

**UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DA REGIÃO DOS VINHEDOS
ÁREA DO CONHECIMENTO DE HUMANIDADES
CURSO DE LICENCIATURA EM PEDAGOGIA**

IZADORA BORGES JIMENEZ BASSANI

**SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR NA PANDEMIA: UM OLHAR PARA O
PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO INFANTIL**

BENTO GONÇALVES – RS

2021

IZADORA BORGES JIMENEZ BASSANI

**SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR NA PANDEMIA: UM OLHAR PARA O
PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO INFANTIL**

Monografia apresentada ao curso de Licenciatura em Pedagogia como requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciada em Pedagogia, junto ao Campus Universitário da Região dos Vinhedos, da Universidade de Caxias do Sul, na área de Humanidades.

**BENTO GONÇALVES – RS
2021**

IZADORA BORGES JIMENEZ BASSANI

**SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR NA PANDEMIA: UM OLHAR PARA O
PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO INFANTIL**

Monografia apresentada ao curso de Pedagogia como requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciada em Pedagogia no Campus Universitário da Região dos Vinhedos da Universidade de Caxias do Sul na área de Humanidades.

Orientadora: Professora Dr^a Maristela Pedrini

Aprovada em: ____/____/____

Banca Examinadora:

Prof^a Dr^a Maristela Pedrini – UCS - Orientadora

Prof^a M^a Maria Christine Quillfeldt Carara - UCS - Examinadora

Prof^a Dr^a Terciane Ângela Luchese – UCS – Examinadora

AGRADECIMENTOS

Neste momento tão importante de minha trajetória como acadêmica em que finalizo a presente monografia e que, também, estou em processo de conclusão do curso de Licenciatura em Pedagogia, venho agradecer as pessoas que, de alguma forma, contribuíram para minha formação acadêmica.

Agradecer, primeiramente, aos meus familiares, dentre os quais cito minha mãe, meus avós e meus irmãos, minha base, que me deram todo o apoio necessário em todos os momentos e entenderam minha ausência enquanto eu me dedicava à realização deste trabalho; a eles que me apoiaram incondicionalmente para a chegada ao final desta trajetória, sempre demonstrando exemplos de força, superação e coragem; a eles toda minha gratidão.

A meu marido Cleber que sempre esteve ao meu lado me apoiando e dando o suporte necessário para que sanasse as necessidades, comemorando comigo os momentos de sucesso e vitória. Não há palavras para descrever a minha imensa gratidão a esta pessoa que foi uma das maiores incentivadoras da minha constituição profissional.

A Deus e minha fé, que fez com que meus objetivos fossem alcançados durante todo o meu percurso.

As minhas amigas, principalmente as conquistadas dentro da universidade, que me apoiaram e me auxiliaram sempre que necessário, ao longo de todo o percurso acadêmico e ao tempo dedicado ao presente trabalho.

A minha professora orientadora, Maristela Pedrini que me auxiliou em todo o processo de construção do Projeto de Pesquisa, bem como da monografia; a ela que não mediu esforços para se dedicar ao auxílio e atendimento não só do meu trabalho, mas das demais colegas. Sou eternamente grata pelo apoio, atenção e dedicação ao meu trabalho, assim como os momentos de compartilhamento de ideias e opiniões que enriqueceram ainda mais a presente monografia.

Às professoras participantes da pesquisa, bem como à diretora da escola-campo de pesquisa, agradecer pela atenção e disponibilidade, pois contribuíram para a construção na busca de dados e desenvolvimento da investigação para o alcance dos objetivos estabelecidos, através de seus relatos, reflexões e conhecimentos. Meu

reconhecimento e gratidão a essas profissionais que dedicam sua vida ao profundo conhecimento e atuação na etapa da Educação Infantil.

Às professoras examinadoras Terciane Ângela Luchese, e Maria Christine Quillfeldt Carara que são excelentes professoras e contribuíram para minha trajetória acadêmica.

Agradeço à instituição de ensino que propiciou momentos de troca e de ricos conhecimentos. Sou eternamente grata pelo acolhimento, atenção e disponibilidade de todos os colaboradores da Universidade de Caxias do Sul.

Enfim, agradeço a todos que estiveram presente em minha caminhada acadêmica, sempre me fornecendo apoio, carinho e inspiração.

*“O saber lógico começa no
Conhecimento de si mesmo.”*

Jayme Paviani

RESUMO

O presente trabalho aborda o tema, *“A saúde mental do professor na pandemia: um olhar para o profissional da Educação Infantil”*, com o objetivo de investigar fatores que contribuem para o mal-estar dos professores que atuam neste nível de ensino, no cenário pandêmico e, também, explorar possíveis sugestões de prevenção à saúde mental dos mesmos. Para tanto, a referida investigação buscou resposta ao problema *“Que fatores podem contribuir para o adoecimento mental do professor da Educação Infantil durante a pandemia do novo coronavírus e quais as possíveis sugestões de intervenções para o melhoramento da saúde mental deste profissional?”* A investigação descrita, de natureza aplicada, qualitativa quanto à abordagem, exploratória em relação aos seus objetivos, na modalidade de campo, foi desenvolvida através da metodologia de estudo de caso (GIL, 2008) com aplicação de entrevistas semiestruturadas a quatro professoras que atuam na Educação Infantil da escola-campo de investigação e à diretora da referida escola. Os dados coletados foram analisados por meio da análise textual discursiva (MORAES, 2003) como maneira de analisar o conteúdo dos discursos, permitindo a livre expressão das participantes, a fim de construir respostas ao problema de pesquisa. Os estudos foram fundamentados em aportes teóricos entre os quais destaco Souza e Leite (2011), Souza, Santos e Almeida (2016), Ferreira (2016), Kawamura (2015), Jesus (2004), entre outros. A pesquisa possibilitou uma ampla compreensão acerca da temática em foco e como resultados é possível afirmar que a saúde do professor da Educação Infantil se configura como aspecto essencial, uma vez que este é responsável pela primeira etapa do desenvolvimento da criança. Ainda, a Educação Infantil é permeada em seu contexto histórico por uma grande fragilidade e desvalorização, porém as exigências dos profissionais atuantes nesse nível se ampliaram progressivamente, acarretando várias consequências no âmbito do mal-estar docente, que foram intensificadas com o cenário pandêmico. Neste sentido, é importante um olhar atento para promoção da saúde dos profissionais que atuam neste nível de ensino, para a elevação de sua saúde mental e a qualificação dos processos de ensino e aprendizagem, enquanto compromisso da escola como um todo.

Palavras-chave: Adoecimento mental, Saúde mental, Mal-estar, Professor da Educação Infantil, Pandemia.

ABSTRACT

This paper addresses the theme, "Teacher's mental health in the pandemic: a look at the Early Childhood Education professional", with the aim of investigating factors that contribute to the malaise of teachers who work at this level of education, in the scenario pandemic and also explore possible suggestions for preventing their mental health. Therefore, the aforementioned investigation sought an answer to the problem "What factors can contribute to the mental illness of Kindergarten teachers during the new coronavirus pandemic and what are the possible suggestions for interventions to improve the mental health of this professional?" The described investigation, of an applied nature, qualitative in terms of approach, exploratory in relation to its objectives, in the field modality, was developed through the case study methodology (GIL, 2008) with application of semi-structured interviews to four teachers who work in the Early Childhood Education of the school-field of investigation and to the principal of that school. The collected data were analyzed through discursive textual analysis (MORAES, 2003) as a way to analyze the content of the speeches, allowing the free expression of the participants, in order to build answers to the research problem. The studies were based on theoretical contributions, including Souza and Leite (2011), Souza, Santos and Almeida (2016), Ferreira (2016), Kawamura (2015), Jesus (2004), among others. The research enabled a broad understanding of the theme in focus and, as a result, it is possible to state that the health of the kindergarten teacher is configured as an essential aspect, since this is responsible for the first stage of the child's development. Still, Early Childhood Education is permeated in its historical context by a great fragility and devaluation, but the demands of professionals working at this level have progressively expanded, causing several consequences in the context of teacher malaise, which were intensified with the pandemic scenario. In this sense, it is important to pay close attention to promoting the health of professionals who work at this level of education, to improve their mental health and improve the qualification of teaching and learning processes, as a commitment of the school as a whole.

Keywords: Mental illness, Mental health, Malaise, Kindergarten teacher, Pandemic.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BNCC	Base Nacional Comum Curricular
IFCE	Instituto Federal do Ceará
LDB	Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
OMS	Organização Mundial de Saúde
RS	Rio Grande do Sul
SINPRO	Sindicato dos Professores do Ensino Privado
TAG	Transtorno de Ansiedade Generalizada
TOC	Transtorno Obsessivo Compulsivo

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Gráfico dos sentimentos sobre a pandemia.....	36
Figura 2 - Gráfico de gênero.....	37
Figura 3 - Gráfico de etapas do ensino entrevistadas na pesquisa.....	41

LISTA DE QUADROS

Quadro 01: Caracterização dos sujeitos da pesquisa.....	48
---	----

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	14
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	18
2.1. PAPEL DO PROFESSOR: BREVE HISTÓRICO.....	18
2.2. O ADOECIMENTO MENTAL DO PROFESSOR: CAUSAS E FATORES.....	21
2.2.1. Principais doenças e/ou transtornos recorrentes.....	25
2.2.1.1. Ansiedade.....	27
2.2.1.2. Depressão.....	29
2.2.1.3. Síndrome de Burnout.....	32
2.2.2. O professor e a pandemia: um novo fator de adoecimento.....	34
2.2.2.1. O professor da Educação Infantil.....	38
2.3. ATENÇÃO À SAÚDE DO PROFESSOR.....	42
3. REFERENCIAL METODOLÓGICO.....	46
3.1. CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA.....	46
3.2. CONTEXTUALIZAÇÃO O CAMPO DE INVESTIGAÇÃO.....	46
3.3. CARACTERIZAÇÃO DOS SUJEITOS DA PESQUISA.....	47
3.4. INSTRUMENTOS DE COLETA E TÉCNICA DE ANÁLISE DOS DADOS.....	48
4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS: REFLEXÕES ACERCA DA REALIDADE INVESTIGADA.....	50
4.1. O ADOECIMENTO DO PROFESSOR DA EDUCAÇÃO INFANTIL.....	50
4.2. A PRÁTICA PEDAGÓGICA DO PROFESSOR DA EDUCAÇÃO INFANTIL NA PANDEMIA.....	59
4.3. ATENÇÃO À SAÚDE DO PROFESSOR.....	67
4.3.1. O compromisso da escola com a atenção e com a saúde do professor.....	69
4.3.2. Coletânea de sugestões para promoção da saúde mental do professor da Educação Infantil.....	73
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	79

REFERÊNCIAS.....	83
APÊNDICES.....	88
APÊNDICE 01.....	88
APÊNDICE 02.....	91

1. INTRODUÇÃO

O estudo sobre a docência tem ocupado lugar de destaque no cenário educacional nas últimas décadas. Tal estudo revelou conhecimentos, saberes e fazeres acerca do ofício do professor, a partir das novas demandas no campo da educação. Alguns desses estudos têm como pauta a formação profissional de qualidade, os impactos do dia a dia sobre a pessoa do professor, as condições de trabalho e a formação continuada. Ou seja, os referidos estudos pontuam que a docência deve ser tratada com atenção, tendo em vista as novas exigências para o ofício do professor no atual cenário em que vivemos.

Nesse sentido, a pandemia do novo coronavírus veio acentuar ainda mais essas exigências que são delegadas ao docente. Com o novo cenário o professor se tornou ainda mais sobrecarregado com as demandas de aulas online, síncronas, assíncronas, semipresencial, entre outras e, com isso, o mesmo também precisou organizar momentos para a reformulação de seus saberes e fazeres contemplando toda a gama de conhecimento a ser construído para dar conta de sua função nesse novo cenário.

Os protocolos de isolamento social determinaram o afastamento presencial das funções docentes e muitos foram reivindicadas a passar boa parte trabalhando em home office. Para o professor isso causou uma série de desafios e problemas a serem enfrentados, como exemplo a falta de preparo para o emprego da tecnologia, a nova configuração da sala de aula no ambiente familiar exigindo outras formas de mediação pedagógica, aliados a problemas já existentes como a baixa remuneração que foram potencializados neste novo cenário.

Todas as incertezas que existiam e as novas que foram criadas, a partir do momento pandêmico, estão afetando as condições de saúde mental dos professores, que convivem com uma série de problemas, tais como ansiedade e estresse, intensificados pelo cotidiano transformado pela pandemia vivenciada.

Assim, diante do atual cenário que vem se apresentando, como acadêmica do curso de Licenciatura em Pedagogia e educadora na Educação Infantil, me debrucei sobre minhas inquietações sobre essa temática: Como o professor está se sentindo mediante todas essas preocupações causadas pelo momento pandêmico? Como a saúde mental do professor se configura no atual cenário? Quais são os principais

fatores que prejudicam seu bem-estar? Que tipo de enfermidades acometem os professores? O que eles fazem para aliviar essas tensões? Como é possível desenvolver a prática docente no cenário atual com um olhar para a saúde?

A partir dos pressupostos apresentados e inquietudes, minha motivação para a realização do Trabalho de Conclusão do Curso de Licenciatura em Pedagogia, junto à Universidade de Caxias do Sul, Campus da Região dos Vinhedos foi investigar o tema *“A Saúde Mental do Professor na Pandemia”*, tendo como delimitação de estudo *“A saúde mental do professor na pandemia: um olhar para o profissional da Educação Infantil”*, cujo enfoque foi investigar como os docentes desse nível de ensino têm enfrentado o novo cotidiano pandêmico e como se encontram no que tange ao seu bem-estar e à saúde a partir do contexto profissional.

Desse modo o estudo descrito partiu da seguinte questão norteadora: *“Que fatores podem contribuir para o adoecimento mental do professor da Educação Infantil durante a pandemia do novo coronavírus e quais as possíveis sugestões de intervenções para o melhoramento da saúde mental desse profissional?”*

O objetivo geral da pesquisa foi investigar que fatores podem contribuir para o adoecimento mental do professor da Educação Infantil, durante a pandemia do novo coronavírus e quais as possíveis medidas e intervenções para o melhoramento do estado de saúde mental desse profissional. E, como objetivos específicos foram delineados: pesquisar sobre as mudanças do papel do professor dentro da instituição de ensino ao longo do tempo; aprimorar os conhecimentos em relação à temática, a partir da contribuição e abordagem teórica de diversos autores; entrevistar educadores que estão atuando na Educação Infantil, focalizando na saúde mental do professor na pandemia; conhecer os tipos de doenças e/ou transtornos que o adoecimento mental pode causar e compor uma coletânea de sugestões de possíveis intervenções para o melhoramento da saúde mental do professor da Educação Infantil.

É importante destacar que o tema da presente investigação me despertou interesse em buscar respostas de como se pode abordar e trabalhar da melhor maneira possível como os diversos fatores, assim como a pandemia, contribuem para o adoecimento deste professor e como o mesmo, com informações pertinentes, pode prevenir ou combater essa questão, para superar esses obstáculos, desenvolvendo sua prática pedagógica da melhor maneira. Sendo assim, justifico a relevância do

presente estudo para dar respostas às minhas indagações, enquanto acadêmica e futura pedagoga, bem como, pelas contribuições ao campo da educação, em especial aos educadores da Educação Infantil. Além de ser um assunto pertinente e de grande importância para que o próprio profissional da educação compreenda a importância de seu bem-estar para uma prática pedagógica de melhor qualidade.

O desenvolvimento da investigação contou com recursos entre os quais destaco: os recursos humanos formados por um grupo de professores que atuam na Educação Infantil na faixa etária de zero a 5 anos e a diretora da escola-campo de investigação. Também, foram necessários recursos materiais tais como livros físicos, artigos, cartilhas e outros e, recursos dispostos no âmbito virtual, como ebooks e sites. Ainda, foram utilizados como instrumento de construção o computador, internet e as próprias entrevistas disponibilizadas em meio virtual (Whatsapp) tendo em vista o protocolo de isolamento social.

Para que o leitor possa compreender como ocorreu o desenvolvimento da investigação realizada, a presente monografia foi organizada em capítulos. O primeiro capítulo denominado: **Referencial Teórico** apresenta os referenciais que sustentam a temática do presente estudo e compreende os seguintes tópicos: *Papel do professor: breve histórico*, que aborda, de modo breve, as mudanças que ocorreram ao longo dos anos nas concepções do papel do professor; *O adoecimento mental do professor: causas e fatores*, que trata das causas e dos fatores preponderantes para o adoecimento mental, remetendo às principais doenças e/ou transtornos recorrentes, focalizando a Ansiedade, Depressão e Síndrome de Burnout; *O professor e a pandemia: um novo fator de adoecimento*, que teoriza sobre a pandemia como fator de adoecimento, e, como último tópico *Atenção à saúde do professor*, que discorre sobre a importância de olhar atentamente para o professor e de criar estratégias de promoção de sua saúde, tendo em vista a importância desse profissional na sociedade.

No segundo capítulo intitulado **Referencial Metodológico** é apresentado o percurso metodológico empregado e compreende a caracterização da pesquisa, caracterização do campo de investigação, dos sujeitos da pesquisa, bem como os instrumentos de coleta dos dados e a técnica de análise dos dados que possibilitou a construção da resposta para o problema investigado.

No terceiro capítulo denominado **Análise e discussão dos resultados: reflexões acerca da realidade investigada**, apresenta os resultados da análise textual discursiva das entrevistas semiestruturadas aplicadas às professoras, bem como à diretora da escola-campo de investigação que resultou nos seguintes blocos de estudo: *O adoecimento do professor da Educação Infantil; A prática pedagógica do professor da Educação Infantil na pandemia e A atenção e atendimento à saúde do professor.*

Para o encerramento do texto são apresentadas as **Considerações Finais**, em que relato as minhas aprendizagens e reflexões acerca da temática abordada ao longo da pesquisa, fomentando a importância de se falar sobre o adoecimento mental do professor, a intensificação do trabalho em meio a pandemia de coronavírus e sobre a importância da atenção a promoção do bem-estar do profissional da educação.

Ao final relaciono as **Referências bibliográficas**, que são os aportes teóricos utilizados para fundamentar a pesquisa e os **Apêndices** em que consta a entrevista semiestruturada aplicada às professoras e para a diretora da escola-campo de investigação que possibilitou a coleta de dados.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. PAPEL DO PROFESSOR: BREVE HISTÓRICO

“O professor acredita que seu aluno é capaz de aprender sempre.”

Fernando Becker

O papel do professor foi se modificando ao longo da história dentro das instituições de ensino, portanto, o trabalho do professor assumiu diferentes significações nos contextos históricos e pedagógicos em que se configurou. Assim, foram vários períodos e mudanças de concepções em relação à atuação desse profissional, a partir dos modelos pedagógicos e epistemológicos ao longo da história (BECKER, 1994).

Na pedagogia tradicional, o professor era considerado o dono do saber e o aluno era considerado uma “tabula rasa” e sem conhecimento. Esta concepção de ensino reduziu muito os saberes dos educandos e potencializou o professor como mestre de todo o conhecimento. Nesta perspectiva da pedagogia diretiva o professor era um mero transmissor de conteúdos, a sua abordagem metodológica era de transmissão de saberes, assim como pontuam Ferreira et al. (2010, p. 53):

A metodologia na abordagem conservadora priorizava a transmissão de informações muitas vezes sem nenhum significado para o aluno, torna importante apenas o ensinar e não o aprender. A qualidade da aprendizagem do aluno trabalhador é mensurada pela reprodução de conteúdos, onde a avaliação requer respostas prontas e precisas que devem ser desenvolvidas por meio de memorização e repetição, retirando do aluno o direito de questionar, argumentar e refletir.

Diante desse paradigma tradicional o professor exercia um papel de transmissor de conhecimentos, prezando pela repetição e memorização, inculcando em seus alunos conhecimentos acerca dos conteúdos que eram focos do ensino, de acordo com as determinações da instituição de ensino da qual fazia parte.

Contudo, uma nova abordagem de educação se constituiu ao longo da história, e a ideia de concepção interacionista (VIGOTSKY, 1998) se fez presente no âmbito educacional. Por isso, Resende (2009, p.1) aponta que “Vygotsky, a partir de

seus estudos, postulou a concepção sociointeracionista, a qual concebe que o homem constitui-se através de sua interação com o meio em que está inserido.” Assim, esses novos conhecimentos acerca da constituição do ser humano se refletem na educação mobilizando novas compreensões sobre o ensinar e o aprender sob o viés do sociointeracionismo. Esta concepção de educação sugere a interação do indivíduo com o meio e com o outro. Sobre esse aspecto Libâneo (1998) assinala que a concepção interacionista leva em consideração tanto o aspecto biológico do indivíduo como as condições do meio, do entorno em vive esse indivíduo. Diante disso há diversas vertentes da visão interacionista e todas elas se interligam por um único núcleo, em que as aprendizagens do ser humano se constituem de um processo interativo entre fatores externos e internos, mediados pela linguagem (VYGOTSKY, 1998).

Diante dessa concepção de educação, o papel do professor também se modificou, atribuindo novas exigências ao ofício de ser professor. Neste sentido, o professor tornou-se um mediador do conhecimento e das aprendizagens, para isso o surge a necessidade constante de busca por competências e habilidades em seu fazer docente para dar conta das mudanças experimentadas em seu cotidiano. Diante dessa premissa se constitui a sociedade do conhecimento que exige novos saberes para um mundo em constante transformação, ainda mais da escola e do professor, como sugere Gadotti (2003, p. 16) ao tratar dessa nova sociedade:

As conseqüências para a escola, para o professor e para a educação em geral são enormes: ensinar a pensar; saber comunicar-se; saber pesquisar; ter raciocínio lógico; fazer sínteses e elaborações teóricas; saber organizar seu próprio trabalho; ter disciplina para o trabalho; ser independente e autônomo; saber articular o conhecimento com a prática; ser aprendiz autônomo e a distância.

