

**OFICINAS PEDAGÓGICAS: PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS  
PROFESSORES NA ESCOLA**

**TALLERES PEDAGÓGICOS: PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL DE LOS  
DOCENTES EN LA ESCUELA**

**PEDAGOGICAL WORKSHOPS: TEACHERS' MENTAL HEALTH PROMOTION AT  
SCHOOL**



Rosane Barreto Ramos dos SANTOS<sup>1</sup>  
e-mail: rosanebarretorj@yahoo.com.br



Paulo Pires de QUEIROZ<sup>2</sup>  
e-mail: ppqueiroz@id.uff.br00

**Como referenciar este artigo:**

SANTOS, R. B. R. dos; QUEIROZ, P. P. de. Oficinas pedagógicas: Promoção da saúde mental dos professores na escola. **Plurais - Revista Multidisciplinar**, Salvador, v. 7, n. 00, e023006. e-ISSN: 2177-5060. DOI: <https://doi.org/10.29378/plurais.v8i00.15430>



| **Submetido em:** 23/10/2023  
| **Revisões requeridas em:** 16/05/2023  
| **Aprovado em:** 11/09/2023  
| **Publicado em:** 27/10/2023

---

**Editoras:** Profa. Dra. Célia Tanajura Machado  
Profa. Dra. Kathia Marise Borges Sales  
Profa. Dra. Rosângela da Luz Matos

**Editor Adjunto Executivo:** Prof. Dr. José Anderson Santos Cruz

---

<sup>1</sup> Instituto Oswaldo Cruz (IOC/FIOCRUZ), Rio de Janeiro – RJ – Brasil. Doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Ensino em Biociências e Saúde.

<sup>2</sup> Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói – RJ – Brasil. Professor Associado. Doutorado em Filosofia e Humanidades - Columbia Pacific University (CPU), Estados Unidos.

---

**RESUMO:** O trabalho traz um recorte da pesquisa de doutoramento em saúde mental e educação. O objetivo geral deste estudo consiste em investigar alternativas político-pedagógicas que possam contribuir para o bem-estar dos professores da Fundação de Apoio à Escola Técnica (FAETEC). Como objetivo específico, busca-se identificar as demandas e os casos de adoecimento psicológico entre os professores da Fundação no período de 2017 a 2021. Com base na metodologia de pesquisa qualitativa, presente no método da pesquisa-ação, utilizou-se a análise de conteúdo para o tratamento dos dados levantados. Os resultados indicam a ausência de uma abordagem sensível em relação à saúde mental dos profissionais da educação, bem como a escassez de ambientes de trabalho que promovam um acolhimento adequado para que as práticas dialógicas se tornem uma parte integrante da rotina docente. Além disso, os resultados enfatizam a importância de implementar políticas institucionais que abordem a saúde mental dos professores como um tópico de destaque nas agendas das escolas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Docente. Oficinas Pedagógicas. Políticas Institucionais. Saúde Mental.

**RESUMEN:** *El trabajo presenta un extracto de una investigación doctoral en salud mental y educación. Su objetivo general es: Investigar alternativas político-pedagógicas que contribuyan al bienestar de los docentes de la Fundación de Apoyo Técnico Escolar – FAETEC y como objetivo específico: Identificar las demandas y casos de enfermedad psicológica entre los docentes de la Fundación, del 2017 al 2021. Con base en la metodología de investigación cualitativa, presente en el método de investigación acción, se utilizó el análisis de contenido para procesar los datos recolectados. Los resultados apuntan a la falta de una mirada sensible sobre la salud mental de los profesionales de la educación y la falta de ambientes profesionales acogedores para que las prácticas dialógicas se conviertan en momentos del cotidiano del trabajo docente. Además, los resultados revelan la necesidad de incluir políticas institucionales que incluyan la salud mental de los docentes como agenda de discusión en las escuelas.*

**PALABRAS CLAVE:** *Profesor. Talleres de Pedagogía. Políticas Institucionales. Salud Mental.*

**ABSTRACT:** *This work represents a segment of the doctoral mental health and education research. The general objective of this study is to investigate political-pedagogical alternatives that can contribute to the well-being of teachers at the Foundation for Technical School Support (FAETEC). As a specific objective, it aims to identify the demands and cases of psychological distress among teachers at the Foundation from 2017 to 2021. Content analysis was used for data processing based on the qualitative research methodology incorporated into the research-action method. The results indicate the absence of a sensitive approach regarding the mental health of education professionals and the scarcity of work environments that promote adequate receptivity for dialogical practices to become an integral part of the teaching routine. Furthermore, the results emphasize the importance of implementing institutional policies that address teachers' mental health as a prominent topic on school agendas.*

**KEYWORDS:** *Teacher. Pedagogical Workshops. Institutional Policies. Mental Health.*

## Introdução

No contexto da preocupação com a saúde mental dos professores nas escolas, o estudo formulou a seguinte questão inicial: “Como elaborar alternativas político-pedagógicas que favoreçam o bem-estar de professores da Fundação de Apoio à Escola Técnica-FAETEC em seus processos educativos de qualidade?” O presente artigo traz um recorte da pesquisa de doutoramento intitulada: “A saúde emocional dos professores da rede FAETEC: equilíbrio e bem-estar por meio de práticas pedagógicas propositivas”. Uma hipótese que pode ser considerada é que a adoção de uma abordagem holística da saúde poderia proporcionar um maior bem-estar psicológico aos professores.

A pesquisa foi autorizada pelo Comitê de Ética do IOC/FIOCRUZ protocolado com a identificação CAAE: 33694620.4.0000.5248 sob o número de parecer: 4.335.072. O objetivo geral do estudo consiste em investigar alternativas político-pedagógicas que possam contribuir para o bem-estar dos professores da Fundação. Para fins de análise dos resultados apresentados, um objetivo específico é identificar as demandas e os casos de adoecimento psicológico dos professores da Fundação de Apoio à Escola Técnica (FAETEC) no período de 2017 a 2021.

