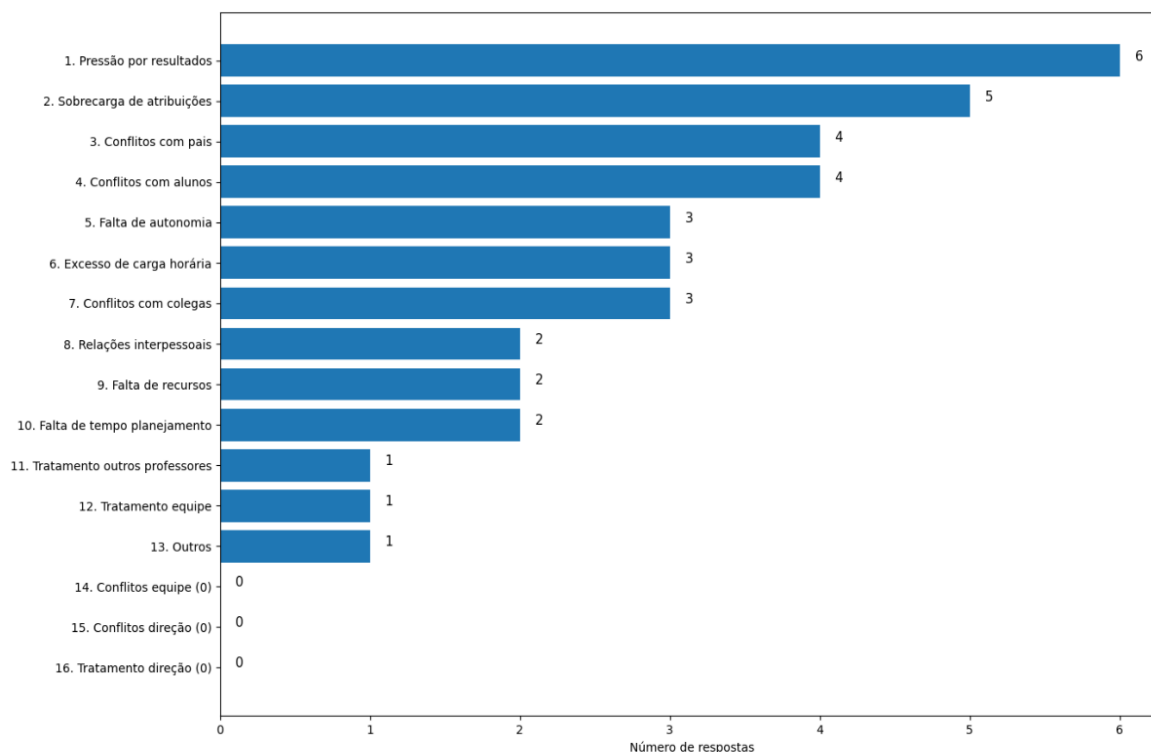
Além disso, uma das professoras descreve: “*desenvolvi uma alergia severa, uma coceira, uma alergia devido à ansiedade. O estresse de sala de aula e as demandas escolares foram o que me deixaram assim*”. Este relato aponta para a expressão do sofrimento no corpo, indicando a presença de manifestações psicossomáticas associadas às condições de trabalho, visto que já é consolidada a ideia de que o sistema imune está intrinsecamente ligado às emoções, em especial as negativas. O acúmulo progressivo e crônico de estresse gera ativação constante de alguns sistemas do organismo, com ênfase no imunológico, que com o tempo pode desencadear inúmeras disfunções e desordens no mesmo (Gonçalves *et al.* 2024). Desse modo, o adoecimento psíquico não se limita à dimensão emocional, mas pode se materializar em sintomas físicos, evidenciando a complexidade das formas de manifestação do sofrimento.

No que se refere à questão 14 do questionário, as docentes foram indagadas acerca dos fatores que afetam negativamente seu bem-estar psicológico no contexto de trabalho. Trata-se de uma questão de múltipla escolha, na qual as participantes puderam assinalar mais de uma alternativa, possibilitando a identificação de diferentes elementos associados à experiência de desgaste no exercício da docência. Os resultados obtidos evidenciam a

²⁸ Neste estudo, entendemos por equipe técnica da instituição escolar o conjunto de profissionais responsáveis pela organização, gestão e suporte pedagógico e administrativo da escola, incluindo, entre outros, direção, coordenação pedagógica, orientação educacional, supervisão escolar e demais profissionais que atuam no acompanhamento do processo educativo e na mediação das relações institucionais. A atuação dessa equipe incide diretamente sobre as condições de trabalho docente, podendo influenciar tanto o desenvolvimento das práticas pedagógicas quanto o clima organizacional e as dinâmicas relacionais no ambiente escolar.

presença de múltiplos fatores que incidem sobre a saúde mental das professoras, conforme apresentado no Gráfico 6.

Gráfico 6 – Fatores que afetam negativamente o bem-estar psicológico e/ou psíquico em situação de trabalho



Fonte: Dados obtidos pelo questionário online aplicado pelo *Google Forms*.

Com base nos fatores²⁹ elencados e organizados em ordem decrescente, conforme apresentado no Gráfico 5, constatamos que a pressão por resultados e metas educacionais (item 1) e a sobrecarga de atribuições (item 2) configuram-se como os principais elementos que impactam o bem-estar psicológico das docentes participantes. A recorrência desses fatores indica um contexto marcado pela intensificação do trabalho e pela ampliação das exigências

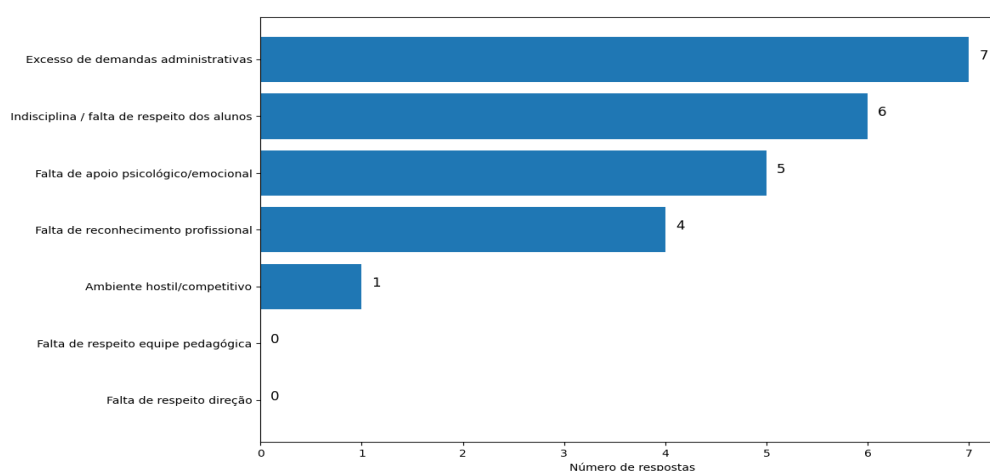
²⁹ Para fins de análise, os possíveis fatores que impactam o bem-estar psicológico docente, presentes na questão 14 do questionário foram organizados e numerados da seguinte forma: (1) pressão por resultados e metas educacionais; (2) sobrecarga de atribuições em situação de trabalho; (3) conflitos de interação social com pais de alunos; (4) conflitos de interação social com alunos; (5) falta de autonomia para tomada de decisões; (6) excesso de carga horária no trabalho; (7) conflitos de interação social com colegas de trabalho; (8) relações interpessoais com colegas ou gestores; (9) falta de recursos pedagógicos ou infraestrutura adequada; (10) falta de tempo para planejamento, preparação e correção de atividades; (11) tratamento inadequado nas relações interpessoais por outros professores; (12) tratamento inadequado nas relações interpessoais pela equipe pedagógica ou supervisão; (13) outros fatores mencionados pelas participantes; (14) conflitos com a equipe pedagógica ou supervisão; (15) conflitos com a direção da escola; e (16) tratamento inadequado nas relações interpessoais pela direção da escola. Destaca-se que a ordenação dos itens seguiu um critério decrescente de recorrência, com o objetivo de facilitar a leitura e a interpretação dos dados no corpo do texto. O relatório completo, contendo a totalidade das perguntas, encontra-se disponível, na íntegra, nos anexos desta pesquisa.

institucionais, como exposto no gráfico 1, em se tratando das horas trabalhadas pelas professoras em logica extraclasse para realizar de forma “adequada” a entrega em sala de aula. Na sequência, os conflitos de interação com pais e alunos (itens 3 e 4) evidenciam a centralidade da dimensão relacional no desgaste docente, indicando que o trabalho envolve não apenas atividades pedagógicas, mas também a gestão contínua de relações permeadas por tensões e cobranças, potencializando a dimensão social como fator de adoecimento psíquico, fator que corrobora a perspectiva biopsicossocial defendida por Engel (1977).

No que se refere à falta de autonomia, correspondente ao item 5, três professoras indicaram esse fator como impactante para o bem-estar psicológico. Esse dado evidencia que a limitação na tomada de decisões no exercício da docência constitui um elemento relevante na experiência de desgaste profissional. Nessa perspectiva, Bomdaruk (2023, p. 40) aponta que “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”, reforçando a compreensão de que a restrição da liberdade docente está diretamente relacionada às dinâmicas institucionais que estruturam o trabalho escolar e potencializam o adoecimento psicológico e ou psicológico.

Em relação à questão 15 do questionário, as docentes foram indagadas acerca dos fatores que, em sua percepção, mais contribuem para o desgaste emocional e/ou psicológico no exercício da docência. Nessa questão, as participantes puderam indicar múltiplos elementos associados ao desgaste profissional. Os resultados obtidos foram organizados de acordo com a recorrência dos fatores assinalados, conforme apresentado no Gráfico 7.

Gráfico 7 – Fatores que contribuem para o desgaste emocional e/ou psíquico na docência



Fonte: Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado pelo *Google Forms*.