Desse modo Gadotti (2003, p. 16) defende ainda que: “[...] poderíamos dizer que o professor se tornou um aprendiz permanente, um construtor de sentidos, um cooperador, e, sobretudo, um organizador de aprendizagens.” Com isso, o papel do professor começou a ser repensado, em uma era de conhecimento em que o novo está em constante mudança e o professor é chamado assumir um papel social que não pode ser reduzido à reprodução de um conhecimento, apenas. Assim, este profissional tem por exigências ser um mediador, facilitador, potencializador, pesquisador, promotor de aprendizagens, formador de pessoas crítica e reflexivas,

entre outras. Nessa linha dos novos papéis do professor Paviani (2003, p. 31) pontua a necessidade da formação continuada desse profissional e afirma:

As novas formas de trabalho pressupõem uma alfabetização científica e tecnológica (acessar e usar as informações disponíveis, lidar com as novas linguagens e máquinas, etc.). Em consequência, a preparação profissional requer uma educação contínua e, cada vez mais, uma conjugação de novos conhecimentos transdisciplinares, domínio de habilidades e competências específicas e responsabilidades sociais.

Todas essas transformações ao longo do tempo foram responsáveis pelo surgimento de um novo professor, que deve estar em contínuo processo de formação, tendo em vista as novas necessidades emergentes no cotidiano de sua função, como por exemplo, nesse momento, que demanda o conhecimento e o emprego da tecnologia no processo de mediação pedagógica, entre outros saberes.

Na perspectiva sociointeracionista a relação entre professor e aluno se constitui em uma premissa de diálogo e troca de saberes, em que o professor e o aluno constroem conhecimentos juntos, assim o professor além de ensinar busca aprender, Becker (1994, p. 93) pontua:

As relações de sala de aula, de cristalizadas - com toda a dose de monotonia que as caracteriza - passam a ser fluídas. O professor construirá, a cada dia, a sua docência, dinamizando seu processo de aprender. Os alunos construirão, a cada dia, a sua discência, ensinando, aos colegas e ao professor, novas coisas. Mas, o que avança mesmo nesse processo é a condição prévia de todo aprender ou de todo conhecimento, isto é, a capacidade construída de, por um lado, apropriar-se criticamente da realidade física e/ou social e, por outro, de construir sempre mais e novos conhecimentos

Neste aspecto o professor precisa lidar com essa demanda de exigências do trabalho que afetam diretamente o seu pessoal e o emocional, podendo gerar várias consequências sobre sua vida e seu fazer docente. É fato, que o professor é diretamente atingido nesta era do conhecimento com as mudanças frequentes de cenário e, por isso, Reis et al. (2006), apontam que, professores com maior exigência no trabalho, tendem a ficar mais propensos à exaustão mental, entre outros sintomas. Nessa linha de pensamento, é possível afirmar que o momento o atual de pandemia veio acentuar as questões do sofrimento mental do professor, propiciando ainda mais o adoecimento deste profissional, pois as demandas e exigências se tornam mais intensificadas. Diante disso, o cenário perpassa por instabilidade, insegurança e

novas reconfigurações para se ressignificar os processos educativos e reinventá-los, com criatividade e inovação pedagógica.

Diante do exposto, é notório compreender que o ofício do professor mudou com o passar do tempo, agregando-se novas atribuições ao papel desse profissional e, hoje, em contexto de pandemia do novo coronavírus, tem se intensificado ainda a função docente tendo em vista as novas atribuições emergentes desse novo cotidiano, propiciando o adoecimento do professor.

2.2. O ADOECIMENTO MENTAL DO PROFESSOR: CAUSAS E FATORES

*“O desgaste a que trabalho e
trabalhador se submetem
perante a falta de condições
para a realização do trabalho
pesam na balança[...].”*

Wanderley Codo e Iône Vasques Menezes

Como referido na seção anterior, a profissão docente passou por diversas mudanças ao longo da história, com isso novas exigências surgiram acerca do ofício docente. Sobre este aspecto Vieira (2019 p. 9) destaca sobre o ofício do professor “[...] é uma profissão que atua na perspectiva da formação cidadã e que lida com demandas diversas da sociedade contemporânea”. De fato, a profissão docente é considerada uma das mais importantes para o desenvolvimento da sociedade, dada sua relevância na formação dos cidadãos, também é do conhecimento público as mudanças na profissão tem ocorrido de forma muito complexa, com muitas demandas e exigências que afetam diretamente o aspecto profissional e social do professor.

De acordo com Souza; Santos e Almeida (2016) o estresse é comum na profissão docente gerado por diferentes fatores e situações tensas, complexas e desgastantes que permeiam a referida profissão. Para Reis et al. (2006) o estresse repercute na saúde tanto física como mental do indivíduo e que, implica diretamente no âmbito profissional.

Assim, a categoria docente é uma das mais expostas a conflitos nos ambientes de trabalho, esses configuram o mal-estar docente, expressão ligada diretamente ao adoecimento do professor como refere Souza e Leite (2011, p.1109) “A expressão mal-estar docente descreve os efeitos permanentes de caráter negativo

que afetam a personalidade do professor, resultado das condições em que exerce a docência.”. Desta maneira, o referido mal-estar desencadeia uma série de problemas, como por exemplo, apatia, desânimo, estresse e próprio desinteresse pela profissão. Esteve (1999 apud SOUZA e LEITE, 2011, p. 1109) classifica o mal-estar docente em dois tipos:

a) fatores primários (aspectos que agem diretamente sobre a ação do professor em sala de aula, gerando tensões e sentimentos negativos) e b) fatores secundários (condições de trabalho que agem indiretamente sobre a imagem do professor). A situação de mal-estar resulta no “ciclo degenerativo da eficácia docente”.

Ainda, sobre os fatores que contribuem para o mal-estar docente, pode-se dizer que um terceiro fator que surge dentro dessa categoria, seria a questão de gênero, pois a profissão é predominantemente feminina, o que sugere que alguns elementos ligados diretamente ao sexo em questão, podem vir a potencializar os outros dois fatores citados anteriormente, para isso cita-se como exemplo, quesitos hormonais, como o período menstrual, assuntos familiares e afetividade com a docência. (REIS et al., 2006)

Neste sentido, o adoecimento do professor está ligado aos fatores que vão desde o âmbito pessoal e individual, perpassando o meio social, organizacional e dos relacionamentos dentro do ambiente escolar, até as condições gerais em que o trabalho vai ser executado. Por isso, independente do nível ou da instituição, o professor pode ser acometido por problemas de cunho mental devido ao seu grande envolvimento emocional com o ofício (DIEHL e MARIN, 2016).

Poucos estudos se têm acerca de quais fatores são preponderantes para o adoecimento mental, porém, quando se fala em possíveis causas e fatores desse adoecimento as respostas, são quase que sempre as mesmas, nos mais diversos níveis, por isso, Diehl e Marin (2016, p.77) assinalam:

Em relação aos fatores que levam ao adoecimento dos professores, os estudos que investigaram os diversos níveis de ensino (Infantil, Fundamental, Médio e Superior) identificaram a organização do trabalho, a falta de reconhecimento, problemas motivacionais e comportamentais dos alunos (falta de limite e de educação, dificuldades de relacionamento), pouco acompanhamento familiar e problemas no ambiente físico (ergonomia, mobiliário, equipamentos e condições de ruído e temperatura).

Além disso, Thiele e Webler (s/d, p. 1) ressaltam que os possíveis fatores para o adoecimento mental dos professores são:

Excesso de trabalho, indisciplina em sala de aula, salário baixo, pressão do sistema educacional, formação inicial deficiente, formação continuada ineficiente, violência, demanda de pais de alunos, bombardeio de informações, desgaste físico e, principalmente, a falta de reconhecimento de sua atividade[...]

De acordo com estudos realizados sobre o ofício docente, uma das maiores queixas dos professores é o excesso de trabalho, embora a Constituição Federal (1988), em seu Art. 7º, inciso XIII, determina que a jornada de trabalho nunca deva ser superior a oito horas diárias, ou ainda, não ultrapassar quarenta e quatro horas semanais, sabe-se que, muitos professores estendem essa carga horária, entre reuniões, planejamento, atendimentos aos pais, entre outros. Ou seja, mesmo que o professor trabalhe somente quarenta horas semanais, as outras quatro horas restantes não suprem a quantidade de afazeres atribuídos a ele, acarretando em uma sobrecarga de trabalho, fator preponderante para o adoecimento mental, além de ser inconstitucional (BRASIL, 1988).

Nesse contexto, Gasparini, Barreto e Assunção (2005, p. 191), pontuam “Embora o sucesso da educação dependa do perfil do professor, a administração escolar não fornece os meios pedagógicos necessários à realização das tarefas, cada vez mais complexas”. Desta maneira, a formação inicial é insuficiente para atender às demandas que a comunidade escolar exige, colocando o professor a buscar o aprimoramento docente de forma continuada, uma vez que, nem sempre, a instituição em que o mesmo exerce a sua profissão oportuniza essa formação, fazendo com que este profissional, busque por conta própria, as formas de qualificação profissional.

Outro fator que torna a profissão desgastante são as diversas características presentes na realidade escolar, como por exemplo, as constantes zonas de conflitos, a violência do dia a dia, os alunos com grandes desinteresses, tornando a indisciplina como parte do processo de ensino e de aprendizagem. Além disso, a demanda de pais e alunos com suas exigências sobrecarregam o ofício docente e, em algumas situações, o ambiente escolar, não favorece as aprendizagens, pela precariedade da infraestrutura, dos recursos materiais e das turmas com superlotação (DIEHL e MARIN, 2016).

Além de todas essas questões, a falta de reconhecimento e os baixos salários são causas que fazem com que muitos professores se questionem sobre a escolha de sua profissão. A Lei Nº 11.738, de 16 de julho de 2008, determina para professores do magistério público, o piso salarial de novecentos e cinquenta reais mensais, portanto, o salário é muito baixo e mostra a desvalorização deste profissional da educação. Assim, diversos profissionais precisam complementar a renda, acarretando o excesso na jornada de trabalho, como referem Souza, Santos e Almeida (2016, p. 5):

O trabalho ocupa a maior parte do tempo das pessoas, aqui especificamente falando, do tempo do professor. A jornada é longa e por vezes, estendida em tripla jornada, seja nas instituições ou fora, pois muitos, para complementar a sua renda tem que trabalhar até três períodos ou ter um trabalho extra. Para as mulheres a jornada se estende, além da vida profissional a vida pessoal e familiar demanda tempo e afazeres, uma vez que, quem cuida da casa, maridos, filhos, e ainda precisa de tempo para cuidar de si mesma.

De acordo com o exposto, muitos professores complementam a renda com trabalho extra, ou com jornadas estendidas, pois seus salários são extremamente baixos e, ainda, a mulher se torna ainda mais prejudicada com esse excesso de trabalho, pois tem o fator familiar e pessoal influenciando sobre sua remuneração. (SOUZA, SANTOS e ALMEIDA, 2016).

Desta maneira, o adoecimento do professor se deriva de uma série de fatores e causas, todos mencionados ao longo do tópico e que são comuns a todos os níveis de formação do professor e em todos os níveis de ensino, para isso Ferreira (2019, s/p) assinala “Emoção e cognição são dois parâmetros que nortearão suas ações e práticas docentes quaisquer que sejam os níveis educacionais em que ele atue.”

Outro fator não ligado diretamente com o ofício docente que também acomete o professor e contribui para o mal-estar docente são as incertezas em relação ao futuro de seu emprego; ou ainda, o receio de não conseguir a empregabilidade na área da educação, esse sentimento do desemprego faz parte do processo de trabalho e gera incertezas e inseguranças. Dejours et al. (1993 p. 101) salientam que “O não-trabalho também pode ser perigoso para a saúde, como se vê bem, atualmente, com toda a patologia do desemprego. ”

Por isso, o desemprego pode ser fator de risco para saúde mental uma vez que, o trabalho é também responsável pelo equilíbrio da vida social, desta maneira,

além de ser fonte de renda, atua como parte do processo de construção social e de desenvolvimento. Dejours et al. (1993 p. 99) também apontam que o trabalho:

É também uma parte importante do dia ou da noite, da semana, do ano, um tempo em ruptura ou, ao contrário, coerente com aquele dos lazeres, da família, das férias. É, também, um "ofício" ou um "emprego", é uma atividade, uma reflexão, um *savoir-faire*, uma fonte de interesse, uma causa de fadiga, mas também um meio de desenvolvimento.

Por isso, as causas e fatores acerca da profissão docente acabam por desencadear condições que geram instabilidades e estresse, para isso Souza e Leite (2011, p. 1109) salientam que:

A partir de tais condições, os docentes passam a manifestar sentimentos negativos intensos como angustia, alienação, ansiedade e desmotivação, além de exaustão emocional, frieza perante as dificuldades dos outros, insensibilidade e postura desumanizada.

Diante do exposto e com essas condições emocionais o professor pode ter agravantes que afetam o seu estado de equilíbrio de saúde, podendo acarretar em sérias doenças e/ou transtornos ligados à profissão docente, estes por sua vez, ligados diretamente com o preocupante adoecimento mental do professor. Este aspecto relacionado à incerteza do futuro profissional foi fortemente afetado pelo momento pandêmico em que muito professores, principalmente os que atuam em escolas privadas, tiveram seus contratos rescindidos, gerando o desemprego e comprometendo o próprio sustento e o de suas famílias.

2.2.1. Principais doenças e/ou transtornos recorrentes

Como já referido, diversos dos fatores aos quais o professor está exposto, acarretam no seu adoecimento mental, fazendo com que o mesmo esteja sujeito a alguns tipos de doenças e/ou transtornos de acordo com as pressões que este vem a sofrer diante da sua prática docente. Sobre este aspecto Ferreira (2016, s/p) comenta seu livro *Saúde emocional do professor* “É inquestionável que a saúde emocional do educador tem sido fortemente abalada por crescentes pressões”.

Diante disso, não se pode falar de doença e/ou transtornos sem antes entender o que é saúde, desta maneira, segundo a Constituição Organização Mundial de Saúde (1946) “A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social,

e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade”. Desta forma, a saúde não somente a ausência de doenças, mas é, também, a promoção de bem-estar.

De acordo com os estudos acima referidos o professor se vê exposto às causas para o desenvolvimento do mal-estar docente, de maneira que certos prejuízos os atingem em proporções que acarretam o adoecimento do mesmo. Desta forma existem algumas doenças mentais que, frequentemente, atingem este profissional da educação e que refletem diretamente na qualidade de sua atuação.

Por tanto, hoje em dia entende-se que a saúde mental está diretamente ligada à saúde física e que fatores, tanto externos, quanto internos, promovem o adoecimento e o cansaço mental. Facilmente esse cansaço mental pode ser entendido como físico, pois se manifesta diretamente nos fatores biológicos, ou seja, manifesta com dores no corpo. Sobre os referidos aspectos, a Coleção “Mente e vida moderna” coordenada por Viviane Campos (2019, p. 11) sugere que:

O cansaço mental, por si só, exige do cérebro uma carga maior de concentração de energia. Esse excesso, provavelmente, causará uma perda no desempenho em algumas atividades do corpo, proporcionando o mau funcionamento de outras áreas. Por conta disso, a mente pode responder de diversas formas, manifestando sintomas como: dores de cabeça constantes, distensões musculares e falta de vitalidade.

Diante do exposto, o cansaço mental reflete diretamente no estado físico do indivíduo, porém o reflexo deste atinge o âmbito social afetando as relações e a convivência, como reitera Campos (2019, p. 13) “Os danos também fazem com que as pessoas do mesmo convívio se tornem vítimas, pois a agressividade e os comportamentos instáveis passam a fazer parte da rotina, gerando incomodo.” Desta maneira, não só o indivíduo passa por um adoecimento, mas o seu entorno acaba sofrendo de alguma maneira, com a instabilidade das relações tecidas nesse contexto de adoecimento. Concorda com o que foi apresentado sobre o mal-estar docente Jesus (2004) quando ressalta os diversos fatores que contribuem para o mal-estar docente tais como, desvalorização do saber escolar, baixos salários, perda de prestígio da profissão, excesso de trabalho, entre outros.

Nesse sentido, Ferreira (2016) indica que não só o cansaço mental faz parte da realidade do processo de adoecimento do professor, mas outras doenças como ansiedade, depressão e a Síndrome de Burnout se fazem presente com maior

incidência na carreira docente contribuindo para o adoecimento mental. No texto que segue, apresento a caracterização das referidas doenças e suas consequências no desempenho docente.

2.2.1.1. Ansiedade

A ansiedade está diretamente ligada ao estado emocional da pessoa e se caracteriza por medo, angústia ou ainda o nervosismo perante alguma situação diferente ou atípica, é um comando comum do nosso corpo, como destaca Ferreira (2016, p. 15):

Ela é frequentemente associada ao medo e até mesmo ao pavor. Não há pessoa na face do planeta que não tenha se sentido ansiosa em algum momento da vida. Na realidade, a espécie humana deve muito à ansiedade. Não teríamos evoluído até aqui como espécie se ela não existisse. Foi a ansiedade que preparou o homem para sobreviver aos diversos ambientes hostis nos quais nossos antepassados viveram ao longo de milênios.

Por isso, a ansiedade é um estímulo do nosso corpo que nos move a fazer algo, porém quando em excesso a mesma pode ser prejudicial, pois pode se configurar como uma doença. Nesse mesmo sentido Ferreira (2016, p. 15) reitera que:

Analisando a ansiedade sob esses diferentes ângulos, devemos entendê-la como um fenômeno emocional que nos ajuda ou nos atrapalha e que se tornará patológica se atingir níveis muito altos, como no chamado Transtorno de Ansiedade. É ela que nos estimula a entrar em ação, mas também pode nos paralisar se for sentida em excesso. Pode ser nossa aliada ou nossa inimiga.

Diante disso, para o professor a ansiedade pode ser uma aliada motivando-o a mudar suas práticas ou, ainda, atuar como fator preponderante para o seu adoecimento, causando a paralisação diante de situações do cotidiano em que ele vive, como por exemplo, as situações conflituosas com os alunos que vivem em situação de vulnerabilidade, promovendo a psicopatologia.

Segundo Campos (2019) o Brasil apresenta índices elevados de pessoas com o quadro de ansiedade, validando a premissa Ferreira (2016) indica que a ansiedade é a base para outras doenças de cunho mental. Portanto, é importante entender os tipos de psicopatologias existentes dentro dessa condição que, acomete tanto o professor com os estressores do dia a dia, mas a população de um modo geral.

Corroborando com esse estudo Ferreira (2016, s/p) enfatiza que a psiquiatria caracterizou o transtorno da ansiedade em seis grupos, que são: “(1). Transtorno de Pânico. (2). Transtorno Obsessivo Compulsivo. (3). Transtorno de Estresse Pós-Traumático. (4). Transtorno de Ansiedade Generalizada. (5). Fobia Social. (6). Fobias Específicas.” Abaixo apresento algumas características dos referidos transtornos:

- (1) O Transtorno de Pânico, também chamado de Síndrome do Pânico é a manifestação de ansiedade aguda, em que o indivíduo tem medo ou desespero intenso, independentemente da situação, apresentando sintomas físicos e emocionais. Desta maneira, Ferreira (2016, s/p) pontua que:

Os sintomas variam em larga escala entre as pessoas, mas são basicamente caracterizados pelo surgimento súbito de palpitações, dor no peito e tontura. É também comum que se tenha um medo muito forte de morrer, de perder o controle sobre si mesmo ou de ficar louco. Os ataques costumam durar minutos, mas também é possível que se prolonguem.

Por conseguinte, é comum que as pessoas que sofrem com o referido transtorno passem a evitar as situações que façam com que a crise se manifeste (FERREIRA, 2016).

- (2) O Transtorno Obsessivo Compulsivo, conhecido como TOC, tem como característica pensamentos excessivos e a grande necessidade de cumpri-los, que se demonstra por atos compulsivos (CAMPOS, 2019). Desta maneira, atividades e comportamentos repetitivos se fazem presentes em pessoas com esse tipo de patologia, por isso, Ferreira (2016, s/p) assinala que “As atividades desenvolvidas a partir dos pensamentos repetitivos se constituem em verdadeiros rituais”.

- (3) Transtorno de estresse pós-traumático que é advindo de situações em que o indivíduo passa por um trauma, por exemplo, um acidente, nessa condição o mesmo passa a reviver o acontecimento através de suas lembranças (FERREIRA,2016). De acordo com Campos (2019) esse transtorno pode evoluir para quadros agudos ou mesmo crônicos, atingindo fortemente o indivíduo.

- (4) Transtorno de ansiedade generalizada (TAG): para Ferreira (2016, s/p) se configura como “[...] modalidade de expressão sintomática da ansiedade, como o próprio nome define, a pessoa costuma ver tudo ao seu redor como gerador de ansiedade”. Diante disso toda e qualquer atividade pode se tornar algo difícil, incapacitando o indivíduo de realizá-la. As mulheres são as mais acometidas com esse tipo de psicopatologia, visto que questões biológicas também estão ligadas a essa psicopatologia (FERREIRA, 2016).
- (5) Fobia social: está diretamente ligada com a questão de relacionar-se com o outro ou com um grupo de pessoas, causando alguns tipos de medo, tais como: comer em público, baixa autoestima, entre outros que podem causar sintomas como vômito, isolamento, náuseas, entre outros (FERREIRA, 2016). Diante disso, a interação social pode causar uma ansiedade irracional.
- (6) Fobias específicas: são ocasionadas por medo excessivo de algo, pode ser de objetos, animais, questões naturais ou mesmo situações específicas, essa condição para Ferreira (2016, s/p) acaba “incapacitando o indivíduo a agir quando exposto à situação temida”. Diante disso, o indivíduo acaba por ficar estagnados e sem reação perante a ocorrência dessa fobia.

Diante do exposto, é importante que o professor busque entender que o corpo pode lhe dar sinais de que está adoecendo, pois, como mencionado em outros tópicos ao longo do texto, o aspecto emocional está diretamente ligado ao físico, apresentando sintomas como dores pelo corpo e até mesmo o tão mencionado cansaço mental.

2.2.1.2. Depressão

Outra doença que pode acometer o profissional da educação e que pode ser uma das grandes causas de seu adoecimento físico e mental é a depressão.

A depressão se configura na grande dificuldade de se caracterizar a doença, pois diversos fatores estão ligados ao quadro. Embora não se saiba ao certo quais são esses fatores, os estudiosos da saúde sugerem que, os mais comuns estão ligados à genética, ao ambiente e o psicológico, por isso, é necessário o destaque ao posicionamento de Campos (2019, p.58) “Entre os fatores que podem desencadear o transtorno, estão os biológicos, psicológicos e ambientais”. De maneira a reforçar a premissa acima, é importante destacar as condições que desencadeiam o quadro de depressão.