A pesquisa aponta que falar de saúde é também falar de escola. Esses dois eixos encontram-se intrinsecamente conectados, uma vez que abordam a questão do cuidado com o ser humano. Discutir saúde implica preocupar-se com o sujeito em sua totalidade (Almeida Filho, 2011), envolvendo uma abordagem abrangente de elementos que redefinem novas perspectivas de vida tanto em nível individual quanto coletivo, bem como nos ambientes de trabalho que compartilhamos e nas experiências que trocamos.

Almeida Filho (2011) concorda que os elementos socio-histórico-culturais desempenham um papel significativo nas situações de saúde e doença individuais. Essa concordância nos leva a endossar a perspectiva de Canguilhem (2009) de que a saúde e a doença devem ser concebidas para além de uma visão meramente biomédica e fisiológica, enquanto simultaneamente não devemos considerar esses dois elementos que definem as condições de ser e agir, como mutuamente antagônicos.

Conforme Canguilhem (2005, 2009), saúde e doença se complementam e se interligam, percorrendo caminhos tanto em nossos organismos vitais como em nossos contextos sociais (Almeida Filho, 2011). Isso nos desafia a compreender o bem-estar para além das aparências físicas. Nesse sentido, corpo e mente não podem ser dissociados; ao contrário, devem ser compreendidos de maneira integral, uma vez que estão interligados.

O estado mental pode influenciar a saúde do corpo, assim como o corpo pode manifestar sinais de saúde ou doença que refletem nosso estado psicológico. Além disso, a ontogênese do indivíduo, de acordo com Almeida Filho (2011), implica em compreender a pessoa em sua pluralidade e integralidade, considerando as ações de sentir, ser, agir e viver em sociedade. Dessa forma, a interação constante e ininterrupta entre os aspectos da vida individual e coletiva mantém uma relação intrínseca com a saúde e a doença dos sujeitos.

Nessa abordagem, é possível compreender que as experiências de saúde e adoecimento não são uniformes, e os seres humanos vivenciam essas experiências de maneira plural e identitária, moldando e redesenhando suas vidas a cada nova experiência. Nesse contexto, é importante ressaltar que cada indivíduo possui uma experiência de vida única, com suas próprias origens, causas e consequências relacionadas aos fatores de saúde e doença.

Essas diversas vivências individuais direcionam o foco para a compreensão do ambiente de trabalho como um espaço no qual a saúde e a doença podem influenciar os aspectos biopsicossociais. Mais especificamente, concentra-se na saúde mental dos profissionais e como a relação entre o ser humano e o ambiente de trabalho pode afetar sua saúde mental ou promover a saúde física e mental.

Dejours (1994) e Gaulejac (2007) destacam a mútua influência que o ser humano e o trabalho exercem um sobre o outro e como podem fortalecer ou enfraquecer os laços de confiança e coletividade. O trabalho afeta o indivíduo e vice-versa, estabelecendo uma relação contínua na qual conhecimentos e experiências se ampliam, alterando identidades, grupos e o próprio ambiente de trabalho.

Essa tríplice interconexão entre o indivíduo, o grupo e o ambiente de trabalho podem criar situações de adoecimento ou de promoção da saúde, dependendo do tipo de relacionamento estabelecido nesses espaços. Dejours (1994) observa que essas interações podem ser impostas, carentes de diálogo, envolvendo pressões físicas e emocionais que não respeitam a integridade humana, sem diálogo ou identificação entre as partes. Conforme Carlotto (2003), a busca incessante por resultados e metas positivas pode transformar a realização profissional em sofrimento.

Nesse contexto, a escola assume o papel de protagonista em um ambiente de trabalho e convívio social, no qual as pessoas se envolvem em diversos tipos de relacionamentos interpessoais, envolvendo ensino-aprendizagem e aspectos laborais. Dentro dessa multiplicidade de interações, encontramos os professores, um grupo que tem enfrentado crescentes desafios de adoecimento psicológico, como apontado por Carlotto (2003) em suas

pesquisas, destacando que os profissionais da educação são atualmente uma das classes que mais sofrem com problemas de saúde mental.

Uma das causas fundamentais desse adoecimento está na lacuna entre os conhecimentos adquiridos na academia e a realidade prática das escolas (Tardif; Lessard, 2017), (Tardif, 2019). Isso resulta em uma desconexão de conhecimento quando os professores formados na universidade se deparam com desafios na sala de aula, nos quais muitas vezes se sentem despreparados para lidar. Pimenta (1999) ressalta a importância de resgatar a identidade do professor e sua relevância na sociedade, aproximando teoria e a prática do “chão da escola”.

Além disso, Tardif (2019) argumenta que a recuperação de teorias que reflitam a realidade da sala de aula requer um processo contínuo de aprendizado enquanto o professor exerce suas funções. Isso implica a criação de estratégias e mecanismos que vão além da simples transmissão de conteúdo, valorizando a dimensão humana com suas fragilidades e potencialidades, promovendo não apenas a aprendizagem, mas também relações interpessoais saudáveis e produtivas que visam ao bem-estar nas relações humanas.

O excesso de demandas burocráticas e a sobrecarga de conteúdos a serem ensinados, muitas vezes desconectados da realidade escolar e das necessidades dos alunos, a falta de flexibilidade nos currículos e práticas, a desvalorização da profissão docente e a ausência de um canal de escuta para as demandas dos professores são alguns dos fatores que contribuem significativamente para o desgaste emocional, frustração, ansiedade e depressão, e que são elementos latentes no adoecimento mental dos professores.

Partindo da premissa de que somos seres compostos por um corpo físico e mental que registram as experiências vividas ao longo de nossas vidas, sejam elas positivas ou negativas, é pertinente considerar a reflexão de Ferguson (1992, p. 242) ao afirmar que “com o passar dos anos, o corpo se torna uma autobiografia ambulante, falando a amigos e estranhos sobre as pequenas e grandes tensões de nossa vida” e isso implica nos preocupar com o que se considera ser saudável ou ter adoecido.