A análise dos dados apresentados no Gráfico 6 revela-nos que o desgaste emocional docente, no contexto investigado, concentra-se de maneira significativa no excesso de demandas administrativas, apontado de forma unânime pelas participantes. Este resultado indica que tal fator ocupa uma posição central na experiência de desgaste das docentes. Desse modo, em relação aos demais elementos, o excesso de demandas aponta-nos um cenário no qual as exigências extrapolam o campo pedagógico, incorporando atividades que ampliam a carga de trabalho. Outros fatores, como a indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos, a ausência de apoio psicológico e emocional no ambiente escolar e a falta de reconhecimento profissional, também aparecem com recorrência significativa, evidenciando que o desgaste docente se constrói a partir de múltiplas dimensões.

No que se refere à questão 16 do questionário, as docentes foram convidadas a descrever, de forma aberta, de que maneira as demandas emocionais e sociais do trabalho docente impactam sua saúde psicológica. Por se tratar de uma questão discursiva, as participantes puderam expressar livremente suas percepções, evidenciando, por meio de seus relatos, diferentes formas de vivenciar e significar tais impactos. De modo geral, as respostas indicam que essas demandas incidem diretamente sobre o campo emocional, manifestando-se por meio de sintomas como estresse, preocupações constantes, desgaste emocional, dificuldades relacionadas ao sono e à alimentação, bem como quadros associados à ansiedade.

Dentre os relatos, ilustramos a menção ao “*desgaste emocional devido à indisciplina de alunos*”, evidenciando a centralidade das relações no cotidiano docente. Outros apontamentos indicam dificuldades em se “*desligar*” das demandas de trabalho, com impactos diretos na qualidade do sono, além de manifestações ansiosas que afetam o funcionamento cotidiano e a produtividade. Além disso, há, relatos que indicam uma percepção ampliada do impacto dessas demandas, compreendendo seus efeitos como presentes em grande parte do tempo, o que nos sugere um processo contínuo de desgaste e não episódios isolados.

A partir desses elementos, é possível compreender que as demandas emocionais e sociais do trabalho docente não se restringem ao plano das interações ou das condições objetivas, mas atravessam diretamente as dimensões psíquicas e fisiológicas das participantes. Nesse sentido, retomamos a perspectiva de Morin (2005), ao considerar que não é possível analisar os fenômenos de forma fragmentada, dissociando partes e totalidade. Ao contrário, a compreensão do adoecimento docente exige um olhar que articule os diferentes elementos que compõem essa realidade.

Assim, os dados analisados ao longo desta subseção permitem-nos identificar um cenário em que o excesso de demandas administrativas, a pressão por resultados, a sobrecarga

de atribuições, o trabalho extraclasse e a vivência de episódios de adoecimento psíquico se articulam, produzindo impactos significativos na saúde mental das docentes. Diante disso, entendemos que, embora coleta de dados para esta pesquisa seja caracterizada como um recorte composto por sete participantes, os elementos evidenciados apresentam relevância científica, visto que permitem-nos problematizar as condições em que o trabalho docente vem sendo realizado, bem como suas implicações para o bem-estar psicológico dos profissionais. Dessa forma, as análises realizadas ressaltam a importância de aprofundarmos a discussão acerca dos fatores que impactam a saúde mental docente, considerando a complexidade das relações que atravessam o exercício da docência e a necessidade de construção de estratégias que possibilitem não apenas a redução do desgaste, mas também a promoção de condições mais saudáveis de trabalho.

Por fim, no que diz respeito à pergunta 17, do instrumento de pesquisa, quando questionadas sobre a procura ou o recebimento de apoio psicológico ou médico, quatro das sete docentes indicaram não ter buscado ou recebido suporte, enquanto três relataram ter recorrido a esse tipo de atendimento. Esse resultado revela-nos um cenário alarmante, na medida em que a maioria das participantes não acessa dispositivos de cuidado, mesmo diante de um contexto marcado por desgaste emocional e impactos recorrentes sobre a saúde mental.

Tal ausência de assistente, ou busca por cuidado, pode contribuir para a manutenção e eventual agravamento dos quadros de sofrimento psíquico, sobretudo considerando a natureza contínua das demandas relatadas. Diante do exposto, constatamos a necessidade de compreender o cuidado com a saúde mental, de modo a evitar o adoecimento psíquico e/ou psicológico, para além de intervenções pontuais, incorporando estratégias integradas de prevenção e acompanhamento contínuo. Os dados mencionados são apresentados no Gráfico 8.

Gráfico 8 – Procura ou recebimento de apoio psicológico ou médico pelas professoras



Fonte: Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado pelo *Google Forms*

Diante do exposto, a partir do conjunto de dados analisados, constatamos que o adoecimento psíquico docente, no contexto investigado, configura-se como um fenômeno multifatorial, resultante da articulação entre exigências institucionais, sobrecarga de demandas, fragilidades nas relações interpessoais e limitações no acesso a dispositivos de cuidado (Engel, 1977). As percepções das participantes indicam que tais elementos não operam de forma isolada, mas se entrelaçam no cotidiano profissional, produzindo efeitos contínuos sobre a saúde mental (Zanella, 2010).

Nesse cenário, a recorrência de impactos negativos associada à baixa busca por acompanhamento especializado sinaliza a complexidade das condições que atravessam o trabalho docente, exigindo uma leitura que considere, de maneira integrada, as dimensões objetivas, subjetivas e relacionais envolvidas. A análise dos dados reforça a necessidade de ampliação das estratégias institucionais de cuidado e promoção da saúde mental, em consonância com a complexidade que caracteriza o exercício da docência contemporânea.

4.3 Estratégias de prevenção e enfrentamento ao adoecimento psíquico

No que diz respeito às estratégias de prevenção e enfrentamento mobilizadas pelas professoras participantes da pesquisa, procedemos à articulação das questões 18 – 19 – 20 – 23 – 24 – 25 – 26 – 27 – 28 – 29 – 32 – 33 e 35 do instrumento de pesquisa, as quais se voltam à investigação dos modos de enfrentamento ao adoecimento psíquico no contexto do trabalho docente. Este conjunto de questões abrangeu distintas dimensões do cuidado em saúde mental, contemplando tanto práticas de caráter individual quanto percepções relacionadas às possibilidades de suporte no âmbito institucional.

A organização desse recorte, conforme apresentado no Quadro 9, orienta a análise dos dados ao possibilitar a compreensão dos modos pelos quais as participantes elaboram, significam e operacionalizam estratégias diante das demandas emocionais e profissionais que atravessam o exercício da docência.

Quadro 9 – Estratégias de prevenção e enfrentamento adotadas pelas professoras

Objetivo 3: Identificar estratégias de prevenção e enfrentamento utilizadas pelos professores participantes da pesquisa em relação ao adoecimento psíquico docente.
18. Quais práticas ou hábitos você adota para prevenir o estresse ou o adoecimento psíquico relacionado ao trabalho? 19. Você fez uso de algum medicamento, como ansiolíticos ou relacionados, nos últimos meses? 20. Se você fez uso de ansiolíticos ou medicamentos relacionados nos últimos meses, qual foi a motivação para isso? 23. Que estratégias ou mudanças no ambiente de trabalho poderiam, na sua visão, minimizar os riscos de adoecimento psicológico entre os professores?

24. O que significa ter qualidade de vida? Justifique sua resposta.
25. Participa de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar?
26. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, de quais atividades você participa como lazer ou hobbies fora do ambiente escolar?
27. Quando enfrenta situações de alto estresse no ambiente escolar, como costuma lidar com elas?
28. Você busca apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho?
29. Existe algum recurso ou ferramenta (como meditação, exercícios físicos ou terapia) que você utiliza para lidar com questões emocionais ou psíquicas?
32. O que você acredita que as escolas poderiam fazer para melhorar o bem-estar psíquico dos professores?
33. Quais mudanças no ambiente de trabalho você considera fundamentais para evitar o adoecimento psíquico dos docentes?
35. Há algo que você gostaria de acrescentar sobre o tema que considera relevante para a pesquisa?

Fonte: O autor, com base em questionário online aplicado pelo Google Forms.

No que se refere às estratégias de prevenção e enfrentamento utilizadas pelas professoras quanto ao adoecimento psíquico docente, são reveladas por meio das respostas subjetivas e pela identificação dos SOT (temas) e dos STT (subtemas), conforme apresentados no Quadro 10.

Quadro 10 – SOT (temas) e STT (subtemas) evocados nas percepções das professoras, referentes ao terceiro objetivo específico da pesquisa

PERGUNTAS DO QUESTIONÁRIO AOS PROFESSORES	SOT (TEMAS)	STT – SUBTEMAS/NÚMERO DE OCORRÊNCIAS
QUESTÃO 18 Quais práticas ou hábitos você adota para prevenir o estresse ou o adoecimento psíquico relacionado ao trabalho?	Estratégias de prevenção e enfrentamento na docência	• Uso de medicação – 1. • Práticas religiosas ou espirituais – 1. • Ausência de cuidado – 4. • Atividade física – 1.
QUESTÃO 23 Quais estratégias ou mudanças poderiam, na sua visão, minimizar os riscos de adoecimento psicológico entre os professores no ambiente de trabalho?	Estratégias de prevenção a saúde mental	• Necessidade de empatia e acolhimento emocional – 1. • Valorização profissional e financeira do docente – 3. • Oferta de atendimento psicológico e apoio emocional regular – 4. • Capacitação e cursos voltados ao desenvolvimento pessoal do professor – 2. • Reconhecimento das limitações institucionais das escolas – 1.
QUESTÃO 24 O que significa ter qualidade de vida? Justifique sua resposta.	Qualidade de vida	• Equilíbrio entre vida pessoal e profissional – 3. • Bem-estar integral apesar das dificuldades – 2. • Saúde física e mental – 3. • Valorização e respeito no trabalho – 1.