Ferreira (2016, s/p) discorre sobre esses possíveis fatores, pontuando:

Os fatores genéticos são os genes herdados de seus pais por cada indivíduo. Estima-se que os genes tenham um peso de cerca de 50% entre as causas da depressão. Já os fatores psicológicos referem-se ao preparo que as pessoas têm para lidar com os fatores ambientais que surgem ao longo da vida, a forma como elas reagem a problemas, traumas, frustrações e aos muitos momentos de tristeza enfrentados por todos nós. As experiências pelas quais têm um peso fundamental neste quesito.

Como citado, são inúmeros os fatores que podem desencadear transtornos à saúde. Aprofundando o assunto o autor acima referido (2016, s/p) assinala que:

Os fatores ambientais são os acontecimentos estressantes e traumáticos que todos nós vivemos. Uma demissão, um divórcio, uma separação, a perda de uma pessoa amada e a violência que assusta tanto os brasileiros são exemplos das muitas dificuldades enfrentadas.

Desta maneira, para o professor os referidos fatores se configuram como um grande risco, uma vez que o mesmo lida com constantes incertezas ao longo de sua carreira, que podem se configurar em um quadro de uma psicopatologia, de maneira a afetar sua construção em seu ofício.

Ademais, a depressão apresenta quadros com níveis diversificados, desde o leve, com perda significativa de energia para realização das atividades diárias, o moderado que intensifica e configura com o dano ao social e o grave, que são casos extremos, em que, como demarca Campos (2019, p. 59) “há perda completa de interesse pelo trabalho e pela vida em geral. O quadro é disfuncional e há sérios riscos de que a pessoa cometa suicídio.” Diante dos aspectos assinalados, é importante ter um olhar atento para sintomas como, por exemplo, tristeza, desinteresse ou apatias

que podem ser sintomas de quadros depressivos e que, por isso, devem ser investigados.

Segundo Campos (2019) um dos tipos de depressão mais conhecidos é a que ocorre em mulheres: a depressão pós-parto que é uma patologia relacionada à maternidade. O referido autor (2019, p.59) pontua como “[...] é o caso que se registra em mulheres que acabaram de dar à luz[...]”, cita ainda, outros tipos de depressão, tais como: psicótica, sazonal ou ainda episódios depressivos.

Assim sendo, a depressão psicótica é ocasionada pelos sintomas comuns de depressão associados a questões psicóticas, tais como delírios e alucinações, nesse sentido Campos (2019, p. 60) afirma que as pessoas acometidas por esse tipo de depressão “chegam a entrar em transe”.

A depressão sazonal é causada pela mudança do tempo, tais como as estações do ano, ou em datas que se aproximem do final do ano (CAMPOS, 2019), assim esse tipo de depressão é comumente ocasionada no inverno. O referido autor (2019, p. 60) assinala “também se registram casos sazonais em festas de fim de ano, nas quais é recorrente o registro elevado de suicídios”. Diante disso, pode-se dizer que ela é ocasionada por um fim de ciclo.

Já os episódios depressivos, segundo Campos (2019) são os casos mais recorrentes, é o transtorno depressivo em si, caracterizado como leve, moderado e grave, como já referido anteriormente. Logo, os episódios depressivos podem causar grandes tristezas, perda de interesse, entre outros, desta maneira sendo a forma mais comum de manifestação da psicopatologia.

Assim, esta é outra forma que o adoecimento mental do professor se manifesta, e pode ser determinante para o afastamento do mesmo de suas funções, sem mencionar os grandes malefícios para a saúde do mesmo. Nesse sentido, o olhar e o cuidado para com esses aspectos da saúde do professor se tornam fundamentais, em especial nesse momento vivenciado em que as estatísticas comprovam que, o distanciamento social e todas as inseguranças geradas pelo momento pandêmico tem se constituído em fatores que desencadeiam abalos emocionais, quadros depressivos, e grandes ansiedades. Tais reflexos são decorrentes de um cenário pautado por sentimentos de medos e receios sobre como agir na interação por meio de distanciamento, ou mesmo como lidar com os protocolos que constantemente mudam para promoção de proteção.

2.2.1.3. Síndrome de Burnout

A Síndrome de Burnout vem se configurando como a que mais acomete professores, para tanto, conhecer essa síndrome é pertinente para esse profissional e para a área da gestão pedagógica que atua diretamente com esses profissionais.

Campos (2019) aponta que a Síndrome de Burnout está diretamente associada ao trabalho, por isso, pode ser chamada também de “síndrome do esgotamento profissional”. Essa psicopatologia afeta tanto o aspecto físico e o mental do professor, assim como as demais doenças já citadas. Isso acarreta em cansaço físico, desânimo, distúrbio do sono (insônia, sono em excesso), entre outros.

De acordo com Campos (2019, p. 22) “Os primeiros estudos sobre a condição foram feitos pelo psicólogo alemão radicado nos Estados Unidos Herbert J. Freudenberg, ainda nos anos de 1970.” Sobre as descobertas de Freudenberg, nos anos 70, Ferreira (2016, s/p) pontua que:

Ele é apontado como o primeiro a utilizar esta denominação para a síndrome em um artigo intitulado Staff Burnout publicado em 1974. A descrição chocante que ele utiliza define a síndrome como um “incêndio interno”, daí o uso da expressão inglesa burnout (queimar, consumir).

Diante disso, a síndrome acomete principalmente pessoas que designam grande parte do seu tempo ao trabalho e, como consequência disso, o envolvimento emocional é sempre muito grande, pois essas profissões estão relacionadas diretamente com a vida das pessoas. Nessa mesma linha de pensamento Campos (2019, p.25) assinala “Apesar de poder ser encontrada em qualquer atividade, o Burnout se mostra mais evidente em indivíduos cuja profissão exige envolvimento interpessoal intenso, com alguns impactos diretos à vida de outras pessoas.” Consequentemente, para o autor, as profissões que geralmente são mais impactadas com esta síndrome são: médicos em geral, bombeiros, professores, policiais, entre outros, por lidarem diretamente com relações que demandem uma função de relacionamento para com o outro.

Assim, a Síndrome de Burnout se caracteriza por um constante excesso de cansaço físico e mental, de modo que os trabalhadores que lidam com estressores de seus ofícios podem ser afetados. Porém, a configuração da mesma não se dá de

forma linear e cada pessoa apresentará um quadro específico (Campos, 2019). Por sua vez, Ferreira (2016, s/p) define a Síndrome de Burnout como:

[...] uma reação a circunstâncias permanentes que envolvam tensão emocional crônica, gerada por contato direto e excessivo com outros seres humanos, particularmente quando estes estão preocupados ou com problemas, em situações de trabalho que exigem tensão emocional, atenção constante e grandes responsabilidades.

Desse modo, o profissional da educação se depara sempre com constante relacionamento emocional com os afazeres diários, o que pode fazer com que este, desenvolva essa psicopatologia. Nessas condições o professor ao se defrontar com seu ofício pode desenvolver sentimentos de um grande desgosto, de maneira a não reconhecer a mesma como algo prazeroso e de sua própria escolha. Assim, sua atividade profissional pode se tornar maçante e tortuosa. De acordo com uma pesquisa do Sindicato dos Professores do Ensino Privado (SINPRO – RS, 2012) foram entrevistados 202 professores gaúchos, dentre os quais 16, 8% tem incidência de Síndrome de Burnout.

À face do exposto, a Síndrome de Burnout se configura em um quadro de esgotamento, do não reconhecimento da profissão e da constante vontade de não estar naquele lugar (escola), assim desencadeando dores psicológicas e físicas como refere Ferreira (2016 s/p):

Não ver significado no trabalho é um fator importante para propiciar o surgimento da Síndrome de Burnout. Muitos anos depois, hoje eu consigo entender melhor por que muitos de meus colegas apresentam um olhar embaçado, a testa permanente franzida e uma absoluta ausência de sorrisos em seus rostos...

Corroborando com esse estudo Campos (2019) quando argumenta que, na perspectiva física, a Síndrome de Burnout apresenta sintomas tais como enjoo, queda de cabelo, dores de cabeça, cansaço, entre outros aspectos ligados diretamente à saúde física do indivíduo. Por isso, o Burnout denota-se como sendo a grande causa de afastamento do professor de seu ofício, assim como, o adoecimento mental do mesmo pode ser derivado destas psicopatologias. Como consequência disso, Codo e Menezes (2000, p. 32) pontuam que:

O professor, ao mesmo tempo, sente-se derrotado porque vê que não está conseguindo atingir os objetivos aos quais havia se proposto em seu trabalho e vê deteriorada sua relação com os alunos, aos quais já não consegue mais tratar de forma afetuosa.

Considerando os aspectos apresentados, o momento atual traz novos fatores de estresse e adoecimento do professor, à medida que veio exigir que todos os profissionais se reconfigurassem em seus ofícios em tempo recorde num cenário incerto. Por conta disso o professor precisou modificar suas práticas, acentuando ainda mais o sofrimento psíquico e as psicopatologias, denotando novas formas de adoecimento desse profissional, por conta disso é importante conhecer as maneiras como a pandemia de coronavírus afetou o ofício do professor (SALAS,2020).

2.2.2. O professor e a pandemia: um novo fator de adoecimento

A pandemia do novo coronavírus é uma situação que tomou proporções mundiais, afetando desta maneira a população de forma geral. Segundo Pachiega e Milani (2020, p.221) “foi a partir do dia 11 de março, data do anúncio oficial proferido pela Organização Mundial de Saúde - OMS (2020), que a doença causada pelo novo coronavírus foi caracterizada como uma pandemia.”. Portanto, medidas de segurança e higiene foram destinadas à população tais como, o isolamento social, o uso de máscara, de álcool gel 70%, lavar as mãos sempre que necessário, não tocar em objetos contaminados, evitar tocar a boca e os olhos, ou mexer na máscara, além disso, evitar aglomeração, ir apenas uma pessoa da família ao mercado, só sair quando necessário e trocar a máscara sempre que ficar úmida, entre outras medidas cautelosas para que o vírus não se propague.

Para o ensino, a pandemia também tomou proporções mundiais, o que precisou a tomada de medidas drásticas para o controle da pandemia e o afastamento social se fez presente em todo mundo. Assim, os professores e alunos precisaram se adaptar ao novo cenário determinado pelo momento pandêmico. Diante disso coube ao professor se reinventar em seu planejamento de maneira a atender a todos os alunos. Para isso, o mesmo precisou, em um curtíssimo espaço de tempo, entender e compreender o uso de tecnologias na mediação pedagógica, assim como de outros recursos digitais para que fosse possível continuar suas práticas, mesmo que à distância. Para tanto, Pachiega e Milani (2020, p. 221) pontuam que “[...] as formas de

trabalho do docente e das instituições educacionais foram sendo revistas, renovadas, alteradas e, sobretudo, repensadas sob a ótica dos padrões até então praticados.”

Nesse novo cotidiano, professores e alunos foram diretamente afetados pela pandemia. Uma pesquisa da Universidade de São Paulo publicada no meio eletrônico USP Cidades Globais, intitulada “Educação, docência e COVID-19” (GRANDISOLI, JACOBI e MARCHINI, 2020), apresenta que desde março de 2020 milhões de alunos deixaram de frequentar o ensino presencial, como medida de prevenção à pandemia. Aponta, também, que o professor vem sendo acometido pelo mal-estar docente, antes mesmo da pandemia, mas, com esse novo cenário, as situações de adoecimento psíquico foram acentuadas neste profissional.

Diversos relatos de professores foram levados em consideração ao longo desse momento atípico que a população está vivendo e sintomas de adoecimento vêm sendo aflorados, como pontua Dunker (2020, p. 69):

[...] a maior parte das pessoas vai ter seus sintomas psíquicos piorados, porque há um aumento de tensão e conflito social. Isso acontece especialmente com as pessoas mais vulneráveis, mais desprotegidas. O isolamento vai tornar mais intensos os sintomas que elas já têm, como a ansiedade. O paranoico vai ficar mais paranoico, o mesmo com o depressivo, com o hipocondríaco.

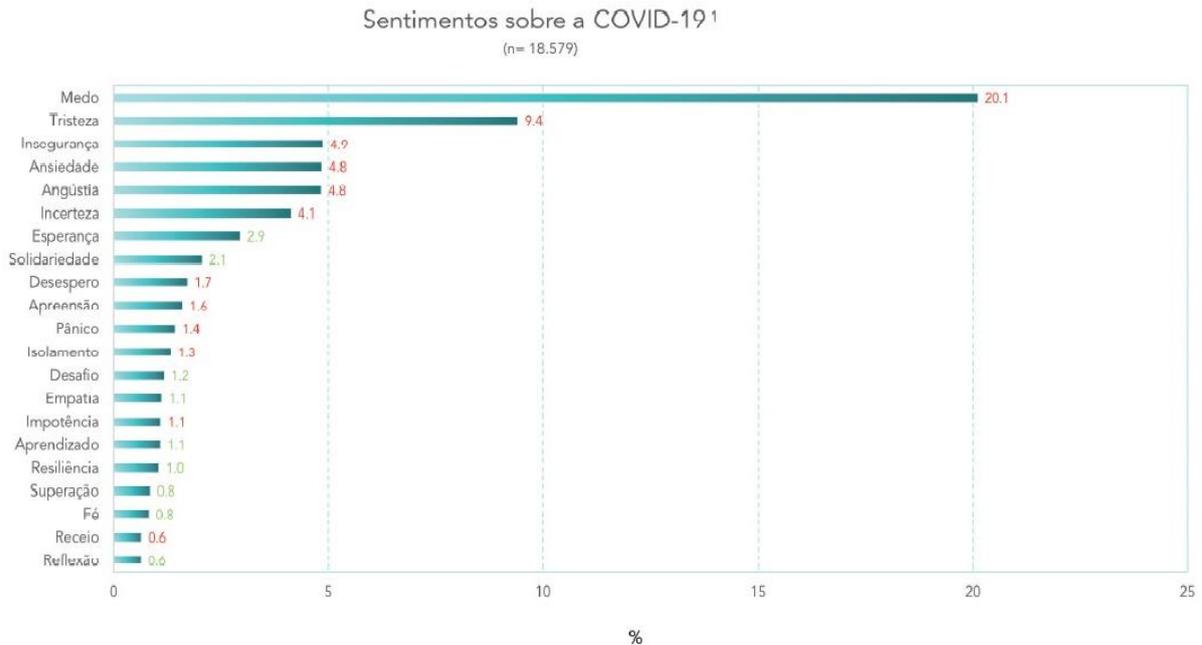
Além disso, o autor acima citado (2020, p. 76) afirma que: “Ninguém nos ensinou a enfrentar uma situação de epidemia e isolamento como essa. Diante disso, somos todos principiantes experimentando e criando soluções e lidando com efeitos imprevistos. Estamos em estados alterados de consciência.”

Nesse contexto, a classe do professorado se torna muito vulnerável por já passar por situações de desvalorização, de problemas do dia a dia que afetam sua psique, e muitos já convivem com certo adoecimento mental, desta maneira esse profissional está sendo afetado de maneira intensificada com a pandemia, pois diversos sintomas e sentimentos se intensificaram no decorrer da pandemia. (PACHIETA e MILANI, 2020).

Nesse contexto uma pesquisa da Universidade de São Paulo acima referida, mostra que os professores têm muito mais sentimentos negativos do que positivos dentre eles medo, anseios, angústias, tristeza e insegurança, fatores todos relacionados com a pandemia de coronavírus e sua atuação nas vidas pessoais,

sociais e profissionais dos indivíduos, como mostra o gráfico da Figura 01, referente aos sentimentos:

Figura 01: Gráfico dos sentimentos sobre a pandemia



Fonte: <http://www.iea.usp.br/pesquisa/projetos-institucionais/usp-cidades-globais/pesquisa-educacao-docencia-e-a-covid-19>

A pesquisa em foco revela que no cenário de incertezas sobre a profissão docente o medo se faz presente como principal sentimento e diz respeito, ao sentido de grande contágio que o vírus oferece, por isso, o professor tem medo de ser infectado. Mas, o medo surge, também, com as possibilidades de não atingir os processos de ensino e aprendizagem, além de o isolamento social ter estreitado o aspecto profissional com o pessoal. Sobre essas constatações Costa e Hülsendeger (2009, p. 25) assinalam “Um grupo significativo de professores vem se mostrando não só desmotivado, mas extremamente angustiado, pois, na maior parte do tempo, não se sente à altura das exigências que lhes são feitas.”

Desta maneira, a vida profissional se fez presente no âmbito familiar tornando ainda mais indissociado o aspecto profissional do pessoal. Com isso se intensificou a carga horária de trabalho dos professores, promovendo a exaustão deste docente, em vista disso Souza et al. (2021, p. 3) comentam que “[...] professoras e professores passaram a trabalhar em tempo integral na própria casa, em situação de trabalho

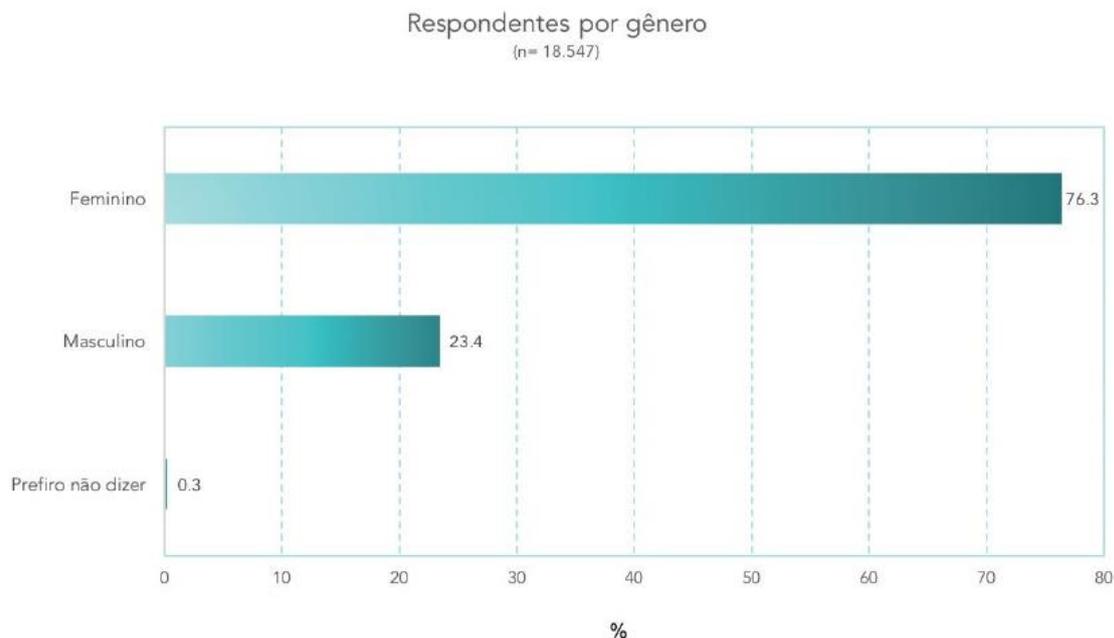
remoto, *home office* ou teletrabalho, expostos às condições de trabalho improvisadas e às jornadas extenuantes.” Ainda, os referidos autores pontuam que:

[...] passaram a realizar suas tarefas de forma inesperada por meio de aparatos tecnológicos e plataformas digitais sem terem sido formados ou recebido condições materiais e prescrições mínimas para isso. Essa exigência obrigou essas e esses profissionais abruptamente a se adaptarem ao novo formato de ensino e ao ambiente virtual de trabalho, tendo que improvisar o próprio espaço doméstico e dividir, simultaneamente, a sua atenção entre as atividades profissionais e familiares.

Diante disso, o professor precisou adaptar-se ao meio remoto de maneira a receber pouco subsídio, propiciando momentos de incerteza quanto à tarefa de ensinar. As medidas governamentais que visam o ensino remoto não asseguraram os direitos e regulamentações aos trabalhadores, uma vez que se efetiva, a saúde corre sérios riscos.

A pesquisa em discussão aponta que a grande parcela desses profissionais são mulheres, reiterando a predominância feminina em atuação na docência, como mostra a Figura 02:

Figura 02: Gráfico de gênero:



Fonte: <http://www.iea.usp.br/pesquisa/projetos-institucionais/usp-cidades-globais/pesquisa-educacao-docencia-e-a-covid-19>.

De acordo com a referida pesquisa a mulher tem grande influência no cenário familiar, uma vez que ela é responsável por diversos afazeres, desta maneira, a mesma se sente sobrecarregada com o trabalho remoto.

A Revista Nova Escola (SALAS, 2020, p. 2), destaca que outro sentimento muito exposto ao longo da pandemia foi a frustração gerada quando o planejamento não é atingido de maneira esperada ou, ainda, devido aos alunos não terem acesso às tecnologias para às aulas, ou mesmo, pela dificuldade de acesso ao material impresso. Tais questões levam à dificuldade de os alunos realizarem o processo de ensino e de aprendizagem. Assim, segundo a referida revista, a grande frustração se dá no âmbito do sentimento de que o ofício não está sendo contemplado de maneira satisfatória. Para tanto, a Revista Nova escola (SALAS, 2020) sugere que é o sentimento desencadeado pela dificuldade no planejamento e, também no uso da tecnologia que tem acarretado esses sentimentos. Além disso, referente à tecnologia, Costa et al. (2020) assinalam que, o uso da tecnologia causa xenofobia, entendida como medo ou aversão ao estrangeiro, pois o professor não estava familiarizado com o uso da mesma nem os alunos, principalmente aqueles com certa vulnerabilidade.

Ainda sentimentos de incerteza, impotência, cobrança e angústia pautam os problemas de saúde mental do professor neste período de isolamento social, fazendo com que este profissional se sinta esgotado, propiciando alguns sintomas de estresse, ansiedade e outras doenças, que já afetavam o professor e no momento estão intensificando esse processo de adoecimento psíquico (SALAS, 2020).

Porém, a pergunta que não quer calar é: E o Professor da Educação Infantil como está vivendo diante desta situação? Para tanto, um olhar diferenciado para este educador é muito importante, pois ele é responsável pela primeira etapa da educação e ainda responsável pelo acesso das crianças a uma nova reconfiguração de sociedade, daí a importância desse profissional não estar bem, para realizarem bom trabalho, tema que veremos na próxima seção.