No entanto, é fundamental lembrar que a compreensão da doença e de como ela se desenvolve no contexto escolar pode abrir caminhos para a construção da saúde dentro do ambiente de trabalho. Conforme Ferguson (1992) nos lembra que somos “autobiografias ambulantes” (p. 242), a responsabilidade para o desenvolvimento de estratégias de promoção de saúde e minimização do adoecimento mental recai sobre o indivíduo, que detém as chaves para esse processo.

## **Metodologia: caminho trilhado**

A escola desempenha um relevante papel social onde a grande maioria da população está inserida. Portanto, é essencial que a escola, entre preceitos e pressupostos, volte sua preocupação para o profissional da educação, em especial, seus professores, compreendendo que sua atuação está para além da episteme inserida em práticas curriculares preestabelecidas, posto que se refere às subjetividades e experiências de vida. Nesse caminho, também se encontra a saúde mental dos docentes no seu relacionamento com o ambiente de trabalho.

O arcabouço metodológico assume um papel fundamental para abordar as dimensões de aquisição, manutenção e construção do conhecimento, de modo a abordar as questões relacionadas ao adoecimento psicológico dos professores e às iniciativas de promoção do bem-estar docente. O estudo emprega uma abordagem qualitativa, caracterizando-se como pesquisa qualitativa em termos de natureza. A pesquisa é exploratória, visando ampliar a compreensão do problema, e utiliza o método de pesquisa-ação (Thiollent, 2011), como estratégia, uma vez que permite a análise aprofundada e extensiva dos resultados, levando em consideração a relação entre os sujeitos e o mundo, reconhecendo que subjetividades e nuances não podem ser quantificadas.

A empiria, orientada pelo método de pesquisa-ação (Thiollent, 2011), organiza as ações metodológicas da tese de doutoramento em três fases distintas: diagnóstico, intervenção e avaliação. Neste artigo, focamos nos resultados da fase diagnóstica, na qual utilizamos o questionário pré-teste como instrumento de ação metodológica. Isso possibilitou a coleta de dados relacionados à saúde mental dos professores selecionados e à identificação das práticas pedagógicas de promoção do bem-estar que melhor atenderiam às necessidades dos docentes. Portanto, essa fase contempla os objetivos gerais e específicos, bem como a pergunta de partida que orientou a pesquisa. Importante ressaltar que a pandemia da Covid-19 afetou a empiria da pesquisa, e alguns dados foram contextualizados com base nas experiências de saúde e doença durante esse período.

A metodologia adotada facilitou o acompanhamento do percurso desde o momento em que o professor desfruta de boa saúde, através da observação do desenrolar de seu processo de adoecimento, até a proposição de alternativas que visam criar condições mais justas no ambiente de trabalho. Essa abordagem configurou-se como um ciclo contínuo e dinâmico, no qual as experiências não apenas do pesquisador, mas também dos participantes diretos, ou seja, as pessoas diretamente envolvidas no processo de construção de uma vida laboral saudável, foram vivenciadas (Thiollent, 2011).

A pesquisa foi conduzida na Fundação de Apoio à Escola Técnica (FAETEC), uma entidade pública do estado do Rio de Janeiro, Brasil. A seleção dos professores abrangeu duas escolas pertencentes à Fundação, que apresentam perfis distintos: uma que atende ao ensino médio (etapa final da educação básica) e outra que oferece cursos técnico-profissionalizantes.

A Escola A conta com 318 alunos matriculados, 40 professores e 9 profissionais na equipe de gestão e pedagogia. Seu corpo discente é composto por jovens e adultos interessados em ingressar no mercado de trabalho. Por outro lado, a Escola B possui 1500 alunos matriculados, 212 professores e 12 profissionais em seu quadro de gestão e pedagogia, com um perfil de alunos predominantemente adolescentes. A pesquisa teve como objetivo investigar dois contextos distintos para compreender a relação entre saúde e doença nesses ambientes, avaliando se existem semelhanças ou diferenças significativas.

A seleção de professores nas Escolas A e B incluiu aqueles que haviam enfrentado problemas de saúde mental relacionados ao trabalho. Essas informações foram obtidas através do questionário pré-teste aplicado na fase diagnóstica da pesquisa-ação. O questionário foi composto por 15 perguntas fechadas de múltipla escolha e 02 perguntas abertas, e foi administrado por meio da plataforma Google Formulário.

Devido ao contexto da pandemia, o questionário pré-teste foi distribuído aos professores de forma virtual. Inicialmente, o processo envolveu o contato por e-mail com os gestores das escolas A e B, que posteriormente enviaram os questionários pré-teste aos supervisores educacionais responsáveis pelos grupos de professores em aplicativos de mensagens virtuais, como o WhatsApp. A pesquisa foi apresentada aos professores por meio de uma carta da pesquisadora, que esclarecia o propósito do estudo e destacava a participação voluntária. Caso houvesse interesse em participar, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido estava disponível ao final da carta. Dos 40 professores da Escola A, 22 concordaram em participar da pesquisa, respondendo ao questionário. Da Escola B, com um total de 212 professores, 29 optaram por participar. O questionário pré-teste ficou disponível para resposta de maio a novembro de 2021.

A coleta e análise dos dados obtidos a partir dos questionários forneceram orientações para o desenvolvimento das práticas pedagógicas identificadas como necessárias pelos participantes no ambiente de trabalho. Essa abordagem metodológica permitiu uma compreensão mais aprofundada dos contextos que envolvem os participantes, gerando uma nova perspectiva sobre as práticas educacionais em um período marcado pela pandemia.