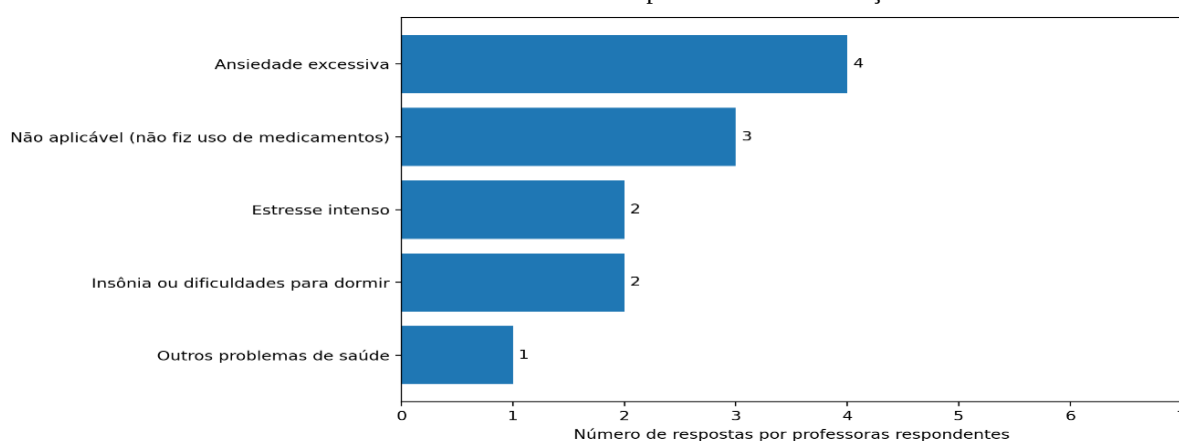
		• Tempo para descanso e lazer – 3. • Segurança financeira e dignidade – 1.
QUESTÃO 27 Quando você enfrenta situações de alto estresse no ambiente escolar, como costuma lidar com elas?	Manejo do estresse	• Pensar antes da agir – 1. • Conexão com a natureza – 1. • Técnicas de respiração e autocontrole – 3. • Busca apoio social entre colegas – 1.
QUESTÃO 29 Existe algum recurso ou ferramenta (como meditação, exercícios físicos ou terapia) que você utiliza para lidar com questões emocionais ou psíquicas? Se sim, quais são?	Recursos utilizados para o cuidado da saúde emocional na docência.	• Ausência de práticas de autocuidado – 4. • Prática de oração/religiosidade – 1. • Exercício físico – 1.
QUESTÃO 30 e 31 Você já participou de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar? Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, explicita de que modo ou em que medida tais informações foram úteis?	Formações em saúde mental na docência	• Ausência de participação em formações sobre saúde mental – 6. • Autoconhecimento – 1.
QUESTÃO 32 O que você acredita que as escolas poderiam fazer para melhorar o bem-estar psíquico dos professores?	Propostas para o bem-estar psicológico docente	• Terapia em grupo como suporte emocional – 1. • Redução da sobrecarga e burocracia – 1. • Valorização profissional e cuidado da saúde mental – 1 • Atendimento psicológico regular – 1 • Formação específica sobre saúde mental e qualidade de vida docente – 1. • Apoio psicológico frequente e acolhimento profissional – 2.
QUESTÃO 33 Quais mudanças você considera fundamentais para evitar o adoecimento psíquico dos docentes no ambiente de trabalho?	Prevenção do adoecimento psíquico docente no trabalho	• Maior apoio e participação das famílias – 3. • Redução da competitividade e aumento da empatia entre colegas – 1. • Necessidade de acompanhamento psicológico preventivo para professores – 2. • Melhoria da disciplina dos alunos – 2. • Valorização do professor pelo estado – 1. • Respeito dos pais aos professores – 2.
QUESTÃO 34 Caso você tivesse a oportunidade de trilhar um novo caminho profissional ou de explorar outras fontes de renda, você optaria por continuar na docência? Justifique sua resposta.	Perspectivas profissionais na docência	• Desistiria da docência – 5. • Continuar na docência – 2.

Fonte: Dados obtidos pelo questionário online aplicado pelo Google Forms.

Ao analisar as respostas obtidas pela questão 18, ressaltamos que o fator ausência de cuidado, em se tratando de saúde mental, destaca-se como um ponto importante no processo de adoecimento docente. Ao avaliar os dados do grupo pesquisado, é possível observarmos importante recorrência de respostas que indicam que as docentes não apresentam a adoção de hábitos que possam prevenir, em alguma medida, o seu processo de adoecimento, especialmente no que se refere a dinâmica saúde e trabalho. Tal fator pode ser compreendido quando contraposto às respostas obtidas na questão 7, do questionário, em que as professoras apontam demandar entre duas a cinco horas extraclasse para finalizar suas atividades laborais, fora do espaço escolar ou em ambiente doméstico, o que acaba por precarizar o tempo que poderia ser destinado a atividades voltadas ao autocuidado e ao autoconhecimento.

Como desdobramento da extrapolação da carga horária de trabalho e da ausência de tempo destinado ao descanso e às práticas de autocuidado, notamos que muitas docentes passam a adotar medidas mais incisivas na tentativa de manutenção de sua saúde mental como tentativa de prevenção e estratégia enfrentamento. Nesse sentido, a questão 19 buscou compreender se as participantes fizeram uso de ansiolíticos ou de medicamentos relacionados ao manejo de sintomas psíquicos nos meses anteriores ao estudo. As respostas indicam certo equilíbrio entre as que fazem uso de medicação (quatro professoras) e as que não utilizam fármacos como tratamento. À luz das afirmativas ao uso de medicação, a questão 20, da pesquisa, voltamos à identificação das motivações associadas ao uso. As respostas obtidas indicam-nos a presença de manifestações como estresse intenso, insônia e, de forma mais recorrente, sintomas de ansiedade, conforme evidenciado no Gráfico 9, ao apresentar a distribuição dessas motivações, caracterizando a população estudada como sendo de perfil mais ansioso.

Gráfico 9 – Sintomas motivadores para o uso de medicação



Fonte: Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado via *Google Forms*.

No que se refere ao oferecimento de programas ou ações preventivas relacionadas à saúde mental docente por parte das instituições de ensino, conforme investigado na questão 21, notamos que seis das sete participantes afirmaram nunca ter recebido qualquer iniciativa institucional, como palestras ou ações voltadas à temática. Esse resultado evidencia uma lacuna significativa no âmbito do suporte institucional, contribuindo para o esvaziamento dos espaços de discussão e, conseqüentemente, para a limitação de processos de conscientização acerca da importância do cuidado em saúde mental. Tal cenário tende a tornar ainda mais sensível a relação entre trabalho docente e saúde psíquica, na medida em que fragiliza estratégias preventivas e amplia a vulnerabilidade ao adoecimento.

Frente a este cenário, quando questionadas sobre quais estratégias a ou mudanças poderiam ser implementadas pela instituição para a mitigação do adoecimento mental entre as docentes, as respostas (da pergunta 23) evidenciam uma importante recorrência em torno da necessidade de uma ampla oferta de atendimentos psicológico e apoio emocional as professoras de maneira regular, aspecto este relatado como deficitário frente as respostas da pergunta 21. Ao serem questionadas, as professoras buscam apoio de colegas ou gestoras para enfrentar desafios emocionais no trabalho (questão 28). Sendo assim, cinco docentes confirmaram buscar tal suporte em seu grupo de pares, fator que indica a forte necessidade de auxílio no campo social.

Ademais, ao perguntar, na questão 30, se as professoras já participaram de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar, apenas uma afirma ter participado. Como apresenta o Gráfico 10.

Gráfico 10 – Participação docente em treinamentos relacionados à saúde mental no trabalho



Fonte: Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado via *Google Forms*.

Os resultados acima evidenciam uma ausência significativa de ações institucionais voltadas à promoção da saúde mental docente, indicando que o cuidado com o bem-estar

psíquico ainda não se configura como uma prioridade estruturada no contexto escolar investigado (Feltrim, 2020). Além disso, o dado sugere que as docentes se encontram, em grande medida, desassistidas no que se refere à formação e ao suporte preventivo, o que pode limitar o desenvolvimento de estratégias mais qualificadas de enfrentamento do estresse e do adoecimento psíquico (Bomdaruk, 2023)

Por fim, no último bloco do questionário, a questão 32 voltou-se à coleta das opiniões e sugestões das professoras acerca de possíveis estratégias para a promoção do bem-estar psíquico no contexto do trabalho docente. As respostas obtidas evidenciam não apenas a percepção das participantes sobre as condições atuais, mas também apontam caminhos para a construção de práticas institucionais mais sensíveis às demandas emocionais e psicológicas da categoria. De modo geral, as percepções das professoras participantes convergem para a necessidade de ampliação do suporte psicológico, valorização profissional e reestruturação das condições de trabalho, conforme sistematizado no Quadro 11.

Quadro 11 - Sugestões docentes para a promoção do bem-estar psíquico no trabalho

CATEGORIA	SUGESTÕES DAS DOCENTES
Apoio psicológico	• Oferta de atendimento psicológico regular aos professores; • Presença de profissional da psicologia para escuta e acolhimento no ambiente escolar; • Terapia em grupo como espaço de suporte emocional.
Valorização profissional	• Maior valorização do professor enquanto profissional; • Reconhecimento da importância da saúde mental docente
Formação	• Oferta de formações voltadas à saúde mental e qualidade de vida do professor;
Condições de trabalho	• Redução da sobrecarga de trabalho e da burocracia institucional;
Suporte	• Disponibilização de suporte por meio de profissionais qualificados (psicólogos) para acompanhamento contínuo.