2.2.2.1. O professor da Educação Infantil

"[...]compreensão de que o trabalho educativo com crianças é uma tarefa simples."

Eduardo Alessandro Kawamura

De acordo com Base Nacional Comum Curricular (2018) a Educação Infantil é a primeira etapa da educação de uma criança diante da sociedade, a mesma é responsável pelo atendimento de crianças de 0 a 5 anos e 11 meses de idade, com isso é de extrema importância para o desenvolvimento deste indivíduo. Nesse sentido a Política Nacional de Educação Infantil (2001, p. 7) salienta o reconhecimento do valor e importância desse nível de ensino que ocorreu recentemente através da LDB 9394/96:

A Educação Infantil, embora tenha mais de um século de história como cuidado e educação extradomiciliar, somente nos últimos anos foi reconhecida como direito da criança, das famílias, como dever do Estado e como primeira etapa da Educação Básica

Com o reconhecimento da Educação Infantil como primeira etapa da Educação Básica é necessário entender que o cuidar e educar, são indissociáveis ao processo de ensino e aprendizagem da criança, como enfatiza a Política Nacional de Educação Infantil (2001). Por isso entende que a criança deve ser compreendida como um sujeito de direitos e a escola como apêndice da família no que tece os cuidados, sendo fundamental para o desenvolvimento e construção da aprendizagem integral das crianças.

Tal pressuposto remete ao profissional que está inserido neste contexto, responsável pelo desenvolvimento do aluno, e que deve ter uma formação adequada para a atuação docente nesse nível de ensino. Bem como, dispor de competências e habilidades para construir com a criança os conhecimentos necessários para sua construção como sujeito autônomo. Nesse sentido, Política Nacional de Educação Infantil (2001, p. 7) pontua que:

Neste contexto, são reconhecidos a identidade e o papel dos profissionais da Educação Infantil, cuja atuação complementa o papel da família. A prática dos profissionais da Educação Infantil, aliada à pesquisa, vem construindo um conjunto de experiências capazes de sustentar um projeto pedagógico que atenda à especificidade da formação humana nessa fase da vida.

Logo, o profissional inserido na Educação Infantil, além de cuidar, precisa criar mecanismos para atender as demandas da formação desta criança que chega muito pequena, e necessita de uma atenção diferenciada em seu desenvolvimento. Por isso

a Política Nacional de Educação Infantil (2001) pauta que, a formação do professor, assim como a formação continuada deve ser assegurada como direito deste indivíduo.

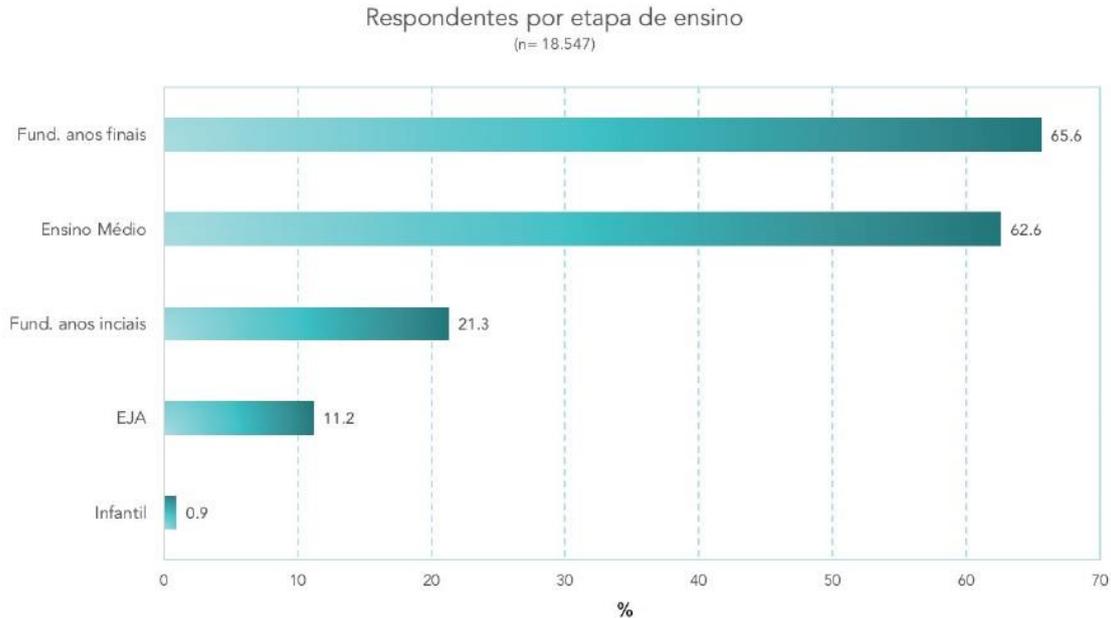
Além disso, de acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (1996) a formação do profissional no magistério vem dando espaço para a formação em Curso de Licenciatura em Pedagogia, sendo assim, Kawamura (2015, p. 19) indica que “[...]o professor com formação em nível médio começa a dar lugar a um profissional com formação em nível superior, em especial, o pedagogo.” Para tanto, qualificando ainda mais esta etapa da educação.

Os profissionais da Educação Infantil, assim como os demais, sofrem com a fragilidade da educação brasileira, porém essa categoria possui uma vulnerabilidade maior, pois, essa etapa ainda é reconhecida na sociedade, como um espaço apenas de cuidar e não de educar. Desta maneira, Kawamura (2015, p. 78) aponta que “[...]parece-nos que o professor que trabalha na educação infantil, por toda a condição e história de seu campo de atuação, é o que mais sofre os efeitos dessa fragilidade da autoridade educacional que se perpetua em diferentes formas.” Portanto, esse professor, por vezes, não tem seu reconhecimento, perante uma sociedade, as condições de seu trabalho são instáveis e adversas, bem como, as concepções, exigências e demandas, entre outros, repercutem na psique, promovendo uma ameaça ao trabalho deste profissional.

O adoecimento mental está muito presente na vida do professor desta etapa da educação, por diversos motivos, dado que as questões salariais, sobrecarga de trabalho com as altas demandas, e o não reconhecimento deste profissional como cuidador e educador, podem ser culminantes para o mal-estar docente (KAWAMURA,2015).

Sobre esta questão, a pesquisa da Universidade de São Paulo “Educação, docência e COVID-19” (GRANDISOLI, JACOBI e MARCHINI, 2020, p. 7) em destaque, demonstra que, quando se pesquisa doença e fatores que causam o adoecimento dos profissionais da educação, pouco se busca ouvir os professores desta etapa de ensino escolar. Entretanto, a fragilidade do professor da Educação Infantil em relação ao adoecimento em foco neste estudo existe e se configura em demonstrativos, como mostra o gráfico da figura 03 a seguir referente as etapas de ensino entrevistadas:

Figura 03: Gráfico de etapas do ensino entrevistadas na pesquisa.



Fonte: <http://www.iea.usp.br/pesquisa/projetos-institucionais/usp-cidades-globais/pesquisa-educacao-docencia-e-a-covid-19>.

De acordo com os dados apresentados, a fragilidade do docente da Educação Infantil, se mostra presente, no que respeita os aspectos da condição de trabalho, nas circunstâncias em que se encontra a saúde mental deste profissional, bem como, a configuração da mesma dentro da situação pandêmica em que se encontra a sociedade no momento.

Por isso, ter uma visão voltada para esse profissional é de suma importância. Há diversos fatores que acarretam o adoecimento mental que são compatíveis com os demais professores da educação básica, assim como as doenças que acometem a profissão, porém a fragilidade que esta etapa da educação apresenta, sugere um olhar diferenciado para esse profissional para que com o suporte necessário pautado no diálogo e na troca de experiências, além da formação continuada importantes para o profissional desta etapa, pois o mesmo acaba por lidar com criança desde a mais tenra idade. Neste sentido, o professor precisa estar preparado tanto fisicamente, quanto mentalmente para lidar com as demandas exigidas nesta etapa de ensino.

2.3. ATENÇÃO À SAÚDE DO PROFESSOR

Como tem sido apresentado neste texto, ao longo da trajetória profissional o professor fica exposto a circunstâncias de estresse que podem acarretar o mal-estar desta classe profissional. Diante disso as condições de trabalho são os principais fatores para a promoção do adoecimento do mesmo. Considerando esses aspectos, é emergente a necessidade de se desenvolver ações em promoção da saúde desse profissional, visto que, o mesmo tem papel fundamental para o desenvolvimento da educação. De acordo com esse posicionamento, Silva (2017, p. 48) demarca que: “Os estudos sobre o bem-estar docente surgem na contemporaneidade como proposta de encantamento aos profissionais da educação, trazendo a possibilidade de olhar a vida de forma diferente e positiva.”

Nesse viés, é importante criar métodos para que o bem-estar e o desenvolvimento saudável do professor se constituam em uma premissa fundamental para a promoção de saúde e educação. Neste sentido criar estratégias pontuadas a promoção de saúde se faz necessária (CAMPOS 2019). De fato, muitos profissionais buscam por ajuda em remédios e tratamento com psicólogos e/ou psiquiatras, mas isso é bem mais utilizado em casos extremos, em que a doença e/ ou transtornos se faz presente (CAMPOS, 2019).

Campos (2019, p 42) aponta que a principal estratégia para fazer frente ao adoecimento mental do professor seja a promoção de condições favoráveis dentro do trabalho, por isso pontua que:

[...]...desenvolver um ambiente de trabalho acolhedor, agradável, com boas condições e organização adequada, que preze pelo diálogo, equidade e participação efetiva de seus integrantes, para que, complementarmente, oferecer facilidades e mecanismos para aliviar o estresse.

Para tanto, um convívio pautado na empatia e no diálogo se torna uma opção para o melhoramento do bem-estar profissional, não somente para o docente, mas também para equipe e comunidade escolar de maneira geral.

Outra opção sugerida pela Coleção Mente e Vida Moderna (2019) são as terapias alternativas e as psicoterapias, como o cansaço mental está associado ao cansaço físico, a promoção do bem-estar pode estar concebida nesses meios de obter alívio, como: acupuntura e pilates, assim também, as psicoterapias como: junguiana ou analítica, lacanianas e terapia cognitivo comportamental, ainda tem terapias orientais como promoção do bem-estar. Portanto, como promoção do bem-estar é

uma ótima opção para a prevenção ou para amenizar os fatores que causam o adoecimento do professor.

Nesse novo cotidiano, diante da pandemia do novo coronavírus e de cenários atípicos, a sensação que se tem é que o ambiente familiar se tornou também ambiente profissional, assim um dos grandes desafios para os professores é adaptar-se no novo contexto. Nesse sentido, a Cartilha de Apoio a Saúde Mental do (a) Professor (a) Durante a Pandemia de Covid – 19 sugere ao professor “Uma alternativa para se adaptar frente a essas dificuldades é dividir tempos e espaços específicos para atividades específicas” (ZANOL, NEIS e NEIS, 2020, p. 10). Desta maneira a fazer com que o professor crie uma rotina de trabalho e um lugar adequado para que o mesmo aconteça, estratégia preponderante, para o bem-estar do professor. Assim, no trabalho, o docente deve ter uma rotina em um espaço que promova seus saberes. Assim, essa estratégia pautada pela psicologia, pode ser fundamental, de modo que o professor comece a reconhecer que existe um espaço e um momento para sua função docente acontecer, mesmo que esta seja desenvolvida no âmbito de sua casa.

Além disso, os autores acima citados reforçam a importância da busca por ajuda de um profissional da área da psicologia, pois o momento é extremamente estressante e é fundamental que o professor reconheça que, mesmo com as sugestões sendo aplicadas ao seu dia a dia, muitas vezes, ele não consegue promover o seu bem-estar sozinho, por esse motivo, a busca por um profissional que lhe dê suporte é fundamental (ZANOL, NEIS e NEIS, 2020).

Outra proposta que seria de essencial importância para a promoção do bem-estar é oportunizar ao professor falar de seus sentimentos, seja com os familiares, com a equipe escolar ou até mesmo com os alunos, a importância de falar sobre sentimentos e nomeá-los faz com que o indivíduo consiga reconhecer e partilhar o que está sentindo. O coletivo de psicólogos do Instituto Federal Ceará (IFCE), em uma cartilha intitulada “Saúde mental em tempos de pandemia: orientações psicológicas para a docência” (RODRIGUES et al., 2020, p. 13) pontuam que “Aprenda a nomear seus sentimentos e emoções. O autoconhecimento favorece à saúde mental. Quando nos conhecemos, tendemos a ponderar melhor as nossas ações e decisões e compreender as nossas reações. ” Desta maneira a promoção de dinâmicas que expressam sentimentos pode vir a ser uma estratégia para aliviar as tensões do momento.

Ainda a referida cartilha sugere cuidados com o corpo como: fazer atividade física, ter uma alimentação saudável e os momentos de descanso serem destinados somente ao descanso e o lazer, fazer intervalos entre o trabalho para alongar-se uma vez que em home-office a pessoa passa boa parte do tempo sentada, entre outras estratégias voltadas ao funcionamento do físico do indivíduo. Além disso, a mesma cartilha sugere que, nesse momento atípico, o professor deve dar atenção ao cultivo dos vínculos com seus alunos, para o fortalecimento da relação pedagógica e destaca:

Cuide dos vínculos afetivos entre os atores envolvidos nas aulas! A atenção a este ponto cria um ambiente de aprendizagem eficaz e saudável, capaz de promover, ao mesmo tempo, intercâmbio de experiências, produção de conhecimentos e cuidados em saúde mental. (RODRIGUES et al. 2020, p. 8)

Desta maneira, promover espaço de escuta e fala de afetividade, de troca de saberes, além de tentar atingir os alunos da melhor maneira, pode ser fundamental para que nesse momento não se perca o estreitamento da relação de ensino e aprendizagem bem como do papel do professor e do aluno como peças-chaves da educação (RODRIGUES et al., 2020).

Outro aspecto a ser destacado é a formação continuada enquanto uma estratégia que potencializa o engajamento dos profissionais para o trabalho, além disso, é o momento em que mobiliza o desenvolvimento pessoal e profissional (PSICOVIDA, 2020). Para o professor que atua na Educação Infantil esta formação é importante e se reflete na atuação pedagógica, pois, que hoje, a formação profissional se dá em cursos que privilegiam muito mais as técnicas e teorias que a própria prática em si como refere Kawamura (2015, p. 89) “Quando tratamos da formação dos professores da educação infantil, esta necessidade de reavaliação dos sentidos da técnica torna-se ainda mais urgente.” Nesse sentido, os coletivos de docentes, assim como a formação continuada, são importante fonte para que a prática e a teoria se integrem potencializando a atuação do profissional.

As demandas de se trabalhar com a Educação Infantil são intensas, pois o profissional atuante precisa lidar com exigências, sócio afetivas, com cuidados e com aprendizagens cognitivas de cada indivíduo, tornando um processo exaustivo (Kawamura, 2015). Por isso, as ações individuais tornam-se insuficientes necessitando de um coletivo que priorize as organizações do trabalho, e que potencialize os efeitos benéficos.

Diante desses aspectos, os gestores escolares, devem promover e estimular a formação continuada, meio em que se valoriza o aprendizado e as competências dos funcionários (PSICOVIDA, 2020). Além disso, a formação deve optar por uma atenção à saúde do professor, uma vez que as emoções fazem parte do ser humano e, para tanto, são responsáveis em parte pela saúde. Desta maneira a inteligência emocional contribui para o desenvolvimento saudável e equilibrado ao longo da vida. Quanto a essa dimensão profissional Paz (2020, p.19) pontua que “ [...] saber reconhecer esses sentimentos é importante para poder lidar com algumas situações que se farão presentes em suas vidas. Corpo e mente precisam estar alinhados em equilíbrio, pois fazem parte do mesmo sistema. ”

Diante dos pressupostos apresentados, fica evidente que existem inúmeras estratégias para promoção do bem-estar do professor, cabe então, ao mesmo, observar qual é a melhor forma para a promoção de sua saúde e se necessário buscar ajuda para a busca o cuidado e manutenção de sua saúde física e mental. Assim, também os gestores, precisam buscar meios para promoção da saúde mental do professor e de si próprios que, enquanto docentes, também fazem parte desse cotidiano que gera tantos sentimentos em meio às demandas da profissão. Quando se tem a promoção da saúde do coletivo dos docentes, o ofício se torna mais prazeroso, agradável e saudável e os resultados da mediação pedagógica serão de melhor qualidade, colocando em evidencia o protagonismo docente.

3. REFERENCIAL METODOLÓGICO

3.1. CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

A presente pesquisa está inserida no paradigma construtivista, como refere Gil (2008, p. 24) “[...] pode-se, de forma simplificada, definir construtivismo como uma postura que defende o papel ativo do sujeito em sua relação com o objeto de conhecimento e a construção da realidade”. Diante disso, a pesquisa tem natureza aplicada, de campo, de cunho qualitativo e caráter exploratório quanto aos seus objetivos, com vista ao aprofundamento dos conhecimentos acerca do assunto (GIL, 2008).

A investigação proposta tem como metodologia o Estudo de Caso (GIL, 2008, p. 57) que afirma: “O estudo de caso é caracterizado pelo estudo profundo e exaustivo de um ou de poucos objetos, de maneira a permitir o seu conhecimento amplo e detalhado.”. Assim, o objetivo foi analisar a realidade de professores de uma escola Educação Infantil da serra gaúcha, em contexto da pandemia do coronavírus, a fim de buscar respostas ao problema de investigação proposto.

3.2. CARACTERIZAÇÃO DO CAMPO DE INVESTIGAÇÃO

O campo de investigação da pesquisa foi uma instituição privada de ensino da Educação Infantil que atende crianças de 4 meses a 3 anos (creche) e crianças de 4 e 5 anos como (pré-escola) por ser uma escola relativamente pequena, hoje atende cerca de 23 alunos.

A escola é credenciada pelos Conselhos Estadual e Municipal de Educação. Quanto aos aspectos físicos, a mesma possui dois andares, sendo que no subsolo encontra-se uma sala ampla para as mais diversas atividades, tais como, reuniões de pais e professores, para atividades com os alunos, e nela contém livros, jogos e brinquedos. Nesse ambiente também tem a sala dos professores e banheiro. No primeiro andar há cinco salas de aulas, banheiros, refeitório, cozinha, sala da direção e secretaria, assim como a disponibilidade de uma sala para troca de vestimentas dos funcionários (esta última configurada depois do surgimento da pandemia de coronavírus). A escola possui salas organizadas de acordo com a faixa etária dos

alunos, sendo que as mesmas são: Berçário I, Berçário II, Maternal I, Maternal II e Pré I.

A equipe escolar é composta por quatro professoras, uma auxiliar, uma diretora, uma nutricionista e uma psicóloga. A instituição tem como missão englobar e promover uma efetiva contribuição para a formação de um indivíduo íntegro, articulando sempre a função do educar e do cuidar, fomentando habilidades intelectuais e de liderança, conseqüentemente, a participação ativa na construção de uma sociedade, bem como enfatizando uma educação para a vida. (PPP, 2019)

Além disso, no Plano Político Pedagógico os principais objetivos obedecem às modalidades de ensino que a escola atende, sendo essas, creche e pré-escola atendendo às premissas de documentos como a Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2018) e as Diretrizes Curriculares Nacionais da Educação Básica.

Desta forma, alguns dos objetivos são: promover o desenvolvimento cognitivo e intelectual nos mais diversos Campos de Experiência; aprendizagem que contemplem habilidades, comportamentos e conhecimento; promover a integração da criança com outras e seu desenvolvimento integral; além de preceito de saúde, proteção, liberdade, respeito, dignidade e brincadeira.

3.3. CARACTERIZAÇÃO DOS SUJEITOS DA PESQUISA

Foram sujeitos participantes da investigação quatro professoras que atuam na Educação Infantil da escola-campo de investigação que atendem as seguintes faixas etárias de zero a 3 anos e 11 meses (creche) e 4 e 5 anos (pré-escola).

Além das professoras, a diretora da escola também participou da pesquisa, tendo em vista a intencionalidade de ouvir a gestora em relação ao tema foco do presente trabalho.

Os sujeitos participantes da pesquisa foram escolhidos intencionalmente, pois atuam no campo que é foco da investigação, buscando a escuta para tecer a conhecimentos acerca do objeto de investigação. Para fins de preservação de sigilo e ética, as participantes da pesquisa foram identificadas pelas letras do alfabeto A, B, C, D e E. O quadro abaixo apresenta os dados coletados quanto à caracterização aos sujeitos da pesquisa.

Quadro 01: Caracterização dos sujeitos:

Professora	Formação	Nível de atuação	Tempo de experiência docente.	Tempo de atuação na escola.
PROFESSORA A	Em nível médio: Ensino Médio (magistério) Graduação: Não Pós-graduação: Não	Professora Berçário II	9 anos	9 anos
PROFESSORA B	Em nível médio: Nível médio Graduação: Licenciatura em Pedagogia Pós-graduação: Não	Professora do Maternal I	10 anos	9 anos
PROFESSORA C	Em nível médio: Nível médio (magistério) Graduação: não Pós-graduação: não	Professora do Berçário I	8 anos	8 anos
PROFESSORA D	Em nível médio: Nível médio. Graduação: Licenciatura em Pedagogia Pós-graduação: Não	Professora da pré-escola	10 anos	18 anos
DIRETORA E	Em nível médio: Magistério Graduação: Licenciatura em Pedagogia Pós-graduação: Em andamento Gestão Escolar	Não se aplica	Tempo de experiência na direção: 5 anos	16 anos

FONTE: Elaborado pela autora.

3.4. INSTRUMENTO DE COLETA E ANÁLISE DOS DADOS.

O instrumento da coleta de dados foi uma entrevista semiestruturada aplicada a quatro professoras que atuam na Educação Infantil da escola-campo de investigação (Apêndice 01), conforme explicitado na seção anterior e à diretora da escola-campo (Apêndice 02), de maneira a dar voz às professoras e permitir a livre expressão das mesmas quanto à situação pandêmica propiciada pelo coronavírus. As referidas entrevistas foram aplicadas por meio digital, devido ao cenário atual de distanciamento social e protocolos de saúde decorrentes do momento pandêmico.