As informações coletadas nos questionários foram submetidas à análise de conteúdo, seguindo a metodologia de Bardin (2011), com estrita observância dos critérios de pré-análise, que incluem representatividade, exaustividade, homogeneidade e pertinência. Os dados identificados foram codificados e categorizados de acordo com três principais áreas: Saúde mental dos professores, Experiências do trabalho docente durante a pandemia e Oficinas laborais.

### **Resultados e discussão: perspectivas de um novo olhar sobre a saúde mental do docente**

A quantidade, intensidade e diversidade de experiências desempenham um papel crucial na compreensão dos indivíduos nos ambientes de trabalho, podendo contribuir tanto para promover a saúde quanto para ocasionar doenças. Neste contexto, foi traçado um perfil dos docentes que participaram da pesquisa, com o objetivo de compreender suas percepções em relação ao que pode ser considerado saudável ou potencialmente causador, ou decorrente do adoecimento psicológico. Esse enfoque é relevante para (re)significar os contextos teóricos e práticos que permeiam o ambiente escolar.

Os resultados apresentados baseiam-se nas respostas do questionário pré-teste, que foi completado por 51 professores das escolas A e B. As respostas coletadas por meio do Google Formulário foram organizadas em tabelas, e as tendências identificadas nas respostas foram posteriormente apresentadas em forma de gráficos. Para facilitar a análise das informações, os dados gráficos foram agrupados em quatro categorias distintas, conforme a abordagem de Bardin (2011): Saúde mental dos professores, Trabalho em equipe dos professores, Impacto da pandemia da Covid-19 e Oficinas laborais. As primeiras questões do questionário foram desenvolvidas para traçar um perfil dos participantes em termos de suas características profissionais.

As questões abordaram diversos aspectos dos docentes, incluindo gênero, disciplinas ministradas, nível de titulação, tempo de formação profissional e tempo de serviço na FAETEC. Dos 51 participantes, 47% eram do sexo feminino, enquanto 53% eram do sexo masculino (nenhum dos participantes indicou a opção “outros” para gênero). Dezoito professores lecionavam disciplinas do ensino médio, enquanto trinta e três atuavam em disciplinas de cursos técnicos profissionalizantes. No que se refere ao grau de titulação, 57% possuíam curso de pós-graduação *lato sensu*, 35% tinham mestrado e 8% doutorado. A grande maioria dos docentes, correspondendo a 78%, acumulava mais de 15 anos de experiência profissional, sendo que 12% tinham entre 11 e 15 anos de formação e 10% entre 5 e 10 anos na área. Em relação ao tempo

de serviço na FAETEC, 49% dos profissionais lecionavam há mais de 15 anos, 12% entre 11 e 15 anos, 31% entre 5 e 10 anos, e 8% tinham menos de 5 anos de serviço na Fundação de Apoio à Escola Técnica.

As primeiras questões foram elaboradas com o propósito de traçar um perfil dos participantes da pesquisa. A maioria dos participantes demonstrou ter uma longa trajetória de formação profissional e experiência de trabalho na Fundação, permitindo uma compreensão mais aprofundada das realidades vivenciadas, tanto individualmente como no contexto das escolas. Essas respostas, aliadas às amplas formações acadêmicas, têm o potencial de contribuir não apenas para a investigação do adoecimento psicológico, conforme o objetivo específico proposto, mas também para responder ao objetivo geral e à pergunta de partida, no sentido de identificar alternativas para o bem-estar emocional dos professores em seus locais de trabalho.

Após traçar o perfil dos docentes que responderam ao questionário, foram feitas perguntas direcionadas à investigação sobre a saúde mental dos profissionais e o adoecimento no ambiente de trabalho. A primeira categoria foi denominada “Saúde mental dos professores”, que abordou a autopercepção da saúde mental dos docentes. Das 51 respostas obtidas, 57% classificaram sua saúde mental como regular ou ruim, enquanto 29% a consideraram boa e 14% a avaliaram como ótima. Essas respostas indicam a necessidade de uma análise minuciosa da saúde mental desses indivíduos, a fim de compreender os fatores e ambientes sociais que contribuíram para o adoecimento psicológico.

Ainda na primeira categoria, relacionada à saúde mental no ambiente de trabalho, os professores foram questionados se já haviam adoecido psicologicamente devido a questões relacionadas ao trabalho. Entre os 51 professores participantes, 45% relataram que isso ocorreu algumas vezes, 40% afirmaram que aconteceu sempre ou quase sempre, 10% disseram que foi raro, e 5% indicaram que nunca passaram por essa situação. Esses dados, expressos nessa questão, reforçam as conclusões anteriores e confirmam a existência de uma relação entre a saúde mental do indivíduo e seu trabalho, no sentido de que o trabalho pode ser tanto causa quanto consequência de seu sofrimento psicológico.

A próxima pergunta buscou explorar a perspectiva dos professores sobre a influência das situações ocorridas no ambiente de trabalho como fatores que contribuíram para o adoecimento psicológico. Essa questão foi essencial para avaliar se os docentes percebem, mesmo que não sejam diretamente afetados, que a relação entre trabalho e doença mental impacta negativamente o desempenho no trabalho. Nesse sentido, 74% dos docentes afirmaram

que as situações relacionadas ao trabalho quase sempre influenciam a saúde mental, enquanto 20% indicaram que sempre influenciam e 6% responderam que nunca influenciam.

Diante das impressões compartilhadas pelos participantes sobre a saúde mental e o ambiente de trabalho, a pergunta subsequente solicitou que identificassem até quatro fatores que mais frequentemente levavam os profissionais ao adoecimento psicológico. O salário defasado foi o fator mais mencionado, com 77% das respostas, seguido pelo excesso de trabalho, apontado por 67% dos participantes. A falta de infraestrutura adequada recebeu menção de 65% dos docentes, enquanto 61% destacaram a falta de reconhecimento do professor. Além disso, 51% indicaram a indisciplina dos alunos como um fator relevante, e 45% mencionaram o excesso de burocracia.