Fonte: Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado via *Google Forms*.

Desse modo, na questão 33 do questionário, ao investigarmos as mudanças consideradas fundamentais para evitar o adoecimento psíquico dos docentes no ambiente de trabalho, foram sistematizadas as sugestões apresentadas pelas participantes segundo as ocorrências presentes no Quadro 9. As respostas evidenciam a percepção de que a prevenção do adoecimento docente demanda intervenções que extrapolam o âmbito individual, envolvendo dimensões relacionais, institucionais e estruturais do trabalho educativo.

De modo geral, as docentes apontam para a necessidade de maior participação das famílias, melhoria nas relações interpessoais no ambiente escolar, ampliação do suporte psicológico, valorização profissional e reorganização das condições de trabalho. Tais elementos encontram-se organizados no Quadro 12, que sintetiza as principais categorias emergentes, a partir das respostas das participantes.

Quadro 12 - Sugestões docentes para evitar o adoecimento psíquico

CATEGORIA	MUDANÇAS APONTADAS PELAS DOCENTES
Relação com as famílias	• Maior participação das famílias no processo educativo;
Acompanhamento psicológico	• Implementação de acompanhamento psicológico preventivo aos professores, conforme as demandas.
Disciplina dos alunos	• Necessidade de maior disciplina discente, visando à redução da sobrecarga docente.
Condições de trabalho	• Redução da carga horária e das demandas laborais.

Fonte: Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado via *Google Forms*.

A análise conjunta dos dados sistematizados nos Quadros 10 e 11 permite-nos evidenciar uma importante articulação entre as estratégias voltadas à promoção do bem-estar psíquico e as mudanças consideradas fundamentais para a prevenção do adoecimento docente. Diante disso, notamos que, embora organizados em eixos distintos, ambos os quadros convergem para um mesmo núcleo de demandas, indicando que o cuidado com a saúde mental docente não se limita a ações pontuais, mas requerem intervenções estruturais e contínuas no contexto escolar.

No Quadro 10, as sugestões das docentes direcionam-se à promoção do bem-estar psíquico, com ênfase no suporte psicológico, na valorização profissional, na formação continuada e na melhoria das condições de trabalho. Já no Quadro 11, ao tratarem das mudanças necessárias para evitar o adoecimento psíquico, as participantes reafirmam esses mesmos elementos, acrescentando a centralidade das relações com as famílias e a necessidade de maior disciplina dos alunos. Tal aproximação evidencia que as docentes não percebem distinção entre promover saúde e prevenir o adoecimento, compreendendo ambos os processos como dimensões indissociáveis de uma mesma realidade, conforme sugere Morin (2005).

Essa convergência de respostas reforça a compreensão de que o adoecimento psíquico docente se constitui a partir de múltiplas determinações, envolvendo fatores institucionais,

relacionais e subjetivos. Nesse contexto, as demandas por apoio psicológico, valorização profissional e reorganização das condições de trabalho articulam-se às necessidades de melhoria das relações escolares, especialmente no que se refere à participação das famílias e à dinâmica com os alunos. Tal configuração evidencia a pertinência de uma leitura à luz da perspectiva biopsicossocial, na qual o sofrimento psíquico não pode ser compreendido de forma isolada, mas como resultado da interação entre diferentes dimensões que atravessam o exercício da docência.

Dessa forma, os dados analisados indicam que a promoção do bem-estar e a prevenção do adoecimento docente demandam ações integradas que contemplem não apenas o indivíduo, mas também as condições objetivas de trabalho, as relações estabelecidas no ambiente escolar e o suporte institucional disponível. A ausência ou fragilidade desses elementos, contribui para a intensificação do desgaste emocional e para a ampliação dos quadros de sofrimento psíquico entre as docentes.

Ademais, os resultados destas análises remetem-nos aos dois princípios da Teoria da Atividade, mencionados no início desta pesquisa, a saber: o hologramático, que nos permite considerar e entender as relações entre as partes e o todo, e o da recursividade organizacional, que nos possibilita visualizar a necessidade da contribuição de um elemento a outro por meio de um ciclo recursivo de desenvolvimento como, por exemplo, a contribuição do sistema educacional, das políticas públicas e da sociedade como um todo para que o trabalho docente possa se efetivar com qualidade propiciando saúde mental aos docentes e, conseqüentemente, um processo de ensino e aprendizagem mais efetivo, a fim de que a própria sociedade possa ter um retorno mais apropriado dos sujeitos que nela se inserem. Pois, como Morin (1991, p.107) defende “não apenas a parte está no todo; o todo está no interior da parte que está no interior do todo”. Daí a importância de se considerar não somente os sujeitos no sentido individual, mas o coletivo de trabalho, o coletivo da comunidade escolar, a fim de que possam atuar e participar do contexto educacional com maior qualidade de vida no que tange a sua saúde mental, evitando, desse modo, o adoecimento psíquico e/ou psicológico.

É nesse cenário que se insere a questão 34 do instrumento de pesquisa, que buscou compreender as perspectivas das participantes em relação à permanência na docência diante da possibilidade de mudança de trajetória profissional, permitindo aprofundar a análise sobre os efeitos dessas condições na relação das docentes com o trabalho. Com base no questionário, obteve-se as seguintes respostas, conforme apresenta o Quadro 13.

Quadro 13 - Percepção das professoras sobre a permanência na docência diante de novas possibilidades profissionais

PARTICIPANTE	RESPOSTA	JUSTIFICATIVA APRESENTADA
P1	Não continuaria	• Relata ausência de limites dos alunos e baixa remuneração.
P2	Não continuaria	• Indica intenção de migração de área, estando em processo de formação em outro campo do conhecimento.
P3	Não continuaria	• Não apresentou justificativa detalhada.
P4	Não continuaria	• Relata frustração significativa com a profissão.
P5	Continuaria	• Afirma que a necessidade de mudança está na educação, e não na escolha profissional.
P6	Continuaria	• Demonstra identificação com a docência, embora reconheça a crescente dificuldade da profissão.
P7	Continuaria	• Expressa amor pela profissão, mesmo diante do sofrimento vivenciado.

Fonte: Dados obtidos pelo questionário online aplicado via *Google Forms*.

A análise das respostas referentes à permanência na docência, quando colocada em diálogo com o conjunto de dados discutidos ao longo desta seção, evidencia-nos a presença de uma tensão constitutiva entre o vínculo subjetivo com a profissão e as condições objetivas em que o trabalho docente se realiza. De um lado, notamos a manifestação de afetos positivos associados à identidade profissional como o amor pela docência e o sentido atribuído ao ato de ensinar; de outro lado, emergem posicionamentos marcados pela recusa em permanecer na área, sustentados por elementos que atravessam o cotidiano laboral. Tal ambivalência não se apresenta como uma contradição isolada, mas como expressão da complexidade do fenômeno investigado, na medida em que o desejo de permanência se vê tensionado pelas condições concretas de trabalho já evidenciadas anteriormente.

4.4 Síntese da seção

A análise desenvolvida ao longo desta seção permitiu-nos entender que o adoecimento psíquico docente, no contexto investigado, constitui-se como um fenômeno multifatorial, resultante da articulação entre condições objetivas de trabalho, exigências institucionais, dinâmicas relacionais e modos subjetivos de vivenciar a profissão. Os dados indicaram que a intensificação das demandas, a sobrecarga de atribuições, a pressão por resultados e a fragilidade dos suportes institucionais configuram-se como elementos centrais no desgaste emocional das docentes, produzindo impactos que atravessam tanto o campo psicológico quanto o funcionamento cotidiano.

Além disso, entendemos que as experiências de sofrimento não se restringem a manifestações pontuais, mas tendem a assumir um caráter contínuo, evidenciado pela recorrência de sintomas como estresse, ansiedade, dificuldades de sono e, em alguns casos, afastamento das atividades profissionais. Enfim, este cenário é agravado pela baixa adesão a estratégias de cuidado e pela ausência ou limitação de formações sobre saúde mental, o que contribui para a manutenção e possível intensificação dos quadros de adoecimento.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa nasceu da necessidade de olhar com mais atenção para uma temática que, embora cada vez mais presente no cotidiano escolar, ainda permanece atravessada por silenciamentos, naturalizações e dificuldades de enfrentamento: o adoecimento psíquico docente e sua relação com o trabalho. A motivação para a realização deste estudo também esteve relacionada à trajetória de pesquisadores e professores e ao contato constante com profissionais da educação em diferentes espaços, seja na clínica, onde atuo como psicólogo, em formações continuadas, palestras ou atividades desenvolvidas junto às escolas públicas. Ao longo deste percurso, vários relatos, marcados pelo sofrimento emocional, pela sobrecarga de trabalho, pelo sentimento de insuficiência e pela dificuldade de sustentar o próprio cuidado diante das múltiplas exigências da docência, tornaram-se recorrentes.

Com isso, nesse movimento de aproximação com a vivência docente, chamou-me a atenção o fato de que muitas professoras relatavam ausência de espaços institucionais de acolhimento, dificuldade de acesso a discussões relacionadas à saúde mental e a dificuldade de reconhecer e manejar o próprio sofrimento emocional. Em muitos casos, o contato com este sofrimento acontecia apenas quando as marcas do adoecimento já estavam significativamente instaladas, atravessando a qualidade de vida, as relações pessoais e o próprio exercício profissional. Diante disso, o interesse em compreender de que maneira a relação entre trabalho e adoecimento psicológico vem sendo construída no cotidiano docente consolidou-se.