A análise dos dados foi a partir da técnica de análise textual discursiva, como maneira de analisar o conteúdo dos discursos das participantes da investigação. Nesse sentido Moraes (2003, p.209) aponta “[...] a análise textual qualitativa pode ser compreendida como um processo auto organizado de construção de novos significados em relação a determinados objetos de estudo, a partir de materiais textuais referentes a esses fenômenos”. De maneira, que esse tipo de análise possibilita a construção de novos conhecimentos através da compreensão do

fenômeno estudado por meio de análise e interpretação das vozes dos sujeitos envolvidos na investigação.

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS: REFLEXÕES ACERCA DA REALIDADE INVESTIGADA

A análise textual discursiva (MORAES, 2003) dos dados coletados por meio das entrevistas semiestruturadas, aplicadas às professoras e à gestora participantes da pesquisa possibilitou a compreensão e discussão da importância da temática “*A saúde mental do professor na pandemia: um olhar para o profissional da Educação Infantil*”, permitindo o surgimento dos seguintes blocos de estudo: *O adoecimento do professor da Educação Infantil; A prática pedagógica do Professor da Educação Infantil na pandemia e Atenção e atendimento à saúde do professor* com enfoque ao comprometimento da escola com a cuidado a saúde do professor. Os referidos blocos serão descritos na sequência do presente texto.

4.1. O ADOECIMENTO DO PROFESSOR DA EDUCAÇÃO INFANTIL

Os estudos sobre a docência ganharam destaque ao longo dos anos, assim como as atribuições do ofício do professor, com isso surgem novas demandas e exigências a este profissional. Tais exigências demonstram que a docência deve ser tratada com muita atenção, pois a mesma pode sofrer com fatores que, no cenário atual, podem contribuir com o adoecimento do professor.

Assim, considero que o cenário pandêmico determinado pelo novo coronavírus acentuou ainda mais as exigências ao ofício do professor, em especial ao professor que atua na primeira infância. Ou seja, o professor da Educação Infantil se configura como um profissional que atua com uma faixa etária muito exigente e, também, que foi muito impactada pelo momento pandêmico, devido ao fato de que nesta etapa da educação as crianças são mais dependentes do adulto para o desenvolvimento de seu ensino e aprendizagem. Desta maneira, ter um olhar atento para a saúde deste profissional se faz necessário, pois o mesmo é muito importante para o desenvolvimento na primeira etapa da educação de uma criança, por isso seu bem-estar e equilíbrio se torna essencial.

Diante do exposto, a fim de investigar como as participantes da pesquisa compreendem a saúde e o adoecimento mental, as mesmas responderam a seguinte pergunta, Questão (a): “*Para você o que é saúde mental? E o que é adoecimento*

mental? Comente sobre.” Para a referida pergunta a professora C, afirmou que “Saúde mental é estar bem consigo mesmo e com quem está ao seu redor. Adoecimento é estar doente mentalmente é não conseguir agir normalmente, pensar.” Em resposta ao mesmo questionamento a professora D, corrobora com a resposta da colega anterior e afirmou:

Saúde mental é quando o indivíduo consegue tenta equilibrar suas emoções, lidando com sua rotina, trabalho, filhos, amigos entre outros, e mesmo assim consegue entender que ser perfeito é totalmente impossível. Já adoecimento mental é quando o indivíduo fica sobrecarregado tentando ser um ser humano perfeito, e principalmente não sentindo suas emoções e sim as escondendo. (PROFESSORA D, 2021)

A partir das respostas das professoras foi possível verificar que, para as mesmas, a saúde mental se configura como um conceito importante, pautado no bem-estar do corpo como um todo, fazendo um equilíbrio dos desejos e satisfações. Já o adoecimento de acordo com as respostas das professoras C e D, caracteriza-se por ser o oposto do primeiro conceito, tem-se como significado algo negativo, que impossibilita o indivíduo de atuar com motivação pela profissão tendo em vista estar sobrecarregado e com as emoções abaladas. As afirmativas das professoras remetem a Dejours et al. (1993, p. 101) que assinalam:

A saúde mental não é, seguramente, a ausência de angustia, nem o conforto constante e uniforme. A saúde é a existência de esperança, das metas, dos objetivos que podem ser elaborados. É quando há desejo. O que faz as pessoas viverem é o desejo e não só as satisfações. O verdadeiro perigo é quando o desejo não é mais possível.

De acordo com o autor acima referido, a saúde mental é essencial para o indivíduo, pois representa um estado de esperança, de desejos e satisfações, com ausência de sentimentos negativos. Neste sentido as respostas das professoras legitimam que a saúde mental é um processo pelo qual a pessoa busca estar bem consigo mesma e com as pessoas ao seu redor, mediante um processo de equilíbrio de emoções, sentimentos, afazeres, rotinas e relacionamentos. Já o adoecimento mental é o processo pelo qual o indivíduo tem suas funcionalidades afetadas, originando diversas consequências, tanto no âmbito físico, quanto emocional e social. Corrobora com esses pressupostos Jesus (2006) que salienta o significado de saúde

relaciona-se inteiramente com bem-estar e qualidade de vida. Assim saúde é um conjunto de consequências de bem-estar, sendo que, ao contrário, se tem o mal-estar.

Neste sentido, considerando que a saúde mental é algo tão importante para a promoção do bem-estar e, levando em consideração o cenário atual pandêmico as professoras foram questionadas sobre, Questão (b): *“Estamos vivendo a pandemia do novo coronavírus. Em relação a esse momento, como você se sente fisicamente? E emocionalmente?”* Em resposta a Professora B, enfatizou “Fisicamente bem, mas o emocional está um pouco abalado uma sensação de incapacidade.” A professora D, também traz contribuições sobre o seu estado, pontuando que:

Fisicamente e emocionalmente sinto-me vulnerável e perdida, pois este vírus é totalmente desconhecido e visto a olho nu, então, não é possível “visualizá-lo” ou saber exatamente quem é seu portador. Assim desconfia-se de tudo e de todos! Muitos cuidados são tomados e mesmo assim é possível ser contaminado. (PROFESSORA D, 2021)

A resposta da professora B revela que a mesma, embora se sinta bem fisicamente, o advento da pandemia abalou suas estruturas emocionais e revela estar tomada por um sentimento de incapacidade mediante a situação. A professora D manifestou-se em concordância com o sentimento de vulnerabilidades, pois a pandemia é um problema global muito grave. Além disso, as afirmativas sobre o atual cenário exprimem que, embora seja um acontecido recente, desencadeia abalos e insegurança no aspecto emocional dos indivíduos (COSTA et al., 2021).

Sendo assim, de acordo com a professora D, a referida vulnerabilidade se dá no momento em que o vírus é pouco conhecido, não pode ser visto a “olho nu” e, além disso, ainda é muito desconhecido pela ciência. Deste modo, o combate, a prevenção ou a cura ainda é uma incógnita, muito embora já tenha havido o desenvolvimento de algumas vacinas que contribuem para a contenção da disseminação do referido vírus. No entanto, a insegurança gerada pela crise da saúde acarreta a desconfiança de tudo e de todos, bem como um sentimento de medo que toma conta das pessoas, gerando, em alguns casos, crises de ansiedade e fobias muito graves. Assim, Dunker (2021, p.10) comenta sobre essa faceta do vírus, sinalizando que:

A peste materializa e sintetiza nossa relação com os outros, porque mobiliza a ideia de contágio e transmissão pelo contato. Coisas que passam de um para outro se prestam a simbolizar que a essência do convívio humano é a troca. Por isso, a peste encarna nosso imaginário sobre a origem do mal. O mal não está e nem vem de nós mesmos, mas do outro.

A questão em análise foi também respondida pela diretora da escola-campo de investigação, sendo que a profissional respondeu com a seguinte afirmativa:

As vezes cansada fisicamente o corpo, devido os problemas dificuldades. Emocionalmente, a situação acaba sendo estressante, tentando achar soluções para podermos resolver as situações causadas devido a pandemia, tornando momento de desanimo, levando a um desgaste mental. (DIRETORA E, 2021)

Na mesma linha do pensamento de resposta das professoras, a diretora afirmou que se sente profundamente afetada emocionalmente com a pandemia do novo coronavírus e remete ao cansaço físico gerado pelo atual cenário. Assim essas questões do “sentir-se doente” vem se manifestando de maneira comum no âmbito escolar, uma vez que o vírus é algo muito recente e preocupante, corroborando com a ideia Dunker (2021, p. 36) quando destaca “Todos estamos sofrendo com a situação pandêmica sem precedentes. ” Assim as profissionais demonstram-se fragilizadas com a situação que se encontra o campo de atuação da Educação Infantil, sendo afetado bruscamente pela pandemia, tendo como reflexo profissionais abalados emocionalmente, desestabilizados, inseguros e com medo, o que prejudica de forma considerável seu desempenho docente, neste nível de ensino.

As respostas das professoras apresentadas foram muito reveladoras e descortinaram os sentimentos experimentados pelas mesmas nesse momento de pandemia. As referidas professoras ainda complementaram suas concepções sobre o adoecimento docente aos responderem à Questão (c): *“Na sua visão, quais os fatores preponderantes para o adoecimento mental em tempos de pandemia?”* Diante deste questionamento a professora A, afirmou que “Na minha visão os fatores são: fato de não poder sair de casa com segurança, exausta de ficar em casa, medo de pegar o vírus, não poder ter contatos com amigos e demais familiares. ” Por sua vez a professora D, reiterou que:

Frente a pandemia do Covid 19 o contato físico, o abraço, o aperto de mão, a reunião com os amigos, o encontro com nossos familiares entre tantas outras coisas que nos fazem felizes estão sendo estritamente restritos e com isso a solidão, na minha opinião, segue sendo o principal fator para o adoecimento mental em tempos de pandemia. (PROFESSORA D, 2021)

A imersão nas respostas das professoras permite identificar que um dos fatores preponderantes para o adoecimento em meio à pandemia foi o isolamento social, a falta de contato com entes queridos e com amigos, tornando-se crucial para o processo de adoecimento mental durante a pandemia. O que remete novamente às ideias de Dunker (2021, p. 21):

O prejuízo psíquico causado pela impossibilidade de estar sozinho é incalculável. Interpretamos a ausência do outro como recusa de reconhecimento, reduzimos a experiência produtiva de solidão ao desamor, ao abandono ou à devastação.

Assim sendo, as afirmativas das professoras, são pautadas na dificuldade de enxergarem-se solitárias, uma vez que o isolamento se fez necessário, porém a ausência do outro, acarreta nas sensações citadas por Dunker (2021). Outro aspecto é que o ser humano é um ser social e quando ocorre a suspensão da sociabilidade, podem surgir sentimentos de inutilidade, de rejeição ou abandono do que o indivíduo pode vir a ser. Além do mais, é com a presença do outro e do diálogo que a pessoa aprende e reaprende os mais diversos conhecimentos (FREIRE, 1996), pois o ser humano é um ser que se constitui através das interações e afetos e encontros consigo mesmo e com o outro.

Diante do exposto e considerando que a profissão docente é predominantemente marcada pelas relações interpessoais, as professoras se sentem profundamente afetadas com o afastamento do seu âmbito educacional, assim como de seus familiares e amigos. O isolamento social foi uma medida sanitária para a prevenção da disseminação do novo coronavírus, porém de acordo com Souza et al (2021) para os setores que encontram em seu trabalho uma atividade de realização individual e coletiva, isso acaba enfraquecendo as relações desses coletivos, corroborando com o que as professoras pautam como principal fator para o adoecimento em meio a pandemia.

Nesse mesmo viés, a Diretora E, também respondeu ao mesmo questionamento, colocando como resposta a seguinte afirmativa: “Crise financeira, preocupação com a situação atual, cansaço, fadiga.” A gestora apontou, assim, a questão financeira como sendo um fator de adoecimento, pois considerando a escola como seu meio de subsistência e dos profissionais que nela atuam, como para suas famílias, o cancelamento de matrículas, a falta de pagamento das mensalidades pela

crise financeira também enfrentada pelos pais dos alunos da escola desestabilizou o orçamento da organização empresarial, ou seja, da escola.

Tendo em vista os reflexos do cenário pandêmico para a gestão escolar, a diretora respondeu à Questão (b): “*Você se sente doente mentalmente? De que forma?*”. Para a referida indagação, a Diretora E respondeu: “Doente mentalmente, não, mas apenas em alguns momentos desanimada pela própria situação que estamos vivendo, passando devido à pandemia.”. A resposta da gestora reitera a afirmativa anterior remetendo à situação vivenciada que leva a grandes crises em relação à instabilidade econômica do momento. Sobre esses aspectos Dunker (2021, p 17) pontua que: “[...]o vírus seja devastador, não apenas em termos de saúde, mas também em impacto econômico, social e moral [...]”

Assim, é fato que a educação, de um modo geral, foi profundamente afetada pelo momento pandêmico, tanto nas questões que tece o âmbito educacional como as relações interpessoais e de aprendizagem, quanto aos impactos que ocorreram dentro de uma esfera econômica e social do entorno vivenciado.

Com o objetivo de compreender melhor como o professor da Educação Infantil está se sentindo mediante a pandemia, no que tange aos sentimentos que a mesma vem causando na área da Educação Infantil, as professoras responderam à Questão (d): “*Qual (is) o (s) sentimento (s) que você tem acerca da pandemia do novo coronavírus? Comente.*” Diante da indagação a professora C destacou “Sentimento de medo, dúvida, incerteza.” A professora D por sua vez reiterou “O medo segue como sentimento principal e constante em nosso dia a dia. O medo do desconhecido, o medo de ser infectado ou de um ente querido, o medo perder o emprego, o medo de ser infectado e não sobreviver[...]”

A análise das respostas das professoras permite identificar que o principal sentimento que prevalece em meio ao cenário atual é o medo, este medo causado por diversos fatores, tais como de serem infectadas pelo vírus, assim como fatores relacionados ao próprio futuro, como por exemplo, do emprego ou a perda do mesmo, pois o emprego é fonte principal de constituição deste profissional, sem ele a pessoa pode acabar sendo abalada por doenças mentais.

Corroborando com essa constatação os dados da pesquisa da Universidade de São Paulo (GRANDISOLI, JACOBI e MARCHINI, 2020, p.11) citada no referencial teórico que aponta “Os 6 sentimentos mais citados pelos educadores (48,1%)

expressam negatividade em relação à pandemia, sendo que medo e tristeza representam cerca de 30% das respostas.” Desta maneira a pesquisa valida os sentimentos apresentados pelas respostas das professoras C e D. Em resposta para a mesma pergunta, a Diretora pontuou que: “Insegurança, medo” são os principais sentimentos diante da pandemia, reafirmando o que a pesquisa acima citada revelou acerca dos sentimentos dos educadores durante o momento pandêmico vivenciado. Assim, os dados da referida pesquisa validam, também, as afirmativas das professoras C e D, de maneira que a escola-campo de investigação, partilha dos mesmos sentimentos, no que tange a seu âmbito profissional, social e pessoal em relação ao abalo provocado pelo cenário da pandemia em curso.

Souza et al. (2021, p.9) complementa às ideias referente a pandemia assinalando que:

No tocante ao cenário de pandemia, o confronto com o desconhecido pode gerar angústia e se transformar em ansiedade, pânico e, dependendo da forma como se lida com a situação, sobretudo naqueles que já apresentavam algum tipo de sintoma, o desencadeamento de problemas no âmbito da saúde mental é uma evidência. Segundo o documento “Resumo de política: Covid-19 e a necessidade de ação em saúde mental”, emitido pela Organização das Nações Unidas, o impacto da pandemia na saúde mental das pessoas é extremamente preocupante.

Sendo assim, os principais sentimentos no atual cenário são marcados, com frequência, por algo não muito positivo, de maneira que, em todo o mundo, as pessoas vêm sofrendo consequências do momento pandêmico acarretando em possíveis problemas no âmbito mental, como citam os autores acima. Por conta disto, muitos professores e professoras que já possuíam alguns problemas relacionados ao seu ofício e os mesmos foram potencializados nesse novo cotidiano.

Para compreender melhor o sentimento das profissionais da Educação Infantil em relação ao adoecimento pelas questões geradas pela pandemia, foi apresentada às mesmas a Questão (h): “*Você se sente afetada por alguma doença mental? Comente.*” Para a questão a grande maioria respondeu que não, porém, a afirmativa da professora C acaba por chamar a atenção com a seguinte resposta: “Sim o cansaço mental e as dúvidas.”

A resposta da professora C evidencia que muitos professores da Educação Infantil se sentem afetados mentalmente de alguma maneira, seja pelas exigências do dia a dia, ou com as demandas do novo cenário, pontuando que o cansaço mental

e as dúvidas são as grandes geradoras do estado de abalo mental. É importante referir que, desde antes da pandemia da Covid-19, a saúde mental e emocional dos docentes brasileiros passa por desequilíbrio durante a carreira, chegando, por vezes, ao adoecimento e entre os diagnósticos mais comuns estão estresse, ansiedade e Síndrome de Burnout (PACHIETA e MILANI, 2020). Entretanto, é fato que muitos professores se sentem afetados por um mal-estar docente (adoecimento psíquico) desencadeado pela pandemia vivenciada, por não conseguirem atingir as demandas das instituições no que diz respeito a sua prática pedagógica, entre outras causas. Corroborando com esta constatação Thiele e Webler (s/d, p.8) salientam:

[...] têm aumentado as responsabilidades e exigências que se projetam sobre os professores, coincidindo com um processo histórico de uma rápida transformação do contexto social. Essa acelerada mudança acumulou as contradições do sistema de ensino. O professor, no sistema atual, queixa-se de mal-estar, cansaço, angústia, desconcerto, com isso tem experimentado uma crise de identidade.

Assim, a afirmativa da professora C, em análise, remete à constante instabilidade que o âmbito educacional possui, assim como a fragilidade do mesmo, que contribui para as sensações de constante mal-estar, principalmente na Educação Infantil. Nesse sentido Kawamura (2015, p. 12), reitera que “No escopo dos fatores que colaboram com o desgaste mental podemos indicar, por exemplo, o sofrimento causado pelo sentimento de precariedade vivenciado pelos trabalhadores.” Assim, é inquestionável que um dos fatores preponderantes para essa sensação de mal-estar é a precariedade do ensino nas escolas brasileiras que, ao longo dos anos, vem se intensificando, no que diz respeito à infraestrutura, condições de trabalho e acessibilidade, entre outros.

Tendo em vista, o foco da presente investigação professoras foram perguntadas sobre Questão (i): “*Você busca ou já buscou ajuda com psicólogos, psiquiatras? Em caso afirmativo, o que motivou essa busca?*”. A professora D afirmou que: “Com certeza e se pudesse financeiramente, faria terapia para o resto da vida. No meu caso, a busca por ajuda foi desencadeada por um momento muito difícil com o adoecimento de minha mãe, sendo seu caso uma doença terminal.” A presente resposta demonstra que os profissionais da educação buscam por ajuda em momentos de muito sofrimento e em casos extremos, como por exemplo, a professora D citou o adoecimento de sua mãe.

Embora a busca por ajuda especializada seja sempre recomendada em casos extremos (ZANOL, NEIS e NEIS, 2020) em que a pessoa paralisa e não consegue resolver os próprios problemas, a professora D pontua a importância de se fazer terapia para a saúde mental do indivíduo. Mas, mesmo estando ciente desta importância, a mesma alega que o grande fator de não continuar com a com os tratamentos é a situação financeira. Assim a desvalorização salarial (JESUS, 2004) é um dos grandes fatores que tem gerado preocupações e insegurança aos docentes, contribuindo para o mal-estar do professor, uma vez que este precisa trabalhar até três turnos para conseguir manter uma condição de vida melhor, geral a sobrecarga física e psíquica. De acordo com o apontado pela professora D e com aporte teórico em Jesus (2004), a busca por apoios psicológicos para trabalhar as questões a nível psíquico se torna escassa devido à questão financeira, neste caso específico. Porém, ainda há casos de professores que optam por não buscar ajuda, por entenderem não ser necessário, ou pelo simples fato de considerar a busca por ajuda ser um problema, uma vez que a sociedade entende a busca por ajuda para pessoas com doenças, ocasionando um preconceito com a necessidade emergente de saúde mental.

Quanto ao aspecto clínico as professoras foram questionadas sobre, Questão (j): *“Você faz a ingestão de algum medicamento para esgotamento físico, mental ou emocional? Comente.”* Para este questionamento a grande maioria incluindo a gestora respondeu que não faz ingestão de medicamentos, devido ao fato de que a pergunta anterior foi respondida também negativamente. Porém, a professora C afirmou que: *“Neste momento não, mas já fiz uso.”*

Tendo em vista essa resposta, é possível compreender que poucos profissionais, buscam por ajuda e por medicamento para sanar as dificuldades e o adoecimento mental, os professores que buscam por ajuda e fazem ingestão de medicamentos se encontram em um quadro intenso dentre os quais se apresentam a ansiedade, o medo e a exaustão (SALAS, 2020). Assim, as professoras entrevistadas, buscaram superar as fragilidades deste momento sem a ingestão de medicamentos, apenas com o auxílio e o apoio da equipe escolar, que se fez tão necessário para reforçar a interação entre os indivíduos no atual cenário.

Com chegada da pandemia alguns professores que já buscaram tratamentos precisaram fazer novas buscas devido às altas demandas e as alterações de rotina que foi propiciado dentro deste atual cenário pandêmico. Ainda, como apontado ao

longo do texto, os professores foram fortemente afetados com sentimentos negativos, propiciando ainda mais o adoecimento e a possível busca por ajuda.

Em síntese, a saúde mental é o principal fator para o desempenho e o sucesso no âmbito social, profissional e pessoal, porém, com os novos cenários determinados pela pandemia, diversos professores se sentiram afetados por um mal-estar docente, em que os sentimentos de medo, angústias e incertezas prevalecem no âmbito educacional. Sendo que as professoras da Educação Infantil participantes da pesquisa se sentem fortemente afetadas pelo cenário pandêmico atual, uma vez que o contato com familiares, alunos e amigos foram marcados pelo isolamento e ou afastamento social e demais consequências como foi dissertado ao longo do texto.

Também, a partir das entrevistas com as professoras e com a diretora da escola-campo de investigação, é possível constatar que a pandemia do novo coronavírus é considerada como fator de grande desestabilização da saúde física e emocional, como também, do equilíbrio financeiro, com reflexos nos diferentes aspectos constitutivos do sujeito seja emocional, social ou profissional. Além disso, as respostas dadas ao longo das entrevistas remetem à grande fragilidade e instabilidade que o âmbito educacional vivencia e que o este cenário intensificou, principalmente na etapa da Educação Infantil, marcada pela precariedade e desvalorização desta etapa da educação, prejudicando as relações educacionais de ensino e de aprendizagem.