Entre os fatores mais mencionados, observa-se uma conexão entre o salário defasado e o excesso de trabalho, levando muitos professores a assumir múltiplos empregos em diferentes escolas para obter uma renda financeira satisfatória. Essa sobrecarga impede que os professores tenham tempo para se qualificar e descansar fisicamente e mentalmente, tornando-os mais suscetíveis ao adoecimento. Além disso, percebe-se um sentimento de falta de feedback no desempenho de suas atividades, planejamentos e na constante preocupação em garantir o sucesso dos alunos. Essa desvalorização profissional foi identificada em 61% das respostas, reforçando a interconexão desses três fatores como agravantes tanto da saúde física quanto psicológica, que é o foco da investigação.

Além desses fatores, a falta de infraestrutura adequada, mencionada por 65% dos participantes, tem contribuído para o desgaste emocional dos professores, gerando estresse devido à inadequação dos espaços físicos para o ensino, tanto para professores quanto para alunos, além da carência de material pedagógico necessário para garantir um processo de ensino-aprendizagem eficaz.

A indisciplina dos alunos se destaca, com 51% das respostas, como um fator significativo, agravando o adoecimento psicológico dos docentes. Isso evidencia que, mesmo no século XXI, as discussões sobre esse tema não foram esgotadas, e a indisciplina dos alunos continua a prejudicar não apenas os processos de ensino-aprendizagem, mas também a levar os professores à exaustão emocional e ao adoecimento.

Com 45% das respostas destacando o excesso de burocracia, é evidente que a carreira docente tem se tornado progressivamente mais permeada por tarefas burocráticas, envolvendo documentação, planilhas, relatórios e currículos. Essa sobrecarga burocrática tem gerado desconforto, pois consome um tempo já escasso que poderia ser direcionado para questões

pedagógicas. Isso resulta na perda da dinamicidade necessária para desenvolver abordagens pedagógicas que facilitem tanto professores quanto alunos, promovendo uma experiência educacional mais acolhedora e menos hostil.

Quando os professores foram questionados sobre os sentimentos, emoções e transtornos que refletiam seu adoecimento psicológico no ambiente de trabalho, as opções mais pontuadas destacaram-se da seguinte forma: ansiedade, com 80%; exaustão emocional, com 77%; estresse, com 67%; tristeza, com 50%; depressão, com 40%; e pânico, com 26%. Esses fatores podem estar associados a diversas situações previamente abordadas. No contexto escolar, existem diversos condicionantes que podem levar um indivíduo ao adoecimento psicológico. É importante ressaltar que a nossa identidade, individualidade e a maneira como enfrentamos as situações do cotidiano podem tornar algumas pessoas mais propensas a adoecerem em decorrência dessas situações do que outras.

O foco crucial está em compreender a incidência desses fatores, quantas pessoas são afetadas por cada um deles e como podem ser desenvolvidas estratégias para tornar o ambiente educacional propício a experiências saudáveis. Nesse sentido, corrobora-se com Ferguson (1992) ao destacar que somos “autobiografias ambulantes” e que, portanto, muito do que somos e de como agimos reflete os ambientes de trabalho que habitamos. Esse entendimento é essencial para orientar a implementação de práticas pedagógicas que promovam o bem-estar.

Tardif e Lessard (2017) também complementam que o que fazemos se torna uma extensão do que somos. Portanto, se estamos enfrentando problemas de adoecimento psicológico, nossas práticas podem ser mais influenciadas pelos problemas que carregamos do que pelas competências, habilidades e capacidades que ensinamos. Os problemas podem ofuscar nosso potencial e identidade.

A segunda categoria, “O trabalho docente durante a pandemia”, tornou-se relevante devido ao contexto em que a pesquisa foi realizada, durante o período da pandemia da Covid-19. O início da pesquisa coincidiu com a disseminação da pandemia no Brasil a partir de março de 2020. Isso não apenas impactou a aplicação dos métodos da pesquisa, que precisaram ser adaptados para o formato remoto, mas também teve efeitos na saúde mental dos profissionais da educação, uma vez que as escolas foram fechadas e o ensino passou a ser realizado de forma remota, conforme orientações do Parecer CNE/CP n.º 5/2020 do Ministério da Educação.

Nesse contexto, tornou-se fundamental analisar a saúde psicológica desses profissionais, dada a magnitude dos desafios que enfrentaram. Os participantes foram questionados sobre como percebiam sua saúde mental durante a pandemia. Os resultados

indicaram que 37% consideraram que a saúde mental, que antes era regular, piorou durante a pandemia; para 31%, manteve-se no mesmo nível que antes da pandemia. Outros 14% relataram que a saúde mental estava boa antes da pandemia, mas piorou desde então; 9% indicaram que a saúde mental era ruim antes e continuou ruim durante a pandemia, enquanto os 9% restantes relataram que a saúde mental era regular e melhorou durante esse período.

Ao analisar esses dados, destaca-se a importância dos grupos que compreendem 37% dos participantes que relataram uma piora na saúde mental, indo de um estado regular para agravado, e os 14% que tinham uma saúde mental boa antes da pandemia, mas que enfrentaram adoecimento psicológico durante esse período. Essas respostas podem estar associadas a diversos fatores, como a transição do ambiente educacional para o doméstico, a incerteza em relação ao futuro educacional dos alunos, a preocupação com a qualidade do ensino, o medo da pandemia e a falta de acesso à tecnologia de qualidade.

Somando-se esses dois grupos, verifica-se que 51% dos participantes enfrentaram mudanças significativas em sua saúde mental devido aos desafios impostos pela pandemia, que impactaram substancialmente o ambiente educacional. Isso exigiu dos professores novas posturas, atitudes e adaptações para as quais a maioria deles não estava preparada. Essa transformação pode ser atribuída aos novos paradigmas educacionais, à adoção do ensino remoto emergencial e ao afastamento físico entre professores e alunos, o que causou um desgaste emocional significativo em profissionais essenciais para o processo de ensino-aprendizagem.