Desse modo, mais do que investigar um fenômeno isolado, buscamos compreender os movimentos que atravessam, perpassam e constituem o trabalho docente, as condições em que este trabalho é realizado, os impactos subjetivos e objetivos produzidos por essas experiências. Nesse sentido, a perspectiva da pesquisa interdisciplinar assumiu um papel fundamental na construção do estudo, permitindo um olhar mais amplo e atento à complexidade do fenômeno investigado. O diálogo entre diferentes áreas do conhecimento possibilitou-nos entender que o adoecimento psíquico docente não pode ser analisado de maneira fragmentada ou reduzido exclusivamente a aspectos individuais. Ao contrário, trata-se de um processo atravessado por dimensões institucionais, emocionais, sociais, organizacionais e relacionais que se articulam continuamente no cotidiano escolar.

Ao retomar o objetivo geral da pesquisa, acerca do entendimento dos efeitos do trabalho docente na saúde psíquica e/ou psicológica das professoras de uma escola pública do

Oeste paranaense, pela perspectiva da pesquisa interdisciplinar, constatamos que o adoecimento se manifesta de forma transversal na realidade profissional investigada, não se abstendo a apenas uma dimensão nas vivências das profissionais participantes. Os resultados demonstram que o processo de adoecimento aparece e demarca-se pela sobrecarga de trabalho, pelo desgaste emocional, pela intensificação das demandas extraclasse, pela pressão constante por resultados e pela dificuldade de sustentar espaços de descanso e autocuidado diante das exigências da profissão. Assim, os dados indicam que o adoecimento psíquico docente não se configura como um evento isolado, mas como um processo construído ao longo do tempo, atravessado não apenas pelas condições de trabalho, mas pela forma como esse trabalho é vivenciado e interpretado em sua prática cotidiana.

No que diz respeito ao primeiro objetivo específico, sobre a descrição das condições objetivas do trabalho docente investigado, notamos que as condições objetivas de trabalho, embora percebidas pelas participantes como adequadas, do ponto de vista estrutural, constituem o cenário, a partir do qual se organizam as experiências de adoecimento. Os dados demonstram que não são essas condições, de modo isolado, que produzem o sofrimento ou adoecimento psíquico e/ou psicológico, mas as dinâmicas subjetivas que nelas se ancoram e se desdobram no cotidiano profissional. Nesse contexto, destacamos a sobrecarga de atividades, a intensificação das demandas extraclasse e as exigências contínuas por desempenho, muitas vezes, dissociadas de condições adequadas de descanso e cuidado.

Em relação ao segundo objetivo específico, referente aos fatores que impactam a saúde mental docente e que ocasionam o adoecimento psíquico e/ou psicológico pelas percepções das professoras participantes da pesquisa, constatamos que fatores como a pressão por resultados, a sobrecarga de atribuições, os conflitos com alunos, famílias e colegas de trabalho, a limitação da autonomia docente e o excesso de carga horária extraclasse se configuram como elementos centrais no processo de adoecimento psicológico. Os dados apontam que tais fatores não atuam de maneira isolada, mas se combinam e se intensificam no cotidiano profissional, produzindo sentimentos de exaustão, desgaste emocional e insuficiência frente às demandas institucionais. Dessa forma, o sofrimento psíquico emerge como expressão de um contexto marcado por exigências contínuas e, por vezes, desproporcionais às condições oferecidas às participantes.

No que se refere ao terceiro objetivo específico, acerca da identificação das estratégias de prevenção e enfrentamento utilizadas pelas participantes da pesquisa, em relação ao adoecimento psíquico docente, os resultados revelaram fragilidades importantes nas estratégias de prevenção e enfrentamento do adoecimento psíquico docente. A maioria das

participantes relatou não ter tido acesso a formações voltadas à saúde mental no ambiente escolar, evidenciando a ausência de suporte institucional sistemático nesse campo. Além disso, as próprias professoras apontaram a necessidade de acompanhamento psicológico contínuo, valorização profissional, melhoria das condições de trabalho e redução da sobrecarga, indicando que o enfrentamento do sofrimento psíquico não pode ser delegado exclusivamente ao indivíduo, mas precisa ser assumido também como responsabilidade institucional e coletiva.

Outro aspecto importante evidenciado pela pesquisa diz respeito à forma como o trabalho docente continua sendo sustentado mesmo quando a profissional já se encontra emocionalmente comprometida. Nesse movimento, aquilo que frequentemente fica em segundo plano é justamente o cuidado de si: o descanso, o lazer, a convivência familiar e os próprios movimentos de preservação da saúde mental. Tal constatação demonstra que o sofrimento docente nem sempre interrompe o trabalho, mas, muitas vezes, se constrói de maneira silenciosa enquanto a rotina profissional continua sendo mantida.

Por fim, diante das questões norteadoras da pesquisa, a nosso ver, nossa pesquisa contribui para fortalecer o debate sobre a saúde mental docente ao evidenciar que o adoecimento psíquico e/ou psicológico não pode ser interpretado apenas como uma dificuldade individual, desconectada das condições e exigências do cotidiano de trabalho, mas como um lugar vinculado a um coletivo que necessita de apoio, atenção e cuidado. Diante disso, falar sobre saúde mental na educação implica discutir valorização profissional, condições dignas de trabalho, formação continuada, suporte institucional e compromisso coletivo com aqueles e aquelas que sustentam diariamente o exercício da docência e da formação humana.

Além disso, há que se considerar, que os resultados evidenciados pela nossa pesquisa apontam para lacunas importantes que podem subsidiar a continuidade e o aprofundamento dos estudos sobre a temática proposta. Dentre elas, apontamos a necessidade de se investigar de maneira mais detalhada a presença e o papel social da mulher na educação e os modos como as docentes lidam, simultaneamente, com as exigências do trabalho, da vida pessoal, das relações familiares e do cuidado de si. Tal discussão torna-se relevante na medida em que essas diferentes dimensões, frequentemente, se sobrepõem no cotidiano profissional, produzindo impactos que atravessam não apenas o exercício da docência, mas também a saúde emocional dessas profissionais. Outro aspecto que emerge como possibilidade importante para futuras investigações refere-se à banalização do sofrimento psíquico no contexto educacional. Em muitos casos, o desgaste emocional, a sobrecarga e os sinais de adoecimento

acabam sendo naturalizados como parte inerente ao trabalho docente, mesmo diante de suas implicações. Nesse sentido, ampliar o debate sobre a saúde mental na educação também implica refletir sobre os modos como o sofrimento vem sendo reconhecido, acolhido ou, por vezes, invisibilizado dentro das instituições escolares.

Em retrospecto, ao retomarmos os elementos que motivaram a construção desta pesquisa, apresentados desde a introdução do estudo e sustentados ao longo do percurso teórico, bibliográfico e analítico desenvolvido, relatamos que as marcas deixadas pelo adoecimento psíquico e psicológico docente, embora, muitas vezes, invisíveis em um primeiro olhar, alcançam dimensões concretas e perceptíveis no cotidiano escolar. Essas marcas se expressam no desgaste emocional, no possível declínio do profissional frente as suas atividades, nas dificuldades relacionadas à gestão dos próprios aspectos subjetivos e emocionais e, conseqüentemente, nos impactos produzidos nas relações sobre o processo educativo e sobre a própria experiência de estar em sala de aula.

Ademais, a pesquisa também permitiu-nos compreender a importância de se ampliar as discussões sobre saúde mental, adoecimento psíquico e/ou psicológico, educação e letramento emocional dentro dos espaços escolares, não apenas como forma de acolher aqueles que já se encontram em sofrimento, mas também como possibilidade de prevenção frente aos processos de adoecimento que podem comprometer professores, alunos e demais sujeitos que compõem o ambiente educacional. Tratar da saúde mental na escola, portanto, implica construir espaços de escuta, reflexão e cuidado que sejam capazes de favorecer relações mais conscientes sobre os próprios limites emocionais e sobre os impactos produzidos pelas dinâmicas institucionais e relacionais do cotidiano escolar.

Além do mais, ao longo da pesquisa, compreendemos que escutar os professores mostrou-se como um dos caminhos mais importantes para a compreensão do fenômeno investigado. Afinal, são os sujeitos que vivenciam cotidianamente essas experiências que conseguem traduzir, com maior profundidade, os atravessamentos, tensões, exigências e contradições presentes no exercício da docência. Assim, ouvir aqueles que ocupam esses espaços fortalece a compreensão sobre o adoecimento psicológico e/ou psíquico docente, assim como também amplia as possibilidades de construção de estratégias mais coerentes, humanas e comprometidas com a realidade vivida dentro das instituições escolares.

Por fim, compreendemos que esta pesquisa não se encerra em seus resultados, apresentados ao longo deste estudo, mas abre caminhos para a continuidade das discussões sobre a saúde mental docente e suas múltiplas relações com o trabalho, com a educação e com os sujeitos que compõem o ambiente escolar. Ao retomarmos os elementos que motivaram

esta investigação e os atravessamentos evidenciados pelas participantes, podemos reconhecer que o sofrimento psíquico docente, embora, muitas vezes, invisibilizado, produz marcas concretas na vida, nas relações e no exercício profissional daqueles que sustentam diariamente o processo educativo.

Enfim, esperamos que esta pesquisa possa contribuir para ampliar o olhar sobre a temática, fortalecendo espaços de escuta, acolhimento e reflexão dentro das instituições educacionais. Afinal, tratar da saúde mental na educação é também tratar do cuidado e da valorização profissional, das condições dignas de trabalho e do compromisso coletivo com aqueles que fazem da docência um exercício contínuo de presença, vínculo e construção humana. Assim, mais do que concluir um estudo, este trabalho reafirma a necessidade de continuidade desta discussão, com vistas a um debate social, reconhecendo que cuidar dos profissionais da educação também é uma forma de cuidar da própria educação.