Nesta perspectiva, as professoras entrevistadas vêm se esforçando para dar conta das demandas, mesmo com a sobrecarga exigida, as mesmas buscam atender as crianças, desempenhando com dedicação, responsabilidade e afeto o seu papel como profissionais desta etapa da educação, mesmo que algumas sintam-se afetadas por um certo mal-estar.

Assim a prática do professor, se concretiza na inconstância do ambiente que vem sendo encontrado atualmente. E, é importante referir que, a reflexão tecida nesse bloco de análise aponta para questões que perpassam o cenário escolar e se refletem nas próprias crianças e sua família e na sociedade como um todo.

4.2. A PRÁTICA PEDAGÓGICA DO PROFESSOR DA EDUCAÇÃO INFANTIL NA PANDEMIA

Como referido no bloco anterior o professor da Educação Infantil é marcado por uma história de fragilidades, mas, também, de muitas conquistas, tendo em vista o reconhecimento deste nível de ensino como primeira etapa da Educação Básica.

Assim, a Educação Infantil é uma etapa da educação que atende crianças de zero aos cinco anos e onze meses, indivíduos são marcados pela delicadeza em sua autonomia, de maneira que a ação pedagógica é voltada principalmente para o desenvolvimento da mesma. Nesse sentido o professor atuante nesta etapa privilegia o educar e o cuidar, como principal forma de mediar o conhecimento, além disso, alia-se a metodologias que propicie o desenvolvimento e as especificidades que cada criança possui (Política Nacional de Educação Infantil, 2001).

Porém, com o cenário pandêmico e com o isolamento social houve a necessidade de as escolas mudarem seu sistema de ensino para um ambiente de aulas remotas, de maneira que, a mediação pedagógica através dos recursos tecnológicos se tornou complexa, uma vez que o aluno não está mais presencialmente nas escolas para esse contato mais próximo, necessário à esta faixa etária. Desta maneira a família passou a realizar as funções da escola, porém os pais não possuem o mesmo preparo que os professores, do que decorrem lacunas na aprendizagem das crianças, como os estudos, embora recentes, já tem comprovado.

Diante disso, os professores tiveram que reinventar suas práticas e esse processo de ressignificação e reinvenção da mediação pedagógica exigiu o domínio de novas competências e habilidades mediadas pela tecnologia e o reconhecimento do novo papel das famílias na efetivação do ensino e da aprendizagem. Nesse contexto, a prática pedagógica, remete às novas configurações de escola, sala de aula e trabalho docente. Nesse contexto, as professoras foram questionadas sobre Questão (e): *“Você encontra dificuldades nesse novo cenário em que tece sua prática? Em caso afirmativo, cite as principais.”* Para esta pergunta a professora C respondeu com a seguinte afirmativa: *“Com certeza, um dos principais é a falta de comprometimento dos pais na realização das atividades.”* Na mesma linha de pensamento, a professora D, que afirmou:

Como professora da Educação Infantil é certo encontrar muitas dificuldades. A educação Infantil já era e segue sendo vista como um lugar somente de “cuidado” para com as crianças. Tivemos que nos reinventar profissionalmente, passando de aulas presenciais a aulas remotas, sem muito esforço de muitos pais e/ou responsáveis nas atividades enviadas, muito menos responsabilidade em retirar as atividades impressas na escola

e também na devolução das mesmas. Mesmo, entendendo e ciente das dificuldades enfrentadas pelos pais e/ou responsáveis diante a pandemia e aulas online, como segundo eles: -Não estudei para ensinar meu filho (a)! Observo que não seria nada mal tirar um tempo para estar com seu filho, brincar, conversar e fazer UMA atividade proposta, sendo que nada que foi solicitado, ao me ver, era fora do comum não necessitando ser graduado (a) para fazer as mesmas. (PROFESSORA D, 2021)

A análise das respostas dadas pelas professoras permite identificar alguns fatores que permeiam a prática do professor da Educação Infantil e que geram grandes desafios à mesma. Dentre os desafios, está o espaço escolar visto somente como espaço de cuidados. Assim, dificultando a visão de que a Educação Infantil se configura como um ambiente de ensino e aprendizagem. Esta etapa da educação historicamente foi criada e ampliada uma vez que a inserção de mulheres dentro do mercado de trabalho foi aumentando, de modo que a mesma é marcada por funções concomitantes, sendo que o cuidar e o educar estão indissociados. (POLÍTICA NACIONAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL, 2001).

De fato, o “cuidar e o educar” marcam a identidade desta etapa da educação de uma criança, mas o que se percebe hoje em dia é que muitas famílias enxergam apenas como um espaço onde se deixa a criança para trabalhar. De modo que, não levam em consideração o preparo, o estudo e o conhecimento que o professor dedica para com este indivíduo. Para o documento acima referido (2001, p. 18) “As professoras e professores e os outros profissionais que atuam na Educação Infantil exercem um papel socioeducativo, devendo ser qualificados especialmente para o desempenho de suas funções com as crianças de 0 a 6 anos.” Sendo assim, os professores dedicam boa parte de seus estudos a fomentar o conhecimento em prol do ensino e aprendizagem da criança, que para leigos é apenas tomado como espaço de assistência social.

Outro ponto apresentado pelas professoras entrevistadas foi a dificuldade de conexão e envolvimento entre a família e a escola, pois com a pandemia diversas pessoas precisaram se desdobrar para atender as inúmeras funções impostas pelas condições do atual cenário, porém a dificuldade do envolvimento entre família e escola já era uma realidade e, com presente situação, em alguns casos os laços ficaram ainda mais distantes.

Para as professoras, a grande dificuldade se encontra na falta de interesse das famílias ao realizar as atividades e retorná-las para a escola, refletindo na

precariedade da aprendizagem. Sobre o papel da família na educação dos filhos Da Costa e Hülsendeger (2009, p. 23) apontam:

É a partir da família que determinadas estruturas de comportamento emergem e são moldadas, tendo como referência as figuras da mãe e do pai. A opção por determinados valores, com a rejeição de outros, tem sua origem dentro do universo familiar. É nele que a criança encontra seus primeiros modelos de conduta e, muito provavelmente, será a lembrança deles que determinará muitas das escolhas e atitudes tomadas pelo futuro adulto.

De modo, que quando a família não se interessa pela formação do indivíduo a aprendizagem do mesmo irá se refletir na conduta dentro do âmbito escolar, por isso a Política Nacional de Educação Infantil (2001) sugere que esta etapa da escolaridade da educação seja pautada por uma função diferenciada e complementar à ação da família. Porém, a grande dificuldade vem se configurando em um problema no desenvolvimento do indivíduo, uma vez que muitas famílias no atual cenário não buscam estimular o desenvolvimento de seus filhos, alegando “Não estudei para ensinar meu filho (a)!” (PROFESSORA D, 2021)

Diante do exposto, Diehl e Marin (2016) pontuam que um dos fatores de adoecimento se configura com o não reconhecimento da importância do professor e o pouco acompanhamento familiar, corroborando assim com os apontamentos listados pelas professoras da escola-campo de investigação. A vista disso o professor desta etapa da educação demonstra-se fortemente frustrado como pouco reconhecimento de seu papel e o não retorno das atividades enviadas para as famílias, tecendo a dificuldade de sua prática, principalmente no atual cenário.

A fim de compreender sobre as demandas e exigências no atual cenário em que permeia a prática do professor da Educação Infantil, foi realizado o seguinte questionamento, Questão (f): “*Você consegue atingir a demanda de exigências da prática docente nesse momento pandêmico? Comente.*” Em resposta a questão a professora C afirmou apenas que: “Não, pois é complicado.” Em contrapartida a professora D, declarou que:

No pior momento da pandemia me senti sobrecarregada, pois ficava frustrada por não atingir os objetivos propostos, mas depois entendi que era somente possível fazer o necessário e que todos estávamos compartilhando dos mesmos anseios e dúvidas. (PROFESSORA D, 2021)

A respostas das professoras evidenciam a confusão que o atual cenário propiciou para a educação, diversas demandas novas surgiram, dentre elas aulas remotas foram a grande mudança ocorrida, assim o âmbito presencial passou a ser configurado no seio familiar, intensificando as exigências ao professor, consolidando a premissa Souza et al. (2021, p. 5) assinalam que:

Há que se considerar que essa reestruturação do trabalho docente, em circunstâncias de pandemia, aprofundou a intensificação e a precarização das condições de trabalho de professoras e professores. Na prática, a intensificação do trabalho constitui-se em uma forma de gestão e organização do trabalho, que impõe metas e extensão da jornada de trabalho.

Deste modo, a jornada de trabalho para atender as demandas dos alunos se estendeu para além do horário previsto do funcionamento das escolas, sobrecarregando este professor. Além disso, outros aspectos do atual cenário foram extremamente exigidos, tais como o uso da tecnologia, que demandou aprendizagem por parte do professor, que ao não ser familiarizado precisou desenvolver habilidades a respeito deste uso, readaptando-se ao novo contexto. Além, disso, os custos para manutenção das aprendizagens, dos aparelhos e o próprio manuseio das mídias ficaram diretamente a cargo deste profissional. (SOUZA et al., 2021). Esse ritmo acelerado que demanda constante atenção fez com que o sentimento de frustração se fizesse presente para a professora D, como foi possível constatar em sua resposta.

Corroborando esse pensamento Costa et al (2020, p. 7) pontuam “[...] os docentes estão com sua saúde mental prejudicada, esse trabalho demonstra que os professores em determinadas ocasiões são tomados pela ansiedade e estresse por sentirem suas rotinas modificadas.” Assim as participantes da pesquisa, sentem-se afetadas por uma mudança repentina que exigiu uma nova reconfiguração não só do espaço, mas das práticas e metodologias. Neste sentido, adaptar-se a um novo contexto pode ocasionar o sofrimento emocional, ainda mais em contextos turbulentos como o advindo da pandemia que ocasionou uma grande mudança na vida das pessoas em todo mundo, principalmente a dos professores. (Costa et al., 2020)

Além das pautas relacionadas à prática em si, outro aspecto que permeia o trabalho das professoras é a questão de gênero, considerando que o profissional da educação se configura predominantemente feminino, como já mencionado ao longo do texto. Assim, as mesmas tendem a lidar com aspectos que envolvem à família, para tanto, corroboram Souza et al. (2021, p. 7):

E além dos desafios até então observados nesse contexto excepcional de trabalho, dividi-lo em um espaço exclusivamente doméstico tornou ainda mais relevante a problematização das relações sociais de gênero, na medida em que as mulheres têm enfrentado o cotidiano de jornadas opressivas e exaustivas. Em termos concretos, trata-se de uma natureza conflituosa no que diz respeito à conciliação de responsabilidades profissionais e familiares.

Diante do exposto, é a realidade de muitas professoras terem que conciliar as funções domésticas com o desempenho profissional, sendo que, neste período incomum é necessário lidar com os afazeres profissionais, domésticos e familiares simultaneamente, pois muitas têm filho (s) e precisam propiciar a aprendizagem destas crianças que também estão presentes no espaço familiar.

Assim, o isolamento propiciou o ajuste não só do ambiente, mas das relações de troca de saberes e de conhecimento, pois de acordo com Souza et al. (2021) as aulas passaram a ser de diversos modos tais como síncronas, assíncronas, atendimento personalizado a distância com um trabalho tutorial para atendimento dos alunos e a disponibilização de material nas escolas, constituindo assim nova interações pedagógicas.

Nesse sentido, com este afastamento e o modo de aula virtual e de outras muitas diferentes formas, de acordo com cada realidade, surge a dúvida referente à interação com os alunos nesta etapa da educação. Assim, as participantes da pesquisa responderam ao seguinte questionamento, Questão (g): *“Nesse novo cenário, como ocorre a interação com seus educandos?”* Tendo em vista esta interrogação, a professora A, afirmou “Nesse novo cenário ocorre de forma distante, por não poder ter o convívio presencial, somente por vídeos.” Por sua vez, a professora D assim se manifestou “Com as aulas remotas, é através de aplicativos de conversas, vídeos com atividades e acolhimento.” Em vista disso, podemos afirmar que na realidade em foco a interação se deu de maneira assíncrona por meio de vídeos que propiciassem a aprendizagem e o acolhimento das crianças, para que as mesmas não se distanciassem da proposta da escola.

Ainda, a professora C reiterou que a interação ocorre “Através de vídeos, watts, fotos.” Assim demonstrando quais os tipos de materiais e aplicativos foram usados para fazer a interação com os alunos, no âmbito assíncrono. Diante do exposto é possível observar que as respostas das professoras entrevistadas remetem

à extensão do trabalho, visto que muitas delas em suas respostas pontuaram a questão dos vídeos, a vista disso, Souza et al. (2021, p.6) salientam que:

Para dar conta de todas as tarefas, é necessário realizar atividades fora da jornada formal de trabalho, como gravar aulas, disponibilizá-las em plataformas digitais e atender aluno (a) s por aplicativos como o *Whatsapp*, muitas vezes, em grupos criados pela própria coordenação escolar.

Cabe reiterar que estas afirmativas que se configuram nas respostas das professoras demonstram que, ao estenderem a jornada de trabalho para gravarem vídeos para disponibilizar aos alunos, buscam contemplar a aprendizagem de todas as crianças, para que se desenvolvam de forma integral, porém sem deixar de ter o vínculo com a instituição de ensino.

Por outro lado, no atendimento por meio virtual existem aspectos que deixam o professor frustrado, dentre estes encontramos o planejamento, que o professor pode ter gasto muitas horas e até mesmo como mencionado gravado vídeos, mas que por vezes pode não dar certo (SALAS, 2020), justamente por o aluno não ter a acessibilidade devida aos meios virtuais ou somente pela falta de interesses, este por sua vez derivado das famílias e não dos alunos no caso da Educação Infantil.

Também, neste novo cotidiano, com as aulas remotas as professoras têm estendido suas funções para além dos processos de ensino e aprendizagem dos alunos, mas no seu próprio processo de aprendizagem, pois a tecnologia embora seja uma ferramenta muito utilizada, muitos professores e professoras precisaram se familiarizar com o uso dos instrumentos de maneira que o custo da aprendizagem ficou por diversas vezes atribuído ao professor. (SOUZA et al., 2021)

De acordo com o exposto, a afirmativa acima remete ao descaso com a formação continuada dos professores, que, muitas vezes, não é privilegiada na instituição de ensino em que está inserido, neste sentido corrobora com a premissa Gasparini, Barreto e Assunção (2005) ao mencionar que o professor busca com seus próprios meios a sua formação continuada, sendo que a instituição precisa preencher as lacunas existentes, mas o que ocorre é o não fornecimento de meios para acontecer uma melhor ação pedagógica.

Assim, outro aspecto que emergente do atual cenário é a descentralização da instituição e do professor como fontes de saber, como pontuam Pachietta e Milani (2020) que no atual cenário as atividades ficaram a cargo de familiares e cuidadores

e para se ter resultados positivos na aprendizagem o professor precisa declinar do posto de saber e atuar como agente facilitador da aprendizagem. Porém, a família e ou cuidadores devem atuar como proporcionadores desse espaço de ensino e aprendizagem.

Portanto, a imersão a campo, permite afirmar que as participantes da investigação, demonstraram, através de suas afirmações, que o atual cenário configurado com a pandemia de coronavírus, propiciou uma grande mudança na sua prática pedagógica. As professoras revelaram que a prática ao se modificar para atender as exigências e demandas do novo cenário, ocasionou certa sobrecarga de trabalho. Neste sentido a jornada foi estendida em planejamentos, gravações de vídeos, e cuidados no âmbito familiar. Isso remete ao processo de ter que configurar sua casa como ambiente escolar, assim como novas aprendizagens se fizeram necessárias, como, por exemplo, o uso da tecnologia para suprir o atendimento aos alunos.

Ainda através de seus relatos, é possível comprovar que a Educação Infantil se configura, na sua grande parte por uma fragilidade, no que diz respeito aos processos de ensino e aprendizagem, ao cuidado com os indivíduos envolvidos e a desvalorização do profissional que atua nesta etapa da educação. Com relação a este aspecto cabe destacar que, muitas famílias não dão sentido aprofundado ao conhecimento, que é fundamental nesta etapa do desenvolvimento do aluno. Tal afirmação se ampara no fato de que muitas famílias não acompanham as atividades enviadas para casa, o que prejudica a qualidade da aprendizagem das crianças. Tal aspecto contribui para que as práticas das professoras sejam permeadas por frustrações que levam a incertezas sobre a forma como concebem sua atuação.

Nesse sentido essa classe de profissionais se revela desvalorizada, fragilizada e descontente com a precariedade com que as relações institucionais se configuram dentro dessa etapa da educação. Assim, através das afirmativas das professoras é possível constatar que o mal-estar docente se faz presente em seu cotidiano. Desta forma, um olhar atento para este professor é demasiadamente importante, pois o mesmo é “peça chave” para o desenvolvimento de educação com excelência. Por isso, as relações de atenção e atendimento ao professor buscando a promoção do bem-estar e qualidade de saúde mental e física, são decisivas no desenvolvimento de uma prática pedagógica qualificada, uma vez que esta classe é

responsável pela primeira etapa da educação formal e, portanto, pela formação de seres humanos, cujas aprendizagens, são essenciais para a formação de cidadãos.

4.3. ATENÇÃO E ATENDIMENTO À SAÚDE DO PROFESSOR

Ao longo do presente texto foi apresentado como se configura o mal-estar docente, bem como, foram apresentados diversos fatores que propiciam o adoecimento mental do professor. Os aspectos apresentados revelam uma estreita relação com as condições de trabalho docente, como tem demonstrado os estudos e as pesquisas nesta área. E, nesse contexto, o impacto da pandemia do coronavírus se constituiu em um novo fator que tem intensificado as relações que este profissional tem com o seu ofício.

Diante do exposto é importante e emergente tratar sobre a promoção do bem-estar docente, visto que a saúde é indispensável para qualquer indivíduo, de acordo com esse pressuposto Silva (2017, p. 43) pontua que “A saúde é um elemento essencial para o ser humano, com ela se garante, além da estrutura física, o desenvolvimento social, econômico e pessoal. A saúde é um bem reconhecido por todos os órgãos mundiais e todas as sociedades.”

Logo, para haver uma atuação pedagógica de qualidade e em benefício do desenvolvimento dos educandos é necessário o bem-estar do professor, pois essa condição refletirá na aprendizagem dos alunos e na própria realização profissional. Para tanto Jesus (2006, p. 131) propõe “Tendo em conta os fenômenos de modelação, o professor motivado e realizado tem uma maior probabilidade de ter alunos que também se caracterizam desta forma.”

De maneira para entender como está a promoção do bem-estar dos professores da Educação Infantil no atual cenário pandêmico, foi aplicada a Questão (k): “*Você organiza o seu tempo de maneira a disponibilizar momentos de descanso e lazer? Comente.*” A professora A ressaltou “Obtenho sempre um planejamento para minhas tarefas e outro para meu descanso e lazer em casa com minha família.” Para a questão em foco, A professora D, destacou:

Depois de muita terapia consegui entender que se eu não conseguir fazer tudo hoje, posso e devo deixar para amanhã ou depois. Que não serei uma amiga, esposa ou funcionária ruim, se não agradar a todos, dizendo sempre o sim. E que dizer não também faz bem, principalmente para mim. Então,

tenho organizado e disponibilizado de muitos momentos de descanso e lazer!
(PROFESSORA D, 2021)

Através de suas respostas, as professoras entrevistadas pontuaram que é importante organizar o tempo de maneira a disponibilizar momentos de descanso e lazer, de modo que as mesmas revelam que buscam fazer a organização de uma rotina que contemple estes aspectos, assim como os de trabalho. Considerando este aspecto, Rodrigues et al. (2020, p.11) que assinalam “Intervalos regulares entre as atividades permitem um distensionamento das preocupações laborais e um melhor gerenciamento do estresse. Esse é um momento para se distrair e pausar a atividade que está sendo executada.” Ou seja, organizar uma rotina que contemple todos os aspectos necessários para a promoção de saúde mental é necessário e essencial à saúde do profissional.

Ainda sobre a importância de organizar uma rotina que contemple os referidos momentos, a cartilha da Psicovida (2020) reitera que:

O descanso, a realização de atividades de lazer e hobbies são fatores extremamente relevantes para a **manutenção do bem-estar** e prevenção do adoecimento dos profissionais. Em razão disso, destacamos que é importante que, apesar do acúmulo de tarefas e adaptações ao isolamento social, você busque manter as atividades físicas e de lazer. É importante que você compreenda que o tempo dedicado ao descanso, às atividades de lazer e às atividades físicas contribui para que **seu corpo e mente possam se recuperar** de atividades desgastantes, motivo pelo qual devem ser valorizadas e incluídas em sua rotina como atividades essenciais.

Por isso a rotina que contempla momentos de trabalho, descanso e lazer é importante para reafirmar a manutenção do bem-estar, evitando o adoecimento mental do professor da Educação Infantil. A diretora E respondeu ao questionamento em foco e assim respondeu “Às vezes descanso dormindo, lazer pouco.” Na afirmativa da gestora é possível observar e constatar que a rotina não se configura a disponibilizar os momentos que seriam preponderantes para a promoção do bem-estar, todavia é importante salientar que os profissionais da educação devem reorganizar suas rotinas de modo a priorizar espaços para que a saúde como um todo seja contemplada (PSICOVIDA, 2020).

Neste contexto, a fim de entender mais sobre as possíveis estratégias para a prevenção do adoecimento mental, a diretora E respondeu à Questão (j): “*Você faz uso de algumas estratégias para prevenir o esgotamento mental no cenário atual? Em*

caso afirmativo, quais?” A diretora E se manifestou afirmando “Se afastar de coisas que me faz mal, tentando manter o controle das dificuldades e até mesmo não assistindo notícias ruins.” Através desta resposta é possível constatar que a gestora tenta priorizar momentos de alívio se afastando das coisas que lhe fazem mal, para manter o controle das dificuldades a serem enfrentadas.