Por outro lado, um grupo composto por 31% dos participantes relatou que sua saúde mental permaneceu regular durante a pandemia, e 9% indicaram que o estado mental ruim que experimentavam antes da pandemia permaneceu inalterado. Isso representa um total de 40% de docentes que confirmam que a pandemia resultou em um cenário de desequilíbrio na esfera educacional do qual as escolas ainda não conseguiram se recuperar. Apenas 9% dos participantes mencionaram uma melhora na saúde mental, possivelmente devido ao afastamento das tensões do ambiente escolar, como conflitos entre colegas, indisciplina dos alunos e desafios cotidianos enfrentados nas escolas.

A terceira categoria, intitulada “Oficinas Laborais,” surgiu como uma alternativa viável para promover o bem-estar dos professores, à luz dos dados analisados até o momento. Era essencial implementar práticas pedagógicas voltadas para tornar o ambiente de trabalho, que também tem uma dimensão educacional, mais acolhedor e propício. Nesse contexto, tornou-se relevante investigar as ações que foram adotadas visando ao bem-estar desses profissionais, sob

a perspectiva daqueles que são o foco desta pesquisa, ou seja, aqueles que sofreram impactos psicológicos devido ao ambiente de trabalho.

As oficinas laborais surgiram como uma alternativa viável para promover a interação entre saúde mental, docência e o ambiente de trabalho. Portanto, era importante entender as opiniões dos participantes sobre essa forma de intervenção, sobre como eles percebem a abordagem do problema. Era necessário saber se eles já haviam participado de alguma oficina pedagógica antes ou durante a pandemia. Quanto a esse aspecto, 70% nunca haviam participado de uma oficina pedagógica, mas manifestaram interesse em fazê-lo; apenas 17% dos entrevistados haviam participado uma 1 ou 3 vezes de algum tipo de experiência voltada para a promoção de oficinas em saúde mental/emocional no local de trabalho, enquanto 13% afirmaram não gostar desse tipo de atividade.

Destacou-se o grupo de 13% que admitiu nunca ter participado devido à falta de interesse por esse tipo de atividade. Talvez a oferta das oficinas não tenha atendido às expectativas daqueles que seriam os participantes. Às vezes, as atividades são introduzidas de maneira unilateral, sem considerar as necessidades e opiniões daqueles que participarão das oficinas. Isso pode resultar na falta de interesse por parte dos envolvidos. É fundamental lembrar que as oficinas devem ser flexíveis, e diferentes abordagens podem ser oferecidas a diferentes públicos e ambientes, dependendo dos objetivos a serem alcançados.

Uma alternativa plausível é que essa “não gostar” possa estar relacionada a experiências prévias malsucedidas, as quais não estavam alinhadas com a realidade de um grupo específico ou com as características individuais de determinados professores para os quais a oficina foi direcionada. Considerando que as oficinas abrangem um amplo espectro de possibilidades, a probabilidade de rejeição é bastante reduzida quando a intervenção é planejada com o envolvimento e o interesse ativo do grupo e/ou indivíduo em questão.

No caso dos 70% restantes, as oficinas representavam uma oportunidade inexplorada e inovadora. Eles ainda não haviam tido acesso a essa experiência, que poderia proporcionar oportunidades de aprendizado, renovação e reconstrução, permitindo que o coletivo e o indivíduo dialogassem sobre questões tanto pessoais como profissionais. A expressão “nunca participei, mas gostaria de ter participado” pode sugerir a falta de sensibilidade em relação à saúde psicológica dos professores, desinformação ou a crença de que não é necessário direcionar atenção para esse tópico específico no contexto educacional.

É crucial estabelecer uma conexão mais estreita entre a educação e a saúde. A busca por um processo de ensino-aprendizagem bem-sucedido deve incorporar o cuidado, não apenas em

termos de alfabetização, mas também o zelo que precede qualquer prática de ensino. Isso engloba estratégias que visam o bem-estar de todos os envolvidos no ambiente educacional, abrangendo desde a preocupação com o espaço físico até a estrutura do sistema educacional, demonstrando um compromisso com o cuidado tanto daqueles que aprendem quanto daqueles que ensinam.

As respostas indicaram a necessidade de implementar projetos em saúde mental que envolvam ativamente os profissionais da educação. Idealmente, esses projetos devem se tornar práticas institucionais, integrando-se de maneira contínua ao cotidiano das escolas, em vez de serem intervenções pontuais. Os dados coletados também refletiram a insatisfação dos professores em relação à forma como a Fundação lida com o bem-estar dos docentes.

Em uma das questões abertas, os professores sugeriram o desenvolvimento de políticas governamentais que estabeleçam práticas relacionadas à saúde mental como componentes permanentes dos calendários acadêmicos e dos planos de ensino de cada unidade escolar. Essa proposta visa otimizar as relações entre o ambiente educacional e os profissionais que ali trabalham. Essas sugestões são baseadas na insatisfação dos profissionais, que sentem que o professor tem sido negligenciado e relegado a segundo plano diante das pressões por resultados acadêmicos, enquanto o cuidado com o “material humano” que faz a “máquina educacional” funcionar.

Além de se tornarem práticas institucionais, as oficinas laborais direcionadas ao bem-estar emocional dos professores devem ser sensíveis às necessidades dos participantes. Portanto, as sugestões de atividades devem ser consideradas durante o planejamento das intervenções. No questionário, 45% dos docentes enfatizaram a importância de abordar tópicos relacionados à saúde mental, como o manejo do estresse, ansiedade e tristeza; 30% destacaram práticas de relaxamento e meditação, bem como o aprendizado de técnicas de respiração; 40% sugeriram sessões de diálogo e escuta em grupo; 30% mencionaram atividades lúdicas e dinâmicas de grupo, além de treinamento tecnológico. É notável que os professores demonstraram preocupação em estar psicologicamente preparados para apoiar seus alunos em suas necessidades tanto educacionais quanto emocionais. Para eles, o cuidado com sua própria saúde mental é fundamental para capacitá-los a auxiliar os alunos a lidar com situações de frustração e impotência.