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, G. A. de *et al.* Saúde mental dos professores em contextos de precarização: perspectivas sobre a educação contemporânea. **Revista Políticas Públicas & Cidades**, [s. l.], v. 13, n. 2, p. e1320, 2024. DOI: 10.23900/2359-1552v13n2-317-2024. Disponível em: <https://journalppc.com/RPPC/article/view/1320>. Acesso em: 2 maio 2025.
- AGUIAR, R. M. R.; ALMEIDA, S. F. C. de. **Mal-estar na educação: o sofrimento psíquico de professores**. Curitiba, Juruá Editora, 2008.
- ALIANTE, G. Descortinando o adoecimento mental de professores do ensino geral da rede pública em Nampula, Moçambique. 2023. **Tese** (Doutorado em Psicologia Social e Institucional) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social e Institucional, Porto Alegre, 2023.
- ALVARENGA, A. T. de *et al.* Histórico, fundamentos filosóficos e teórico-metodológicos da interdisciplinaridade. In: PHILIPPI JÚNIOR, A.; SILVA NETO, A. J. (orgs.). **Interdisciplinaridade em ciência, tecnologia & inovação**. Barueri: Manole, 2011. p. 3-68.
- ALBORNOZ, S. **O que é trabalho**. 6.ed. São Paulo: Editora Brasiliense, 2004. p. 103
- BAES, C. V. W.; JURUENA, M. F. Psicofarmacoterapia para o clínico geral. **Medicina (Ribeirão Preto, Online)**, v. 50, supl. 1, p. 22-36, jan./fev. 2017.
- BICUDO, M. A. V. A pesquisa interdisciplinar: uma possibilidade de construção do trabalho científico/acadêmico. **Educ. Mat. Pesqui.** São Paulo, v. 10, n. 1, p. 137-150, 2008.
- BOMDARUK, C. A. **A saúde mental docente: desafios de uma prática profissional**. 113 f. **Dissertação** (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento, Universidade Estadual do Paraná, Campus de Campo Mourão, Campo Mourão, 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Síndrome de Burnout**. Brasília: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>. Acesso em: 2 maio 2025.
- BRONCKART, J.-P. A atividade de linguagem em relação à língua: homenagem a F. de Saussure. In: GUIMARÃES, A. M. et al. (orgs.). **O interacionismo sociodiscursivo: questões epistemológicas e metodológicas**. Campinas, SP: Mercado de Letras, 2008a. p. 19-42.
- BRONCKART, J.-P. **Atividade de linguagem, textos e discursos: por um interacionismo sociodiscursivo**. Trad. A. R. Macho; P. Cunha. 2. ed. São Paulo: EDUC, 1997 [2009].
- BULEA, E. **Linguagem e efeitos desenvolvimentais da interpretação da atividade**. Trad. E. V. L. F. Leurquin; L. L. E. R. Figueirêdo. Campinas: Mercado de Letras, 2010.

BRÜGGER, P. O vôo da água: reflexões sobre método, interdisciplinaridade e meio ambiente. **Educar em Revista**, Curitiba, n. 27, p. 75–91, jan./jun. 2006.

CAVAZZANI, A. L. M.; SANTOS, R. O. dos; LOPES, L. F. Precarização do trabalho docente: plataformas de ensino no contexto da fábrica difusa. **Cadernos Metr pole**, v. 26, n. 59, p. 209-228, 2023.

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

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

CRESWELL, J. W. **30 Essential Skills for the Qualitative Researcher**. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, 2010.

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

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

CUNHA, S. D. M.; SOBRINHO, J. A. M.; SILVEIRA, A. R.; SAMPAIO, C. A. **Adoecimento do professor**. Montes Claros: Editora Unimontes, 2025. E-book. Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes. Disponível em: <https://www.editora.unimontes.br/adoecimento-do-professor-da-educacao-basica-no-brasil/>. Acesso em: 2 maio 2025.

DEJOURS, C. A. **Travail et usure mentale**. Paris: Dunod, 1980.

ENGEL G.L.; **A necessidade de um novo modelo médico**: um desafio para a biomedicina. 1977;196(4286):129-36.

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

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, n  2, p. 281-290, 2019.

FA TA, D. Análise das práticas languageiras e situações de trabalho: uma renovação metodológica imposta pelo objeto. In: SOUZA-E-SILVA, M. C. P.; FA TA, D. **Linguagem e trabalho**: construção de objetos de análise no Brasil e na França. São Paulo: Cortez, 2002. p. 45-60.

FA TA, D. **Análise dialógica da atividade profissional**. Trad. M. B. França; M. G. C. di Fanti; M. A. M. Vieira. Rio de Janeiro: Imprinta Express, 2005.

FELIX, C. M. *et al.* A romantização do trabalho docente e o discurso da positividade tóxica: um olhar sobre a formação de professores no Brasil. In: Congresso Internacional de Ensino e

Formação Docente. Redenção: UNILAB, 2020. Disponível em: <https://www.even3.com.br/anais/cief2020/237242>. Acesso em: 1 maio 2025.

FELTRIM, M. P. M.; SILVA, G. E. da. Readaptação do docente ao trabalho: a experiência de professores de uma escola pública de Maringá-PR. **Revista Conversas em Psicologia**, v. 1, n. 2, p. 1-15, 2020. Disponível em: <https://revista.unifatecie.edu.br/index.php/conversas/article/view/48/47>. Acesso em: 3 maio 2025.

FERNANDES, L. B. M. O adoecimento psíquico (in)visível docente: uma perspectiva da psicologia histórico-cultural. 2019. 113 f. **Dissertação** (Mestrado em Psicologia) – Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campo Grande, 2019. Disponível em: https://sucupiralegado.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=7834175. Acesso em: 19 ago. 2025.

FERREIRA, N. S. de A. As pesquisas denominadas “estado da arte”. **Educação & Sociedade**, São Paulo, v. 23, n. 79, p. 257-272, ago. 2002.

FORRATTINI, C. D.; LUCENA, C. Adoecimento e sofrimento docente na perspectiva da precarização do trabalho. **Laplace em Revista**, Sorocaba, v. 1, n. 2, p. 32-47, maio/ago. 2015.

FREIRE, P. **A educação na cidade**. São Paulo: Cortez, 2001

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 25. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996 [2002].

FREIRE, S. S. A. **O silêncio e o sofrimento/adoecimento psíquico docente sob a análise da Psicologia Histórico-Cultural**: das condições às emoções. 2023. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campo Grande, 2023.

FREUD, S. A interpretação dos sonhos (1900). Obras completas, v. 4, p. 1, 1996.

FUNDACENTRO – **Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho. Professores enfrentam transtornos mentais, distúrbios de voz e violência**. Publicado em 27 out. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/fundacentro/pt-br/comunicacao/noticias/noticias/2023/outubro/professores-enfrentam-transtornos-mentais-disturbios-de-voz-e-violencia>. Acesso em: 2 de maio 2025.

GONÇALVES, A. M.; *et al.* Somatização e as dores que refletem no corpo. **Aracê**, [S. l.], v. 6, n. 3, p. 6327–6337, 2024. DOI: 10.56238/arev6n3-121. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/1311>. Acesso em: 1 abr. 2026.

GUARANY, A. M. B. Trabalho Docente, Carreira Docente: elementos que impactam a saúde mental dos docentes da Universidade Federal do Rio de Janeiro: estudo de caso. 2014. 144 f. **Tese** (Doutorado em Serviço Social) – Escola de Serviço Social, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2014.

HELDANI, R.; LANCMAN, S. Psicodinâmica do trabalho: o método clínico de intervenção e investigação. **Revista Produção**, v. 14, n. 3, p. 77-86, set./dez. 2004.

LESSARD, C. Regulação. In: OLIVEIRA, D. A.; DUARTE, A. M. C; VIEIRA, L. M. F. **Dicionário: trabalho, profissão e condição docente**. Belo Horizonte. UFMG/Faculdade de Educação, 2010.

LACAN, J. **O Seminário: Livro 16-de um outro ao outro**. Jorge Zahar, 2008.

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

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Fundamentos da metodologia científica**. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2015.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Fundamentos da metodologia científica**. 9. ed. São Paulo: Atlas, 2018.

LIMA, C. F. et al. **Seminários trabalho e saúde dos professores: precarização, adoecimento e caminhos para a mudança**. São Paulo: Fundacentro, 2023.

LIMA, C. F.; REIMBERG, C. O.; SILVA, J. P. da; LORENZI, R. L. (orgs.). **Trabalho e saúde dos professores: precarização, adoecimento & caminhos para a mudança**. São Paulo: Fundacentro, 2023. Disponível em: http://arquivosbiblioteca.fundacentro.gov.br/exlibris/aleph/a23_1/apache_media/HNR4SCAXA4Q6G9GXGF8T9NVH5VT234.pdf. Acesso em: 2 maio 2025.

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**).

MENDONÇA, M.; SILVA, J. Trabalho e educação: o adoecimento psíquico docente e as implicações na organização do ensino. **Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais**, Maringá: v. 1, n. 2, jul./dez. 2020.

MOREIRA, A. S. A. **O trabalho docente no contexto de reestruturação do capital e da recomposição do mundo do trabalho**. In: Seminário Centro de Estudos do Trabalho e Ontologia do Ser Social, 4. 2018. Fortaleza. UECE. 2018.

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. **Atividade de linguagem, textos e discursos: por um interacionismo sociodiscursivo**. São Paulo: EDUC, 1999.

MORIN, E. **A cabeça bem-feita: repensar a reforma, reformar o pensamento**. Trad. E. Jacobina. 9. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2003.

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

MORIN, E. **Ciência com consciência**. Trad. M. D. Alexandre; M. A. S. Dória. 8. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2005.

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**. Trad. E. Lisboa. Porto Alegre: Sulina, 2015.

MOTA, L. O. E. Possíveis fatores de risco e proteção para o bem-estar e saúde mental da categoria docente: um estudo bioecológico com professores readaptados da SEDF. 2022. **Dissertação** (Mestrado em Educação) – [Nome da Instituição], [Cidade], 2022.