Diante do exposto, é possível verificar que a diretora E gerencia bem a sua ansiedade de modo a enfrentar os problemas do dia a dia, nesse sentido Campos (2019) sugere que ansiedade é um mecanismo que move a pessoa a reagir em determinadas situações. Portanto, a gestão da ansiedade da diretora vem ao encontro do que o autor sugere como sendo somente ansiedade e não os transtornos de ansiedade. Por isso é importante saber reconhecer os sinais que o corpo apresenta e, assim, procurar ajuda, pois a ansiedade quando paralisa o indivíduo, se configura em um quadro de transtorno (CAMPOS, 2019).

Assim uma estratégia que está em consonância com a fala da diretora E é gerenciar as atividades laborais e dar prioridade para aquela demais urgência, de maneira a não sobrecarregar o dia a dia deste profissional durante a pandemia do novo coronavírus, e mesmo após a passagem da pandemia, gerenciar as atividades é muito importante para o bem-estar e equilíbrio do indivíduo (PSICOVIDA, 2020).

Logo, a compreensão sobre a atenção à saúde do professor deve considerar vários aspectos, tendo em vista a complexidade de todo esse processo. Neste sentido, entender como a gestão escolar propicia momentos de promoção de bem-estar para professor é fundamental. Para tanto, as seções que seguem propõem um olhar para o ambiente escolar e seus gestores como possibilidade de levantar sugestões que contribuam com a superação das fragilidades identificadas e dissertadas em dois tópicos: *o compromisso da escola com a atenção e com a saúde do professor e Coletânea de sugestões para promoção da saúde mental do professor da Educação Infantil*

4.3.1. O compromisso da escola com a atenção e com a saúde do professor.

A escola é um ambiente onde o professor exerce seu ofício e, no cenário pandêmico, esse ambiente precisou reconfigurar seus espaços e suas práticas pedagógicas considerando as novas exigências que o momento vivido descortinou.

Neste sentido, o profissional de educação precisou reinventar sua forma de atuação, havendo assim, um aumento das exigências e demandas, que propiciam e intensificam o mal-estar docente, caracterizado por Pachietta e Milani (2020) como o adoecimento mental do professor.

Diante disso, o profissional que atua na etapa da Educação Infantil sofre intensamente com as condições de trabalho em que está inserido, podendo ocasionar um sofrimento físico ou mental. Kawamura (2015, p. 12) atesta que “No escopo dos fatores que colaboram com o desgaste mental podemos indicar, por exemplo, o sofrimento causado por um sentimento de precariedade vivenciado pelo trabalhador.” Portanto sentimentos de precariedade dentro do sistema de Educação Infantil é um dos fatores preponderantes para o adoecimento desta classe de professorado. Assim, é importante que a escola tenha um olhar diferenciado e que propicie ações que promovam o bem-estar docente, para que as práticas pedagógicas propiciem um ensino e aprendizagem significativa para os participantes deste processo.

Portanto, é importante entender como é o compromisso da escola com a atenção à saúde do professor. Partindo do exposto, as professoras foram questionadas sobre Questão (I): *“A instituição de ensino em que você atua, fornece subsídios quanto à formação docente no cenário atual? E quanto à saúde mental em tempos de pandemia a instituição tem algum projeto? Comente.”* A professora A respondeu “Sim fornece. E quanto à saúde mental é oferecido projetos de palestras de autoestima.” Em complemento a professora B afirmou: “Sim, estamos sempre nos conectando tirando dúvidas umas com as outras e buscando ajuda junto com a Psicóloga.”

As respostas das professoras ratificam que a instituição de ensino, campo de investigação, favorece o bem-estar dos profissionais que nela atuam, proporcionando palestras sobre autoestima e atendimento com psicólogas. Neste sentido, Paz (2020, p.21) sugere que:

O papel do gestor da escola não é somente gerenciar o funcionamento burocrático da escola, mas sim conhecer sua equipe, identificar seus anseios, mostrar-se como suporte, bem como encontrar meios que elevem a motivação ao exercício profissional.

Diante do exposto, o momento pandêmico intensificou os problemas que envolvem o profissional da educação e, sobre este aspecto, Pachietta e Milani (2020)

sugerem que é preciso tomar medidas preventivas para que não ocorra o adoecimento do profissional, assim a instituição e a gestão são fundamentais para a promoção da saúde mental do profissional da educação.

No sentido de entender quais as dificuldades que permeiam a gestão escolar a diretora E respondeu ao seguinte questionamento, Questão (k): *“Enquanto gestora, você encontra alguma dificuldade no atual cenário? Em caso afirmativo, comente.”* Para o presente questionamento, a diretora E afirmou “Sim, insegurança, dificuldade financeira, em poder manter a escola em ativa. O próprio desafio e em nos adaptarmos em lidarmos com a tecnologia das aulas remotas.”

A partir do contexto em foco, a diretora E expõe que as situações do atual cenário vêm reverberando no âmbito educacional, por conseguinte, refletem na saúde dos profissionais que atuam neste setor, promovendo circunstâncias de mal-estar no professorado. Nesta perspectiva Souza e Leite (2011) assinalam que o mal-estar desta classe deriva-se em parte das condições em que o trabalho do professor é tecido. Por isso, os professores nos mais diversos níveis de ensino vêm passando por dificuldades de adaptação às condições impostas pelo cenário de pandemia, intensificando, assim, os processos que tecem o ofício do professor.

A diretora E ainda foi questionada sobre Questão (l): *“A escola disponibiliza algum tipo de formação para seus funcionários no cenário atual? Em caso afirmativo, que aspectos são contemplados nesta formação?”* A diretora E reiterou “Sim, com a psicóloga: Saúde mental do profissional.” Através da resposta da gestora é possível afirmar que a escola disponibiliza momentos de formação continuada a seus profissionais, ação muito importante para o enriquecimento dos conhecimentos do professor. Nesse sentido a cartilha Psicovida (2020) aponta que este processo auxilia para o desenvolvimento do indivíduo tanto na área profissional quanto pessoal.

Outro aspecto a ser destacado na resposta da diretora é a formação disponibilizada pela escola que é ministrada por uma psicóloga, voltada para o cuidado e à promoção de saúde mental de seus profissionais. Paz (2020, p. 22) valida a iniciativa da escola mediante a seguinte afirmativa: “É preciso cuidar comumente do bem-estar dos professores e gestores, sobretudo no atual período. Será e está sendo um momento de extrema exaustão.”

Nesta perspectiva é válida a formação continuada que favoreça a promoção da saúde desta classe trabalhadora, pois a saúde é algo imprescindível para os

envolvidos, essa formação pautada nas interações de qualidade aproxima os sujeitos e auxilia na manutenção da saúde emocional (PAZ, 2020).

Assim, para entender se há a interação entre os indivíduos diante do atual cenário, foi realizado o seguinte questionamento para a diretora E Questão (m): “*A gestão busca fornecer momentos de troca entre os funcionários? Se caso afirmativo. Comente.*” Para essa questão a diretora E afirmou “Sim, nas formações, reuniões pedagógicas e até com conversar individuais quanto com a equipe diretiva e entre colegas também.” Diante da resposta da diretora E, é possível verificar que a gestão escolar movimenta-se promovendo o diálogo, a interação e as trocas.

As interações e trocas são intrínsecas ao ser humano, por isso uma instituição que prega essas relações, visa entender como está o sentimento do profissional que atua na mesma, para que, regularmente, possa criar mecanismos para desenvolver e promover formações que supram as necessidades de saúde emocional de seus docentes, como afirma Paz (2020, p. 23):

Pode-se dizer que as relações interpessoais são necessárias para entender o cuidado nas práticas profissionais quando o assunto é saúde, uma vez que são intrínsecas a estas. Logo, a explanação da função das relações interpessoais no cuidado em saúde, implica em uma observação da multiplicidade dos aspectos que configuram sua complexidade, enquanto fenômeno psicossocial.

Assim, a instituição de Educação Infantil em questão, proporciona em suas formações e, mesmo em diálogos informais, este espaço de troca de conhecimentos, sentimento, incertezas e dúvidas que o atual cenário vem desencadeando no emocional das pessoas.

Para compreender se a escola proporciona estratégias para promoção do bem-estar além das mencionadas ao logo das entrevistas, a diretora E da escola-campo de investigação respondeu à Questão (n): “*A escola fornece sugestões de estratégias para a promoção de saúde mental dos funcionários? Comente.*” A diretora E afirmou que:

Sim. A escola conta com uma psicóloga, sendo que sempre que achar necessário a mesma realiza formações ou chama para conversar no particular com os funcionários, abrindo assim disponibilidade para exporem suas ideias, dificuldades e até mesmo sugestões.

A partir da afirmação, é possível identificar fortemente que um dos serviços disponibilizados pela instituição é o atendimento tanto em formação continuada, como em conversas individuais com uma profissional psicóloga, que promove essas trocas. Nesta perspectiva, quando necessário, é sempre importante buscar ajuda de um profissional da saúde mental, para que a estabilidade mental seja algo conquistado, para tanto, Rodrigues et al. (2020, p. 13) pontuam que:

Buscar ajuda psicológica é um ato de coragem e cuidado. Nem sempre conseguimos sozinhos compreender o que sentimos. Procure um profissional que o ajude a identificar o que está acontecendo e o auxilie a organizar seus pensamentos e sentimentos.

Os autores acima referidos reiteram que é importante tanto quanto necessário buscar a ajuda de um profissional que auxilie na organização dos pensamentos. Quando a instituição de ensino promove esse tipo de atendimento, demonstra que a mesma privilegia a saúde mental e emocional de seus funcionários, ainda mais em momentos atípicos como o cenário pandêmico, em que a exaustão emocional se faz presente devido às incertezas no campo da saúde e demais consequências. Para Paz (2020) é necessário dar voz aos sentimentos dos professores para que o sofrimento não seja tão presente, podendo ser minimizado, ações e práticas que motivem o professor são sempre necessárias. Portanto, a escola-campo de investigação se move na construção de interações favoreçam o bem-estar psíquico de seus profissionais.

Nesse sentido, além das estratégias pautadas pelo campo investigado é importante que outras sugestões sejam expostas para que a promoção da saúde emocional seja uma realidade no âmbito escolar das instituições de educação infantil. Assim foi criada uma coletânea de sugestões de ações de promoção de bem-estar, compilada a partir de referenciais que e constituem em alicerces teóricos do presente estudo, de modo que as mesmas serão expostas no tópico que segue.

4.3.2. Coletânea de sugestões para promoção da saúde mental do professor da Educação Infantil.

As sugestões apresentadas têm por objetivo propiciar a promoção do bem-estar e a saúde mental do professor da Educação Infantil nesse cotidiano instável e

complexo vivenciado. Nesta lógica, a cartilha PSICOVIDA (2020, p.2) afirma “ [...] estudos apresentam diversas estratégias que podem ajudar a lidar com a sobrecarga em diferentes contextos de trabalho.” Sendo assim, a coletânea de sugestões que seguem busca enriquecer o autoconhecimento, autocuidado e a promoção do bem-estar emocional dos profissionais da Educação Infantil em tempos de pandemia.

Sugestão 1: café on-line com gestor (PAZ, 2020), tem por objetivo fazer com que os profissionais da educação exponham suas inseguranças e sentimentos em meio ao atual cenário. Neste sentido, o gestor convida a todos para que em um dia determinados, todos se reúnam em uma videoconferência, para este diálogo, assim todos devem ter seu “cafezinho” e alguns alimentos, para que, neste momento, todos se sintam apenas em uma conversa informal sobre seus sentimentos acerca da atual situação.

Sugestão 2: cuidado com o físico, alimentação, sono, beber água regularmente e fazer atividade física (RODRIGUES et al., 2020), tem por objetivo fazer com que a pessoa tenha um olhar atento para sua saúde física, pois o corpo humano é um mecanismo que está interligado, ou seja, corpo e mente estão “caminhando” juntas. Assim, disponibilizar momentos de atividade física é importante, beber água para manter o corpo hidratado, comer alimentos saudáveis e em horários adequados e ter sempre o sono regularizado, propiciam uma melhor qualidade de vida.

Sugestão 3: falar sobre sentimentos e emoções e saber nomeá-los (RODRIGUES, 2020), tem como enfoque o autoconhecimento e o autocuidado. Nessa perspectiva, o profissional da educação pode disponibilizar um momento para expor seus sentimentos e emoções, seja através de um diálogo como mencionado no “Café on-line com gestor”, ou mesmo, por meio de técnicas, como escrever uma carta para uma pessoa e ler para a mesma em seguida.

Sugestão 4: exercitar as habilidades ou criar novas (PSICOVIDA, 2020), tem por intuito desenvolver ou aprimorar habilidades dos indivíduos, seja por meio de cursos, ou mesmo em práticas do dia a dia. Nesse sentido, investir em conhecimentos novos ou aprimorar os existentes surge como meio para valorizar as habilidades, tanto pessoais como profissionais.

Sugestão 5: caixa do relaxamento (PAZ, 2020), esta caixa tem por intuito a interação entre os indivíduos que neste momento está correndo somente com os familiares devido ao cenário de pandemia do novo coronavírus. Assim a caixa pode

conter jogos, ou outras atividades, tais como quebra-cabeça, brincadeira de descobrir enigmas, plantar ou cuidar de plantas, entre outras. Na pandemia a caixa pode ser confeccionada em casa, juntamente com os familiares com os mais diversos objetos que possibilite a interação e o relaxamento das pessoas.

Sugestão 6: automassagem (PAZ, 2020) tem como objetivo o autocuidado e o relaxamento do corpo, que, ao longo do dia, passa por tensões deixando-o cansado. Nesta perspectiva, a automassagem é uma técnica simples utilizada para aliviar tensões em pontos específicos e de fácil acesso, tais como, cabeça, pulsos, ombros, pernas, pescoço e pés. Tal dinâmica proporciona o relaxamento destas áreas tensionadas, além disso, a instituição de ensino pode fornecer um kit para automassagem com óleos corporais e/ou cremes.

Assim estratégias como Automassagem lombar e pescoço¹(MARIM, 2020) podem ser uma possibilidade de prática e consiste em colocar quatro bolinhas (de tênis) dentro de uma meia. Em seguida a pessoa pode deitar no chão e posicionar as bolinhas na lombar de maneira a posicionar a coluna no meio do material, entre a segunda e a terceira bola, fazendo movimento de vai e vem. Para o pescoço, precisa-se disponibilizar um material duro, como livros, ou madeira para que, as bolinhas fiquem elevadas, assim o indivíduo deita com o pescoço sobre o equipamento, de modo a sentir certa pressão, pode posicionar em qualquer parte do pescoço e ainda fazer alguns movimentos leves com a cabeça.

Sugestão 7: ser tolerante consigo mesmo (PSICOVIDA, 2020) o indivíduo precisa compreender que não se é excelência em tudo, que é preciso delegar funções. Eventualmente será necessário deixar algumas atividades para serem realizadas em outro momento, perfeccionismo no âmbito educacional não existe, pois é um cenário de constante transformação. Neste sentido a mesma cartilha pontua que: “[...] as atividades de trabalho podem ser realizadas com qualidade, sem necessidade de estarem sempre perfeitas.” Ou seja, as atividades feitas por você precisam ter qualidade e não perfeccionismo.

Sugestão 8: criar metas realistas (ZANOL, NEIS e NEIS, 2020). Esta sugestão tem por objetivo esclarecer que todos são seres humanos e que, é impossível realizar uma quantidade absurda de atividades durante um dia, então estabelecer metas para esse desenvolvimento é importante. Neste ponto de vista,

¹Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=2R9p-jEpz00>

esta sugestão vem ao encontro do que foi apresentado anteriormente, para realizar as atividades com qualidade.

Sugestão 9: praticar algum tipo de meditação (PSICOVIDA, 2020) essa atividade tem por objetivo liberar a mente dos pensamentos que permeiam o dia a dia. Para tanto, meditar é um exercício que promove o bem-estar, contribuindo para um engajamento maior diante do trabalho e da vida pessoal.

Assim, a meditação guiada² (ZOCCAL, YOGAMUDRA, 2017) é uma opção de meditação em que o indivíduo com alguns comandos faz o relaxamento do corpo e da mente. Neste sentido, os exemplos de comando são inspiração e expiração lenta e controlada, liberar os pensamentos, entre outros.

Outra estratégia é colocar músicas relaxantes³ (TOLEDO, 2021) para aliviar o cansaço do corpo e da mente na hora da meditação. Para tanto músicas que contém sons da natureza é uma ótima proposta para a concretização da proposta.

Sugestão 10: buscar um profissional especializado (RODRIGUES et al., 2020). Esta última sugestão consiste em atentar especificamente para saúde mental. Portanto, quando o indivíduo percebe que as estratégia e sugestões não estão contribuindo para o enriquecimento do bem-estar emocional, é momento de procurar um profissional especializado que auxilie e ajude a identificar os sentimentos e pensamentos que estão ocasionando o mal-estar docente.

Em uma matéria a ONU News (2020) destaca que a COVID-19 está intensificando o adoecimento mental das pessoas por todo o mundo, para lidar com as questões da pandemia, a mesma criou um guia para diminuir os impactos produzidos para o cenário atual. Neste sentido, para o presente material destaco a importância de manter veículos com os familiares e amigos, mesmo que de forma virtual, é essencial ficar próximo das pessoas que se têm vínculos.

Outro aspecto apresentado pelo material e de grande relevância é manter-se distante das notícias ruins, porém quando necessário sempre buscar em fontes seguras sobre a realidade do cenário atual em que vivemos. Reiterando com a premissa a diretora E da escola-campo de investigação reiterou que uma de suas estratégias é afastar-se ou não assistir notícias ruins (DIRETORA E, 2021). É

²Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=9laAtD91JUQ>

³Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=ospHfoCG0FQ>

preponderante que o indivíduo saiba dosar as notícias em seu interior, gerindo suas emoções, de maneira a não causar maiores danos à saúde mental.

Sobre o papel da escola, do professor e da família, para o vínculo e acolhimento, a formação “No chão da escola”⁴ (2021) sugere que o papel do professor dentro da instituição de ensino é de mediador do conhecimento do aluno. Portanto, tratar de aspectos cognitivos é fundamental, mas outros aspectos como sociais e culturais, também são importantes. Neste âmbito, o papel do professor é fundamental no desenvolvimento do indivíduo.

Outra questão importante que permeia o professor da Educação infantil são novas demandas e exigências que intensificam a prática deste profissional que precisa atender a todas de maneira satisfatória o que lhes é exposto, dando um novo significado para as atribuições da profissão. Assim Souza (2017, p. 40) contribui com a premissa, pontuando:

Na conjuntura pedagógica a própria relação do profissional da educação com o significado por ele atribuído ao trabalho realizado é uma forma de caracterizar sua contribuição na formação de novos sujeitos para a sociedade contemporânea, através da afetividade, empatia e de uma didática reflexiva que proporcione ligação entre aluno e docente, impactando em melhor aprendizado. No entanto, o que se vê nas últimas décadas é a instalação de uma crise de identidade profissional, onde a imagem da profissão docente tem sido desvalorizada pela sociedade.

Ainda a escola e a família precisam criar modos de convívio e diálogo para contribuir de forma positiva para o desenvolvimento da criança, ainda mais neste momento de pandemia, a escola como um todo precisa propiciar esse relacionamento de parceria em prol do ensino e aprendizagem e a qualificação dos processos de educação.

Em síntese, a coletânea de sugestões foi apresentada com o objetivo de auxiliar o profissional da Educação Infantil a ter autoconhecimento, autocuidado e reconhecer quando é necessário procurar ajuda de um profissional para fomentar a saúde mental. Assim ter ciência de que quando o bem-estar é posto em evidência, a qualidade de vida e de ensino apresenta um progresso, e avanços. Ainda, esse estudo focalizou o nível da Educação Infantil, porém o conhecimento construído contempla

⁴Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=uI0VU6iKehA&t=655s>

os profissionais da educação de todos os níveis dadas as similitudes vividas nesse novo cotidiano pandêmico.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao finalizar a presente monografia que compreende o relato da pesquisa intitulada “*Saúde mental do professor na pandemia: um olhar para o profissional da educação infantil*” apresento algumas apontamentos, contribuições e conhecimentos construídos e mobilizados pela questão de pesquisa “*Que fatores podem contribuir para o adoecimento mental do professor da Educação Infantil durante a pandemia do novo coronavírus e quais as possíveis sugestões de intervenções para o melhoramento da saúde mental desse profissional?*”

Deste modo, com base nos estudos realizados ao longo do trabalho, é possível afirmar que os objetivos traçados pela investigação foram atingidos, assim constatando que a promoção do bem-estar e da saúde mental do professor da Educação Infantil é muito importante, pois este profissional é responsável pela primeira etapa do desenvolvimento de um indivíduo, desta maneira para que haja uma prática de qualidade, é essencial que se tenha um olhar atento a saúde deste indivíduo. O desenvolvimento da pesquisa possibilitou a construção de reflexões e de conhecimento acerca de como é compreendida e concebida a saúde mental nesta etapa do ensino pelas educadoras, participantes da investigação.

Neste sentido, o estudo descrito buscou pontuar que a pandemia do novo coronavírus foi um acontecimento que mudou drasticamente a vida das pessoas, assim sendo, o professor foi muito afetado com as crescentes exigências e demandas que o atual cenário provocou com as aulas remotas. Também, foi possível observar que o novo cotidiano pandêmico intensificou a jornada de trabalho e alterou de forma significativa o horário de trabalho dos professores com aumento da jornada de trabalho, provocando um possível mal-estar docente.

A leitura dos materiais, tais como, livros, artigos acadêmicos, bem como outras fontes teóricas em meio virtual permitiu aprofundar os conhecimentos sobre o tema em foco. Em vista disso, posso afirmar que o profissional que atua nesta área sofre e sofre com a fragilidade, vulnerabilidade, precariedade e desvalorização que ocorre neste nível de ensino, pois o cotidiano é permeado por desafios que estão diretamente ligados às condições de trabalho, propiciando o sofrimento físico e psíquico

A imersão a campo proporcionou verificar que as professoras e diretora participantes da pesquisa se preocupam com o seu bem-estar, com a sua prática e seu desenvolvimento profissional em meio ao atual cenário no cotidiano escolar. Neste sentido a prática pedagógica que precisou ser pautada por aulas remotas, teceu uma grande dificuldade do envolvimento dos indivíduos, prejudicando os processos de ensino e aprendizagem, acarretando inseguranças e incertezas, diante do modo de ensinar nesta nova configuração e concepção de sala de aula.