Prosseguindo com a análise das respostas, emergiram sugestões relacionadas à realização de rodas de conversa focalizadas em temas como ansiedade, estresse e gestão emocional. Novamente, destacou-se a importância de orientar o pensamento não apenas para a

própria saúde, mas também para a dos alunos, reconhecendo a interconexão entre ambos, enfatizando que o cuidado com um se reflete no cuidado com o outro. No âmbito dessas abordagens, incluem-se propostas relacionadas ao relaxamento, meditação, técnicas de respiração e ao aprimoramento do uso da voz como meios para atingir a serenidade e a reconexão consigo mesmo e com os outros. Tais rodas de conversa são apontadas como fundamentais para promover a prática da escuta dentro do grupo, fortalecendo a ideia de que a coletividade deve abraçar o indivíduo e vice-versa.

Também foi mencionada a necessidade de oferecer oficinas ou outros recursos de suporte relacionados ao uso de tecnologia. Essa observação reforça como a questão tecnológica impactou os profissionais durante o período pandêmico, quando muitos professores se depararam com desafios estruturais para o ensino remoto, o que, por sua vez, afetou seu bem-estar psicológico, especialmente quando se sentiram despreparados para lidar com alunos em situações desafiadoras.

Os docentes destacaram, nas perguntas abertas, a importância de tornar os processos contínuos, uma vez que frequentemente projetos eram iniciados, mas não mantinham a continuidade desejada. Para eles, o trabalho nessa área deve ser desenvolvido com seriedade e compromisso, com foco no objetivo de promover a saúde mental daqueles que atuam no ambiente escolar.

Finalizando este processo de avaliação, foi de suma importância a compreensão do grau de confiança dos professores em relação a esse tipo de intervenção no âmbito escolar. Sem essa confiança, as oficinas laborais e outras iniciativas semelhantes teriam dificuldades em atingir os resultados desejados. Foi indagado se os docentes acreditavam que práticas pedagógicas proativas, tais como as oficinas laborais, poderiam contribuir para a melhoria da saúde mental dos profissionais da educação.

A resposta à pergunta revelou que, para 77% dos professores, o investimento em práticas pedagógicas propositivas é considerado valioso. Essas atividades, como as oficinas laborais, têm o potencial de atuar como ferramentas de apoio tanto no trabalho docente quanto no pedagógico. Elas representam uma abordagem viável para compreender o que ocorre com os professores para além das salas de aula, contribuindo para a criação de um ambiente acolhedor e sensível às suas necessidades. Esses momentos se destacam por não focarem exclusivamente na profissão, mas também na dimensão humana e na subjetividade inerente a cada indivíduo. Essa abordagem coletiva busca desenvolver alternativas que promovam a saúde e o bem-estar no ambiente de trabalho.

Apesar de a grande maioria demonstrar apoio à implementação de estratégias de bem-estar mental na escola e à reconceptualização do espaço escolar como um ambiente de promoção da saúde, merece destaque o grupo de 17% que, embora reconheça a importância dessas ferramentas para a aproximação humana e a saúde, não acredita que essas intervenções tenham um impacto significativo na saúde mental dos profissionais. Essa perspectiva pode ser influenciada pela falta de consistência nos programas de bem-estar e pela ausência de evidências claras dos benefícios a curto e médio prazo. Com a implementação de melhorias e a estabelecimento de rotinas mais sólidas, pode ser possível mudar a percepção em relação a essas abordagens de promoção da saúde.

As sugestões apresentadas pelos próprios participantes podem servir como ponto de partida para a criação de práticas de bem-estar emocional direcionadas aos professores. Respeitando as particularidades de cada ambiente escolar, é viável estabelecer um ambiente de trabalho baseado no diálogo e na atenção às necessidades do grupo e dos indivíduos, antes de priorizar os currículos e o conteúdo programático. A atenção e as ações voltadas para a construção de um ambiente acolhedor resultam em um processo de aprendizagem mais produtivo, beneficiando tanto os professores quanto os alunos. A implementação de práticas de saúde mental na escola representa um compromisso com um olhar sensível e dedicado a um organismo social composto por todos aqueles que interagem de maneira interpessoal e profissional no espaço escolar.

### **Considerações finais**

A interconexão entre saúde e educação exige uma abordagem que considere essas duas esferas de maneira articulada ao se refletir sobre a carreira docente na instituição escolar e suas possíveis implicações. O professor, para além de seu papel como executor de procedimentos institucionais que visam facilitar a aprendizagem eficaz, é um ser humano com suas próprias necessidades e aspirações, merecendo ser reconhecido como tal.

Frequentemente, sua função é destacada em detrimento da consideração de fatores biopsicossociais que compõem sua identidade. Além do cumprimento de diretrizes e procedimentos, o professor é uma entidade integrada de corpo e mente, cujas debilidades e capacidades merecem ser respeitadas e reconhecidas.

A escola, inserida no contexto social das pessoas, desempenha um papel relevante na formação da identidade dos indivíduos e em suas percepções de vida e do mundo, influenciando

as relações interpessoais que ocorrem no ambiente educacional. Nesse cenário, surgem questões relacionadas ao bem-estar e ao adoecimento inerente à experiência humana.

Nesse contexto, o problema do adoecimento dos professores da educação básica, representados pelos participantes da pesquisa conduzida nas unidades da rede FAETEC, suscita a necessidade de direcionar nosso foco para as demandas prementes da sociedade contemporânea. Aqui, a ênfase não recai apenas no preparo acadêmico do profissional, mas também na consideração de seus suportes emocionais e socioculturais necessários para enfrentar os desafios e recompensas do ensino no século XXI, visando uma educação genuinamente democrática e promotora de saúde, com uma abordagem holística do indivíduo.