POMBO, O. Epistemologia da interdisciplinaridade. **Revista do Centro de Educação e Letras**, Foz do Iguaçu, v. 10, n. 1, p. 9-40, 1º sem., 2008.

REIS, E. J. F. B., Araújo, T. M., Carvalho, F. M., Barbalho, L., & Silva, M. O. (2006). **Docência e exaustão emocional**. **Educação e Sociedade**, 27(94), 229-253. doi: 10.1590/S0101-73302006000100011

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>>

ROGER, J.-L. **Refaire son métier: essais de clinique de l'activité**. Ramonville Saint-Agne: Érès, 2007.

ROMANOWSKI, J. P.; ENS, R. T. As pesquisas denominadas do tipo “estado da arte”. **Educação**. **Revista Diálogo Educacional**, v. 6, n. 19, p. 37-50, set./dez. 2006. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/1891/189116275004.pdf>.

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.

SEIXAS, M. F.; TEIXEIRA, A. B. M.; CARDOSO, B. L. C. Condições de trabalho de professores do ensino médio da Rede Estadual em Santa Maria da Vitória-Bahia. **Paradigma**, p. e2025008-e2025008, 2025.

SILVA, N. G. O trabalho docente na perspectiva de gênero e a especificidade da precarização: um estudo sobre a docência na educação infantil e ensino fundamental I na rede municipal de Uberlândia/MG (2021-2025). 2026. 160 f. **Tese**. (Doutorado em Educação) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2026.

SILVA, E. F. O.; BATISTA, C. B. Universidade, trabalho docente e saúde mental: cartas dos professores universitários. **Teoria e Prática da Educação**, v. 27, n. 1, p. e70219, 15 maio 2024.

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.

SILVA, V. V. dos S. **As contradições que envolvem o trabalho docente no contexto das políticas neoliberais no Brasil**: a precarização e os desafios impostos aos docentes. 142 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2024. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/78613/3/2024_dis_vvssilva.pdf. Acesso em: 2 maio 2025.

TARDIF, M.; LESSARD, C. **O trabalho docente: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas**. Trad. J. B. Kreuch. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 2008.

TOGNATO, M. I. R. **A (re)construção do trabalho do professor de inglês pela linguagem**. 331 f. n (Doutorado em Linguística Aplicada e Estudos da Linguagem) – PUC-SP, São Paulo, 2009.

VIEIRA, M. L. Mal-estar docente e sofrimento psíquico: portas de entrada para o adoecimento. **Revista Encontro de Pesquisa em Educação**, Uberaba, v. 1, n. 1, p. 112-127, 2013.

VIEIRA, I. S. **Professoras com adoecimento psíquico**: o trabalho docente e os impactos no desenvolvimento profissional. **Dissertação (Mestrado em Educação)** – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, 2025.

ZANELLA, José Luiz. O trabalho como princípio educativo – em defesa do ensino do concreto. **Quaestio**, Sorocaba, SP, v. 12, p. 105-134, jul. 2010.

APÊNDICE

APÊNDICE A – Dados obtidos pelo questionário *online* aplicado às professoras participantes

PERGUNTAS/ PARTICIPANTES	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7
Seção 1: Contexto de Produção do Professor Participantes da Pesquisa							
1. Qual é o seu gênero?	Feminino	Feminino	Feminino	Feminino	Feminino	Feminino	Feminino
2. Em qual faixa etária você se encontra?	26 a 35 anos	36 a 45 anos	36 a 45 anos	36 a 45 anos	26 a 35 anos	20 a 25 anos	36 a 45 anos
3. Qual a sua formação acadêmica e área de atuação na educação?	Pedagogia Gestão	Pedagogia	Pedagogia	Pedagogia	História e Pedagogia	Pedagogia/professora	Pedagoga
4. Há quanto tempo você atua como professor?	5 anos	15 anos	6 anos	22 anos	2 anos	1 ano	28 anos
5. Você trabalha em quantas instituições de ensino atualmente?	Uma	Duas	Uma	Uma	Duas	Duas	Uma
6. Qual a sua carga horária semanal de trabalho?	40 horas	40 horas	40 horas	40 horas	40 horas	40 horas	40 horas
7. Quantas horas você trabalha além da sua carga horária em sala de aula, para corrigir e preparar materiais?	De 3 a 5 horas	Mais de 5 horas	De 2 a 3 horas	Menos de 2 horas	De 2 a 3 horas	De 2 a 3 horas	De 3 a 5 horas

Seção 2: Experiência com Adoecimento Psíquico							
9. Sua situação de trabalho docente impacta negativamente em sua saúde mental?	- Sim, minha situação de trabalho docente impacta negativamente em minha saúde mental.	- Sim, minha situação de trabalho docente impacta negativamente em minha saúde mental.	- Não, minha situação de trabalho docente não impacta negativamente em minha saúde mental.	- Sim, minha situação de trabalho docente impacta negativamente em minha saúde mental.	- Sim, minha situação de trabalho docente impacta negativamente em minha saúde mental.	- Sim, minha situação de trabalho docente impacta negativamente em minha saúde mental.	- Não, minha situação de trabalho docente não impacta negativamente em minha saúde mental.
10. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, justifique sua resposta.	- Eu não era medicada, mas devido o meu trabalho desenvolvi ansiedade e tenho que tomar medicamentos todos os dias pela manhã. Isso me chateia, pois, minha rotina era para ser tranquila, mas os desgastes diários me despersonalizaram e ainda corro o risco de desenvolver uma ansiedade crônica	- Minha mente não desliga. Eu não consigo dormir. São muitas demandas e eu não consigo desligar. A pressão dos pais é muito grande.	- Não impacta	- Tomo remédio controlado há mais de 5 anos por motivos emocionais (sobrecarga)	- Hoje em dia é difícil ser professora porque os alunos não querem aprender, a maioria dos pais não ajudam em casa e deixam a responsabilidade de tudo no professor, os alunos que não querem nada com nada, alunos que não são alfabetizados sendo passado adiante para o próximo professor do jeito, situações que não nos deixando adoecidos e entristecidos dia após dia	- Muita demanda pra pouco tempo para preparar aula	-Não

11. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, com que frequência você sente que o trabalho impacta negativamente em sua saúde mental?	- Sempre	- Frequentemente	- Nunca	- Frequentemente	- Sempre	- Frequentemente	- Frequentemente
12. Você já vivenciou algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a sua atuação docente?	- Sim, já vivenciei algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a minha atuação docente.	- Sim, já vivenciei algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a minha atuação docente.	- Sim, já vivenciei algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a minha atuação docente.	- Sim, já vivenciei algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a minha atuação docente.	- Sim, já vivenciei algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a minha atuação docente.	- Não, nunca vivenciei algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a minha atuação docente.	- Sim, já vivenciei algum episódio de adoecimento psíquico relacionado a minha atuação docente.
13. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, descreva brevemente sua experiência.	- Desenvolvi uma alergia severa, coceira devido a ansiedade. O estresse de sala e as demandas escolares me deixaram assim.	- Quadro ansioso.	- A falta de tato da direção me gerava angústia.	- Eu me ficava ativada mesmo em horários de descanso. Não conseguia dormir e ficava resolvendo demandas em pensamento, mesmo que isso fosse no dia seguinte o que me gerava cansaço e desgaste.	- São tantas coisas que nem dá pra ser breve.	- Não	- Professora sendo afastada por atestado médico por estresse e depressão
14. Quais fatores afetam negativamente seu bem-estar	- Sobrecarga de atribuições em situação de trabalho (planejamento,	- Sobrecarga de atribuições em situação de trabalho	- Conflitos de interação social com pais de alunos;	- Sobrecarga de atribuições em situação de trabalho	- Sobrecarga de atribuições em situação de trabalho	- Sobrecarga de atribuições em situação de trabalho (planejamento,	- Excesso de carga horária no trabalho;

psicológico e/ou psíquico em sua situação de trabalho?	preparação e correção de atividades, preenchimento do RCO e de outros documentos, dentre outros); - Excesso de carga horária no trabalho; - Conflitos de interação social com pais de alunos; - Relações interpessoais com colegas ou gestores; - Falta de recursos pedagógicos ou infraestrutura adequada - Pressão por resultados e metas educacionais - Falta de autonomia para tomada de decisões - Tratamento inapropriado nas relações interpessoais por outros professores	(planejamento, preparação e correção de atividades, preenchimento do RCO e de outros documentos, dentre outros); - Excesso de carga horária no trabalho; - Conflitos de interação social com pais de alunos; - Conflitos de interação social com colegas de trabalho Falta de recursos pedagógicos ou infraestrutura adequada; - Falta de maior tempo de hora-atividade para planejamento, preparação e correção de atividades;	- Conflitos de interação social com colegas de trabalho; - Relações interpessoais com colegas ou gestores; -Falta de maior tempo de hora-atividade para planejamento, preparação e correção de atividades; - Pressão por resultados e metas educacionais -Tratamento inapropriado nas relações interpessoais pela equipe pedagógica ou a supervisão	(planejamento, preparação e correção de atividades, preenchimento do RCO e de outros documentos, dentre outros.); -Conflitos de interação social com alunos; Pressão por resultados e metas educacionais.	(planejamento, preparação e correção de atividades, preenchimento do RCO e de outros documentos, dentre outros.); - Conflitos de interação social com alunos; - Pressão por resultados e metas educacionais.	preparação e correção de atividades, preenchimento do RCO e de outros documentos, dentre outros.); - Conflitos de interação social com alunos;	- Conflitos de interação social com alunos; - Conflitos de interação social com pais de alunos; - Conflitos de interação social com colegas de trabalho; - Pressão por resultados e metas educacionais; - Falta de autonomia para tomada de decisões
--	--	---	--	--	--	---	--