Também, a análise das entrevistas realizadas com as educadoras proporcionou o conhecimento acerca dos sentimentos que permeia o ofício desta classe, reconhecendo que o atual cenário fomentou sentimentos e emoções negativas, dentre os quais destaco o medo de serem infectadas, de não atingirem as demandas, tristeza por ficarem afastadas do emprego e dos seus familiares.

Em vista dos argumentos apresentados e dos estudos realizados sobre o mal-estar docente no cenário da pandemia de coronavírus e das vozes das participantes da pesquisa foi possível verificar que as referidas profissionais estão passando por grandes dificuldades, principalmente com as famílias que não entendem esta etapa da educação como principal etapa para o desenvolvimento da criança. Outro ponto a ser destacado é a frustração dessa classe trabalhadora, uma vez que os planejamentos não saem como o esperado por causa do âmbito virtual que muitos não têm acesso ou por motivos de falta de interesse dos pais no acompanhamento das crianças que frequentam a Educação Infantil.

Também, durante a escrita da presente monografia pude refletir sobre a promoção da saúde do profissional atuante nesta etapa de ensino no sentido pessoal e profissional. Assim, ficou evidente que as entrevistadas buscam criar estratégias para prevenção do bem-estar, mas, também, é necessária a intervenção da própria instituição. Neste sentido, a escola entende que a saúde do profissional é importante para que o mesmo se sinta bem no seu ambiente de trabalho e sua prática se constitua com qualidade nos processos de ensino e aprendizagem. Nesta perspectiva a escola promove atendimento psicológico individualizado para seus funcionários, bem como, formações continuadas com a psicóloga da escola sobre a saúde mental do professor da Educação Infantil.

Nessa ótica, essa pesquisa me fez refletir e constatar que a atenção à saúde mental do professor é um dever não somente deste profissional, mas também da

instituição em que este está vinculado. Assim, criar estratégias pautadas em diálogos e interação com os indivíduos é imprescindível, ou seja, dar voz aos sentimentos e emoções dos professores é fundamental para o desenvolvimento da gestão emocional. Diante disso, acredito que sejam primordiais as interações e troca de conhecimentos para que o profissional da Educação Infantil reconheça a necessidade do autocuidado e do autoconhecimento.

É imprescindível que, diante dos argumentos expostos, os profissionais desta área, assim como a instituição em que atuam se conscientizem que a saúde mental é um tema de extrema relevância e importância no âmbito educacional. A partir das reflexões mobilizadas pelo presente estudo e tecidas ao longo do texto, foi possível demonstrar que a saúde emocional ou bem-estar docente, proporciona ao professor o enriquecimento de sua prática, de seus relacionamentos e conhecimento acerca dos sentimentos e emoções. Nesse viés, entender que às vezes, o quadro apresentado pelos docentes exige intervenções de um profissional especializado.

Enfim, a partir da concretização desse estudo posso afirmar que o problema de pesquisa inicial foi respondido, pois esse tema possibilitou sanar minhas inquietudes em relação à temática, bem como, amplificação de meus conhecimentos como profissional de educação e mobilizou a promover práticas pedagógicas pautadas na promoção do bem-estar do professor da educação infantil no cenário pandêmico.

Concluo a investigação e a presente monografia afirmando que o profissional da Educação Infantil precisa ter um olhar para a sua saúde emocional, pois a promoção do bem-estar é essencial para o desenvolvimento da prática pedagógica. Diante disso, como profissional de educação continuarei estudando e ampliando meus saberes para defender a importância da promoção da saúde mental dos professores, como uma possibilidade de enriquecer o âmbito educacional. E, neste momento, em meio aos conhecimentos tecidos e construídos, através dos achados da pesquisa, surgem novas indagações para futuros estudos, como: *Como o bem-estar do professor reflete em suas práticas? Como a sociedade enxerga o professor adoecido? Ainda, como o professor reage em seus momentos de fraqueza e o que faz para sanar isto? A pandemia teve efeitos permanentes na saúde do professor?*

Destaco que continuo motivada pela temática, pois acredito que é por meio da promoção da saúde emocional do professor que o mesmo tece sua prática de

maneira qualificada e criativa, dando significado aos seus conhecimentos e enriquecendo os processos de ensino para a mediação de aprendizagens significativas e prazerosas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALANA. **No Chão da Escola - Vínculo e acolhimento (formação parte 1)**.

Publicado em Janeiro de 2021. Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=ul0VU6iKehA&t=655s>. Acesso em: 13 Jun. 2021.

BECKER, Fernando. **Modelos pedagógicos e modelos epistemológicos**.

EDUCAÇÃO E REALIDADE. Porto Alegre, 19(1): 89-96, jan./jun. 1994.

BRASIL. [Constituição (1988)]. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF: Presidência da República, [2016]. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 23 mar. 2021.

BRASIL. **LEI Nº 11.738, DE 16 DE JULHO DE 2008**. Regulamenta a alínea “e” do inciso III do caput do art. 60 do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias, para instituir o piso salarial profissional nacional para os profissionais do magistério público da educação básica. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2008/lei/l11738.htm. Acesso em: 23 mar. 2021.

CODO, Wanderley. MENEZES; Iône Vasques. **Burnout: sofrimento psíquico dos trabalhadores em educação**. Cadernos de saúde do trabalhador, Kingraf - gráfica e editora, São Paulo, 2000.

COLEÇÃO mente e vida moderna: cansaço mental e síndrome de Burnout / [coordenação de Viviane Campos; Organização de Ricardo Piccinato. – Bauru, SP: Editora Alto Astral, 2019.

COSTA, Tatiana de Andrade et al. **A saúde emocional dos professores durante a pandemia em tempos de aulas remotas**. VII CONEDU: Congresso de Educação, Centro Cultural de Exposição Ruth Cardoso – Maceió, AL: Realize editora (edição online), 2020. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/67848>. Acesso em: 29 mar. 2021.

DA COSTA, Denise Kriedte; HÜLSENDEGER, Margarete. **FAZENDO A DIFERENÇA: REFLEXÕES SOBRE O TRABALHO DO PROFESSOR**. VIDYA, v. 29, n. 2, p. 19-29, jul./dez., 2009 - Santa Maria, 2010.

DA SILVA, Ailton Souza. **Bem-estar na docência: estratégias de enfrentamento dos docentes de uma escola pública no combate ao mal-estar docente**. Cruz Alta, UNICUZ, 2017. Disponível em: https://home.unicruz.edu.br/wp-content/uploads/2018/04/DISSERTA__O-AILTON.pdf. Acesso em: 30 mar. 2021.

DE LIMA FERREIRA, J.; CARPIM, L.; BEHRENS, M. A. **Do paradigma tradicional ao paradigma da complexidade: um novo caminhar na educação profissional**.

Boletim Técnico do Senac, [S. l.] 2010, v. 36, n. 1, p. 51-59, 11. Disponível em: <https://www.bts.senac.br/bts/article/view/227>. Acesso em: 18 mar. 2021.

DE SOUZA, Aparecida Neri; LEITE, Marcia de Paula. **Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil.** Educ. Soc., Campinas, [s. n.] out.-dez. 2011, v. 32, n. 117, p. 1105-1121. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/es/v32n117/v32n117a12.pdf>. Acesso em: 22 mar. 2021.

DE SOUZA, Indiara Rodrigues; DOS SANTOS, Maria Evany Rodrigues; DE ALMEIDA, Ilda Neta Silva. **Mal-estar docente: a saúde do professor nos dias atuais. Revista Humanidades e Inovação** –[S. l.: s. n.], 2016, v. 4, n. 2. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/180>. Acesso em: 25 mar. 2021.

DEJOURS, Christophe; DESSORS, Dominique; DESRLAUX, François. **Por um trabalho, fator de equilíbrio.** Revista Administração de Empresas, São Paulo, [s. n.], 1993. Traduzido por: Maria Irene S. Betiol

DIEHL, Liciane. MARIN, Angela Helena. **Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura.** Estudos Interdisciplinares em Psicologia, Londrina, [s. n.], dez. 2016v. 7, n. 2, p. 64-85. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eip/v7n2/a05.pdf>. Acesso em: 22 mar. 2021.

DUNKER, Christian Ingo Lenz. **A arte da quarentena para principiantes.** São Paulo, Boitempoeditorial, 2021. Livro digital.

FERREIRA, Lenilson. **Saúde emocional do professor.** Rio de Janeiro – RJ, Litteris Editora. 2º ed. 2016. Edição do Kindle

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa** / Paulo Freire. – São Paulo: Paz e Terra, 1996. – (Coleção Leitura).

GADOTTI, Moacir. **Boniteza de um sonho: ensinar-e-aprender com sentido/** Moacir Gadotti. - Novo Hamburgo: Feevale, 2003.

GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUÇÃO, Ada Ávila. **O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde.** Educação e Pesquisa, São Paulo, maio/ago. 2005. v. 31, n. 2, p. 189-199.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GRANDISOLI, Edson; JACOBI, Pedro Roberto; MACHINI, Silvio. **Pesquisa Educação, Docência e a COVID-19.** USP Cidades Globais e Instituto de Estudos Avançados da USP, Apoio RECONNECTTA, [S. l.: s. n.], 2020, SP.

JESUS, Saul Neves. **Desmotivação e Crise de identidade Docente.** Revista Katálisis, Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina, Brasil, [s. n.] juli-diciembre, 2004, vol. 7, núm.2, pp. 192-202.

JESUS, Saul Neves. **Psicologia da Saúde e Bem-Estar.** *Universidade do Algarve, Portugal*, Copyright: 2006. *Advances in Health Psychology*, 14 (2) 126-135.

KAWAMURA, Eduardo Alessandro. **A saúde mental e a (re) organização do trabalho docente: trabalho coletivo e o poder de agir** / Alessandro Eduardo Kawamura. – Campinas: PUC-Campinas, 2015. 119 p.

LIBÂNEO, José Carlos. **Pedagogia e Pedagogos, para quê?** 7 ed. São Paulo: Cortez, 1998. Cap. III, p. 69-103.

MARIM, Paquel. **Automassagem: Lombar e Pescoço**. Publicado em 18 de Setembro de 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=2R9p-jEpz00>. Acesso em: 13 jun.2021.

MEC, Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Política Nacional de Educação Infantil: pelo direito das crianças de zero a seis anos à educação**. Brasília: MEC/SEB, 2006. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/pol_inf_eduinf.pdf. Acesso em: 30 mar. 2021.

MORAES, Roque. **Uma tempestade de luz: a compreensão possibilitada pela análise textual discursiva**. *Ciência&Educação*, v.9, n.2, p. 191-211, 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/ciedu/v9n2/04.pdf>. Acesso em: 01 abr. 2021.

OMS. **Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO)**. Nova Iorque 1946. Biblioteca Virtual de Direitos Humanos da USP. Disponível em: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>. Acesso em: 29 Mai. 2021.

ONUNews. **Covid-19: OMS divulga guia com cuidados para saúde mental durante pandemia**. Publicado em 18 de março de 2020. Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2020/03/1707792>. Acesso em: 13 Jun. 2021.

PACHIEGA, Michel Douglas; MILANI, Débora Raquel da Costa. **Pandemia, as reinvenções educacionais e o mal-estar docente: uma contribuição sob a ótica psicanalítica**. *Dialogia*, São Paulo set./dez. 2020, n. 36, p. 220-234. Disponível em: <https://periodicos.uninove.br/dialogia/article/view/18323/8712>. Acesso em: 29 mar. 2021.

PAVIANI, Jayme. **Ensinar: deixar aprender** / Jayme Paviani. - Porto Alegre: EDIPUCRS, 2003. 127 p. - (coleção filosofia:154)

PAZ, Cláudia terra do Nascimento. **Prevenindo o adoecimento na escola em tempos de pandemia [livro eletrônico]: reflexões e possibilidades** / Cláudia Terra do Nascimento Paz organizadora. Tubarão: [s.n.], 2020. E-book:il.color.

PSICOVIDA. **Bem-estar no trabalho em tempos de pandemia: um guia para profissionais em Home Office**. [S. l.: s. n.], 2020. Disponível em: <https://www.pucrs.br/coronavirus-provz/wp->

content/uploads/sites/270/2020/06/2020_06_02-coronavirus-cartilhas-psicovida-bem-estar_no_trabalho_em_tempos_de_pandemia.pdf. Acesso em: 20 abr. 2021.
 REIS, Eduardo J. F. Borges dos et al. **Docência e exaustão emocional**. Educ. Soc., Campinas, [s. n.] jan. /Abr. 2006vol. 27, n. 94, p. 229-253. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/es/v27n94/a12v27n94.pdf>. Acesso em: 12 mar. 2021.

RESENDE, Muriel L. M. **Vygotsky: um olhar sociointeracionista do desenvolvimento da língua escrita**. Pedagoga pela Universidade Federal de Uberlândia. Educadora Infantil. cursando Especialização em Psicopedagogia pela Faculdade Católica de Uberlândia, 2010. Disponível em: <http://www.profala.com/artpsico108.htm>. Acesso em: 29 Mai. 2021.

RODRIGUES, Cybele Nogueira et. Al. **Saúde mental em tempos de pandemia: orientações psicológicas para a docência**. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará, Coletivo de Psicólogas e Psicólogos do IFCE, layout e diagramação Ângelo Santos, revisão Caio Montenegro. – Ceará: IFCE, 2020. Disponível em: https://ifce.edu.br/noticias/noticias-de-destaque/psicologos-do-ifce-elaboram-cartilha-com-orientacoes/cartilha-ifce-saude-mental_orientacoes-psicologicas-para-docentes.pdf. Acesso em: 30 mar. 2021.

ROMERO, Priscila. **Breve estudo sobre Lev Vygotsky e o sociointeracionismo. Educação pública**. [S. l.: s. n.], 2015. ISSN: 1984-6290 B3 em ensino - Qualis, Capes DOI: 10.18264/REP. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/15/8/breve-estudo-sobre-lev-vygotsky-e-o-sociointeracionismo>. Acesso em: 01 abr. 2021.

SALAS, Paula. **Ansiedade, medo e exaustão: como a quarentena está abalando a saúde mental dos educadores**. [S. l.], Nova escola, 2020. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/19401/ansiedade-medo-e-exaustao-como-a-quarentena-esta-abalando-a-saude-mental-dos-educadores>. Acesso em: 29 mar. 2021.

SINPRO – RS. **Pesquisa: 58,4% dos professores atingidos pelo estresse. A pesquisa inédita “Avaliação do Nível de Estresse em Professores do Ensino Privado do Rio Grande do Sul”**. Rio Grande do Sul, 05 abr. 2012. Disponível em: <https://www.sinprors.org.br/comunicacao/noticias/pesquisa-584-dos-professores-atingidos-pelo-estresse/#>. Acesso em: 26 mar. 2021.

SOUZA, Kátia R. et al. **Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia**. *Trabalho, Educação e Saúde*, [S. l.: s. n.], v. 19, 2021, e00309141. DOI: 10.1590/1981-7746-sol00309. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/tes/v19/0102-6909-tes-19-e00309141.pdf>. Acesso em: 29 mar. 2021.

THIELE, Marisa ElizabethaBoll. WEBLER, Rita Melânia. **Um olhar sobre a saúde do Professor: desafios e possibilidades**. UNIOES (PR) – Pesquisa realizada no PDE [s. n.], [s.d]. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/857-2.pdf>. Acesso em: 22 mar 2021.

TOLEDO, Cassio. **Aliviar o Cansaço da Mente - Música Relaxante Para Amenizar a Exaustão e Fadiga Mental, Tranquilizar.** Publicado em 2021. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ospHfoCG0FQ>. Acesso em: 13 Jun. 2021.

VIEIRA, Alexia Júlia Lima. **Os desafios da profissão docente vivenciados por professores/as com diferentes tempos de carreira** / Alexia Júlia Lima Vieira. - João Pessoa, 2019.

ZANOL, Karolaine Moreira; NEIS, André Takahashi Maçanário; NEIS, NatalliêMaçanário. **Cartilha de apoio a saúde mental do (a) professor (a) durante a pandemia de Covid – 19.** USP 2020. Disponível em:

https://www.sinesp.org.br/images/2020/Julho-2020/Cartilha_sa%C3%BAde_mental_professores_1.pdf. Acesso em: 30 mar. 2021.

ZOCCAL, Raissa. **Meditação guiada para saúde física e mental.** YOGAMUDRA, publicado em 2017. Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=9laAtD91JUQ>. Acesso em: 13 Jun. 2021.

APÊNDICES:**APÊNDICE 01 – Entrevista semiestruturada aplicada às professoras**

**UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL
CAMPUS DA REGIÃO DOS VINHEDOS
ÁREA DE HUMANIDADES
CURSO DE LICENCIATURA EM PEDAGOGIA**

**INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS PARA A PESQUISA INTITULADA:
SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR NA PANDEMIA: UM OLHAR PARA O
PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO INFANTIL**

Prezados (as) educadores (as)!

Sou Izadora Borges Jimenez Bassani, acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia pela Universidade de Caxias do Sul (UCS). Convido você a participar de minha pesquisa para a elaboração do meu Trabalho de Conclusão de Curso referente ao tema “Saúde mental do professor na pandemia: um olhar para o profissional da Educação Infantil”.

Esclareço que, os dados coletados, bem como sua identidade serão mantidos em sigilo e servirão de material empírico para a elaboração de estudos que fazem parte da pesquisa referida acima.

Coloco-me à disposição para esclarecimentos que se fizerem necessários.

Agradeço por sua disponibilidade, pois sua participação será de fundamental importância para a minha pesquisa. Conto com sua colaboração!

Muito obrigada!

Atenciosamente,

Izadora Borges Jimenez Bassani.

ENTREVISTA:

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO:

- a. Idade:

- b. Formação:
 - Em nível médio:
 - Graduação:
 - Pós-graduação:

- c. Há quantos anos atua como professora?

- d. Há quantos anos atua como professora da Educação Infantil?

- e. Há quantos anos atua nesta escola?

- f. Qual o nível de atuação?

2. QUESTÕES RELACIONADAS AO TEMA:

- a. Para você o que é saúde mental? E o que é adoecimento mental? Comente sobre.

- b. Estamos vivendo a pandemia do novo coronavírus. Em relação a esse momento, como você se sente fisicamente? E emocionalmente?

- c. Na sua visão, quais os fatores preponderantes para o adoecimento mental em tempos de pandemia?

- d. Qual (is) o (s) sentimento (s) que você tem acerca da pandemia do novo coronavírus? Comente.
- e. Você encontra dificuldades nesse novo cenário em que tece sua prática? Em caso afirmativo, cite as principais.
- f. Você consegue atingir a demanda de exigências da prática docente nesse momento pandêmico? Comente.
- g. Nesse novo cenário, como ocorre a interação com seus educandos?
- h. Você se sente afetado por alguma doença mental? Comente.
- i. Você busca ou já buscou ajuda com psicólogos, psiquiatras? Em caso afirmativo, o que motivou essa busca?
- j. Você faz a ingestão de algum medicamento para esgotamento físico, mental ou emocional? Comente.
- k. Você organiza o seu tempo de maneira a disponibilizar momentos de descanso e lazer? Comente.
- l. A instituição de ensino em que você atua, fornece subsídios quanto à formação docente no cenário atual? E quanto à saúde mental em tempos de pandemia a instituição tem algum projeto? Comente.

APÊNDICE 02 – Entrevista semiestrutura aplicada à diretora.



**UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL
CAMPUS DA REGIÃO DOS VINHEDOS
ÁREA DE HUMANIDADES
CURSO DE LICENCIATURA EM PEDAGOGIA**

**INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS PARA A PESQUISA INTITULADA:
SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR NA PANDEMIA: UM OLHAR PARA O
PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO INFANTIL**

Presados (as) gestores (as)!

Sou Izadora Borges Jimenez Bassani, acadêmica do Curso de Licenciatura em Pedagogia pela Universidade de Caxias do Sul (UCS). Convido você a participar de minha pesquisa para a elaboração do meu Trabalho de Conclusão de Curso referente ao tema “Saúde mental do professor na pandemia: um olhar para o profissional da Educação Infantil”.

Esclareço que, os dados coletados, bem como sua identidade serão mantidos em sigilo e servirão de material empírico para a elaboração de estudos que fazem parte da pesquisa referida acima.

Coloco-me à disposição para esclarecimentos que se fizerem necessários.

Agradeço por sua disponibilidade, pois sua participação será de fundamental importância para a minha pesquisa. Conto com sua colaboração!

Muito obrigada!

Atenciosamente,

Izadora Borges Jimenez Bassani.

ENTREVISTA:

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO:

- a. Idade:

- b. Formação:
 - Em nível médio:
 - Graduação:
 - Pós-graduação:

- c. Há quantos anos atua como diretora?

- d. Há quantos anos atua como diretora da Educação Infantil?

- e. Há quantos anos atua nessa escola?

2. QUESTÕES RELACIONADAS AO TEMA:

- a. Para você o que é saúde mental? E o que é adoecimento mental? Comente sobre.

- b. Você se sente doente mentalmente? De que forma?

- c. Estamos vivendo a pandemia do novo coronavírus. Em relação a esse momento, como você se sente fisicamente? E emocionalmente?

- d. Na sua visão, quais os fatores preponderantes para o adoecimento mental em tempos de pandemia?

- e. Qual (is) o (s) sentimento (s) que você tem acerca da pandemia do novo coronavírus? Comente um pouco.

- f. Você sente-se afetado por alguma doença mental? Comente.
- g. Você busca ou já buscou ajuda com psicólogos, psiquiatras? Em caso afirmativo, o que motivou essa busca?
- h. Você faz a ingestão de algum medicamento para esgotamento físico, mental ou emocional? Comente.
- i. Você organiza o seu tempo de maneira a disponibilizar momentos de descanso e lazer? Comente.
- j. Você faz uso de algumas estratégias para prevenir o esgotamento mental no cenário atual? Em caso afirmativo, quais?
- k. Enquanto gestora, você encontra alguma dificuldade no atual cenário? Em caso afirmativo, comente.
- l. A escola disponibiliza algum tipo de formação para seus funcionários no cenário atual? Em caso afirmativo, que aspectos são contemplados nesta formação?
- m. A gestão busca fornecer momentos de troca entre os funcionários? Se caso afirmativo. Comente.
- n. A escola fornece sugestões de estratégias para a promoção de saúde mental dos funcionários? Comente.