A aplicação do questionário na fase diagnóstica da pesquisa orientou as descobertas que atendem ao primeiro objetivo específico. Dessa maneira, a escola, enquanto ambiente social e de trabalho, pode se manifestar de formas acolhedoras ou hostis, pois a educação transcende teorias e práticas pedagógicas para incorporar os sujeitos que frequentam suas dependências diariamente. Dessa dinâmica emergem relações de colaboração ou conflito, proximidade ou distância, harmonia ou desentendimentos, e as variáveis emocionais introduzem uma miríade de possibilidades.

As entrevistas destacaram a importância e a urgência de conscientizar os profissionais da educação sobre sua saúde, com especial ênfase em seu estado mental, uma vez que muitos estão enfrentando problemas de saúde mental sem o conhecimento adequado. Além da conscientização, enfatizou-se a necessidade de tomar medidas concretas para apoiar esses profissionais e garantir que esses processos se desenrolem em seu ambiente de trabalho, promovendo uma reconexão entre o professor e o ambiente profissional.

Em resposta ao objetivo geral e à pergunta central desta pesquisa, a promoção de um ambiente de trabalho acolhedor, simultaneamente pedagógico, pode ser alcançada através da implementação de práticas de bem-estar psicológico denominadas como “oficinas laborais”. Segundo os participantes da pesquisa, essas oficinas surgem como uma alternativa viável para integrar a saúde mental no âmbito escolar, indo além da mera discussão sobre doenças e proporcionando estratégias eficazes para lidar com o problema. Além disso, há um forte apelo para que essas oficinas sejam formalmente institucionalizadas, tornando-as uma parte permanente do contexto escolar.

Esse enfoque pode representar uma abordagem abrangente para a promoção da saúde, onde as práticas de ensino se tornam não apenas veículos para a aquisição de conhecimento em diversas áreas, mas também espaços de construção plural, onde a subjetividade e a saúde mental

dos indivíduos são consideradas como elementos fundamentais para o desenvolvimento das atividades no contexto escolar.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA FILHO, Naomar de. **O que é saúde?** Rio de Janeiro: Ed. Fiocruz. 2011. 160 p.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional da Educação. Parecer **CNE/CP Nº 5/2020**. Reorganização do Calendário Escolar e da possibilidade de cômputo de atividades não presenciais para fins de cumprimento da carga horária mínima anual, em razão da Pandemia da COVID-19. Brasília, DF: MEC, CNE, 1 jun. Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=145011-ppc005-20&category\\_slug=marco-2020-pdf&Itemid=30192](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=145011-ppc005-20&category_slug=marco-2020-pdf&Itemid=30192). Acesso em: 10 nov. 2020.

CANGUILHEM, Georges. Conceito Vulgar e questão filosófica. *In: Escritos sobre a medicina*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2005. p. 35-48.

CANGUILHEM, Georges. **O normal e o patológico**. 6. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2009.

CARLOTTO, Mary Sandra. Burnout e o trabalho docente: considerações sobre a intervenção. **Revista Eletrônica InterAção Psy**, ano 1, n. 1, p. 12-18, ago. 2003. Disponível em: <https://gepeb.files.wordpress.com/2011/12/burnout-e-trabdocente.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2019.

DEJOURS, Christophe. A carga psíquica do trabalho. *In: BETIOL, Maria Irene Stocco (org.). Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. São Paulo: Atlas, 1994.

FERGUSON, Marylin. **A conspiração aquariana**. Tradução: Carlos Evaristo M. Costa; prefácio de Max Lerner. 7. ed. Rio de Janeiro: Record, 1992.

GAULEJAC, Vincent. **Gestão como doença social: ideologia, poder gerencialista e fragmentação social**. Aparecida, SP: Ideias & Letras, 2007.

PIMENTA, Selma Garrido. Formação de professores: identidade e saberes da docência. *In: PIMENTA, Selma Garrido. (org.) Saberes pedagógicos e atividade docente*. São Paulo, Cortez, 1999.

TARDIF, Maurice; LESSARD, Claude. **O trabalho docente: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas**. 9. ed. 3. reimpr. Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.

TARDIF, Maurice; LESSARD, Claude. **Saberes docentes e formação profissional**. 17. ed. 5. reimpr. Petrópolis, RJ: Vozes, 2019.

THIOLLENT, Michel. **Metodologia da pesquisa-ação**. 18. ed. São Paulo: Cortez, 2011.

### ***CRediT Author Statement***

---

**Reconhecimentos:** Agradecimento especial aos profissionais das escolas A e B que aceitaram participar da proposta da pesquisa durante o difícil período da pandemia da Covid-19.

**Financiamento:** Não houve financiamento.

**Conflitos de interesse:** Não há conflitos de interesse.

**Aprovação ética:** Pesquisa autorizada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Oswaldo Cruz – IOC/ FIOCRUZ protocolado com a identificação CAAE: 33694620.4.0000.5248 sob o número de parecer: 4.335.072.

**Disponibilidade de dados e material:** Não aplicável.

**Contribuições dos autores:** O primeiro autor ficou responsável pela organização do referencial teórico, seleção, levantamento e análise dos dados por meio de questionário enviado para os professores sobre o adoecimento mental por situações no ambiente de trabalho, ou seja, a escola. A partir das informações coletadas, propor oficinas pedagógicas a fim de tornar o local de trabalho mais acolhedor, dialógico e saudável. Coube também, adequação do texto aos critérios adotados pela Revista. O segundo autor ficou responsável pela organização do referencial teórico, cooperação na elaboração do instrumento de coleta de dados, leitura e correção do artigo.

---

**Processamento e editoração: Editora Ibero-Americana de Educação.**  
Revisão, versão e tradução.