		- Pressão por resultados e metas educacionais - Falta de autonomia para tomada de decisões					
15. Quais fatores você acredita que mais contribuem para o desgaste emocional e/ou psíquico na sua profissão docente?	- Falta de reconhecimento profissional; - Excesso de demandas administrativas; - Indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos; - Falta de apoio psicológico e/ou psíquico e emocional na escola;	- Excesso de demandas administrativas - Indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos - Falta de apoio psicológico e/ou psíquico e emocional na escola	- Falta de reconhecimento profissional; - Excesso de demandas administrativas - Ambiente de trabalho hostil ou competitivo - A secretaria de educação que não valoriza o profissional na ponta (sala de aula e direção)	- Excesso de demandas administrativas; - Indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos; - Falta de apoio psicológico e/ou psíquico e emocional na escola	- Falta de reconhecimento profissional - Excesso de demandas administrativas - Indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos - Falta de apoio psicológico e/ou psíquico e emocional na escola	- Excesso de demandas administrativas - Indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos	- Falta de reconhecimento profissional; - Excesso de demandas administrativas; - Indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos;
16. De que maneira as demandas emocionais e sociais do trabalho docente impactam sua saúde psicológica?	- Sinto que minha ansiedade meche muito com meu sono e com minha alimentação. Minha produtividade cai.	- A indisciplina por parte dos alunos me desgasta muito, sem falar nas demandas dos pais sobre nossas atividades.	- Não me impacta de forma relevante.	- A indisciplina do aluno me desgasta emocionalmente.	- Na maioria das vezes o tempo todo	- De maneira negativa, pois tiraram o sono e a paz mesmo fora do ambiente escolar	- Estresse, preocupação

17. Já procurou ou recebeu apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao seu trabalho?	- Sim, já procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.	- Sim, já procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.	- Não, não procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.	- Sim, já procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.	- Não, não procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.	- Não, não procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.	- Não, não procurei ou recebi apoio psicológico ou médico devido a questões relacionadas ao meu trabalho.
Seção 3: Estratégias de Prevenção e Enfrentamento ao Adoecimento Psíquico							
18. Quais práticas ou hábitos você adota para prevenir o estresse ou o adoecimento psíquico relacionado ao trabalho?	- Não faço nenhuma atividade física, por falta de tempo. Tomo medicamento.	- Não faz	- Não tenho praticas fora da escola.	- Não tenho nenhuma atividade.	- Rezando, orando e conversando em casa	- Atividade física	- Dormir bem
19. Você fez uso de algum medicamento, como ansiolíticos ou relacionados, nos últimos meses?	- Sim, uso regularmente.	- Sim, usei ocasionalmente.	- Sim, uso regularmente.	- Sim, uso regularmente.	- Não, nunca usei.	- Não, nunca usei.	- Não, nunca usei.
20. Se você fez uso de ansiolíticos ou medicamentos relacionados nos últimos meses, qual foi a motivação para isso?	- Ansiedade excessiva - Estresse intenso	- Ansiedade excessiva - Estresse intenso - Insônia ou dificuldades para dormir	- Ansiedade excessiva	- Ansiedade excessiva - Insônia ou dificuldades para dormir - Outros problemas de saúde	- Não aplicável (não fiz uso de medicamentos).	- Não aplicável (não fiz uso de medicamentos).	- Não aplicável (não fiz uso de medicamentos).

21. Sua instituição de ensino oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores?	- Não, minha instituição de ensino não oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.	- Não, minha instituição de ensino não oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.	- Não, minha instituição de ensino não oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.	- Não, minha instituição de ensino não oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.	- Não, minha instituição de ensino não oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.	- Não, minha instituição de ensino não oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.	- Sim, minha instituição de ensino oferece algum programa ou ação preventiva relacionado à saúde mental dos professores.
22. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, como você avalia estas ações?						- Não tem	- Atendimento com psicólogo
23. Quais estratégias ou mudanças no ambiente de trabalho poderiam, na sua visão, minimizar os riscos de adoecimento psicológico entre os professores?	- Teríamos que ter mais apoio psicológico aos professores e equipe. Um psicólogo para os professores falarem seria muito bom. Ao menos a cada 15 dias.	- Precisamos de colo. Terapia em grupo. Valorização do profissional. Apoio emocional.	- Mais valorização financeira do profissional e cursos voltados ao professor como pessoa e sujeito.	- Maior valorização do professor por meio de atendimento psicológico voltado a nos profissionais.	- Na verdade essas situações são problemas que as escolas tentam resolver, mas foge a realidade dela também	- Menos demandas de curso em horário de hora atividade e atendimento psicológico.	- Mais empatia
24. O que significa ter qualidade de vida? Justifique sua resposta.	- Ter saúde plena; não precisar de medicamentos; ser feliz em nossas atividades laborais, ter tempo para a família, ter tempo de descanso, ter sabedoria para lidar com os desafios do cotidiano. Hoje eu	- Qualidade de vida é estar bem mesmo com as entendedeires da vida. Bem com a família, com o trabalho, na sociedade.	- Qualidade de vida é conseguir administrar minha vida de forma harmônica: família, saúde e campo espiritual.	- Qualidade de vida é estar bem, mesmo com as dificuldades.	- Ser respeitado, valorizado, ter tempo de qualidade com a família, ter dinheiro para conseguir ter o mínimo de dignidade	Dormir e acordar com calma, sem ansiedade	- Trabalhar de forma prazerosa, ter tempo para curtir a família.

	não tenho qualidade de vida.						
25. Participa de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar?	- Sim, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.	- Não, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.	- Sim, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.	- Não, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.	- Sim, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.	- Sim, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.	- Não, participo de atividades de lazer ou hobbies fora do ambiente escolar.
26. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, de quais atividades você participa como lazer ou hobbies fora do ambiente escolar?	- Vôlei (uma vez por semana).	- NÃO FAÇO.	- Hidroginástica (uma vez por semana)	- Não.	- Passar tempo com meus filhos e marido	- Musculação	- Não
27. Quando enfrenta situações de alto estresse no ambiente escolar, como costuma lidar com elas?	- Busco manter a tranquilidade, e respirar antes de tomar uma medida.	- Busco pelos meus colegas de trabalho para desabafar.	- Tendo me desfocar e busco me conectar com a natureza.	- Eu não lido.	- Respirando e contando até 10	- Só respiro	- Faço reflexão do que aconteceu antes de tomar qualquer atitude
28. Você busca apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho?	- Sim, busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.	- Sim, busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.	- Sim, busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.	- Não, não busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.	- Sim, busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.	- Não, não busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.	- Sim, busco apoio de colegas ou gestores para enfrentar desafios emocionais no trabalho.
29. Existe algum recurso ou ferramenta (como meditação, exercícios físicos ou	- Não faço terapia nem atividades relacionadas,	- Não	- Não	- Não	- Não	- Sim exercício físico	- Rezar

terapia) que você utiliza para lidar com questões emocionais ou psíquicas? Se sim, quais são?							
30. Já participou de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar?	- Não, nunca participei de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar.	- Não, nunca participei de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar.	- Não, nunca participei de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar.	- Não, nunca participei de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar.	- Não, nunca participei de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar.	- Não, nunca participei de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar.	- Sim, já participei de formações ou treinamentos relacionados à saúde mental no ambiente escolar.
31. Se você respondeu afirmativamente à pergunta anterior, explicita de que modo ou em que medida tais formações foram úteis?	- Não participei. Inclusive seria interessante haver esse processo de formação.	- Não	- Não	- Não	- Não	- Não	- Auto reflexão, valorização de si mesma
Seção 4: Opiniões e Sugestões acerca da Temática investigada							
32. O que você acredita que as escolas poderiam fazer para melhorar o bem-estar psíquico dos professores?	- Ter formação sobre saúde mental do professor e qualidade de vida.	- Ter um profissional da psicologia para nos dar colo, para nos ouvir. Nem que fosse duas vezes por mês.	- Mais valorização do professor e cuidar da saúde mental deste profissional.	- Rever a sobre carga dos professores, existe muita burocracia de cima pra baixo.	- Ter um suporte com profissionais adequados	- Atendimento psicológico	- Terapia em grupo

33. Quais mudanças no ambiente de trabalho você considera fundamentais para evitar o adoecimento psíquico dos docentes?	- Mais valorização do professor por parte do estado e mais acompanhamento psicológico dos professores para que eles não fiquem doente.	- Menor carga horária de atividades, mais participação dos pais e mais valorização dos profissionais.	Acompanhamento de um profissional da saúde mental com os professores, segundo a demanda. Mas antes do adoecimento.	- Precisávamos da maior participação dos pais, os alunos estão muito indisciplinados e isso nos sobrecarrega.	- Pra começar ser respeitados pelos pais dos alunos	- Alunos mais disciplinados	- Mais apoio das famílias, e menos competitividade entre colegas, mais empatia e menos críticas
34. Caso tivesse a oportunidade de trilhar um novo caminho profissional ou de explorar outras fontes de renda, você optaria por continuar na docência? Justifique sua resposta.	- Não. Tenho me frustrado muito.	- Eu amo o que eu faço, mesmo com sofrimento eu continuaria sendo prof.	- Eu continuaria na educação. Quem precisa mudar é a "Educação".	- Eu trocaria, estou até me formando em outra área do conhecimento,	- Eu amo ser professora e dar aula, não me vejo fazendo outra coisa. Mas ser professora está ficando cada dia mais difícil	- Não	- Não continuaria, alunos sem limites, baixo salário...
35. Há algo que você gostaria de acrescentar sobre o tema investigado, que você considera relevante para a pesquisa? Se sim, explicita o que você pensa a este respeito.	- Não.	- Não.	- Mais pesquisas assim.	- Não.	- Não	- No momento não	- Enquanto não houver uma política pública de valorizado magistério e um trabalho com as famílias infelizmente cada dia mais difícil em atuar na docência.