



Impactos das Condições de Trabalho na Saúde dos Professores em uma Escola Pública de Paranaíta - MT

Alice Brito de Souza¹; Marilaine de Castro Pereira Marques²; Eunice Brito de Souza³; Sidney da Silva Chaves⁴; Aparecida Pacheco Gabriel⁵; Marlize Reffatti Zinelli Vizzer⁶

Resumo: O mal-estar docente é caracterizado pelo adoecimento de professores, como resultado do caráter negativo de elementos que afetam suas personalidades no ambiente de trabalho. A presente investigação teve por objetivo geral pesquisar como os professores do 6º ao 9º ano de uma Escola Pública no município de Paranaíta, estado de Mato Grosso, concebem suas condições de trabalho e o impacto destas na própria saúde. Desenvolveu-se a pesquisa no período de fevereiro a novembro de 2018. Utilizou-se os métodos indutivo, descritivo e de campo, sendo a coleta de dados realizada por questionário. Todos os professores abordados afirmaram que a formação continuada da escola era de relevância e um deles destacou que esta não contempla questões correlatas aos anos finais do Ensino Fundamental. Dois dos pesquisados declararam que choram muito e que se medicam para continuarem trabalhando. Três dos pesquisados sabiam o que é mal-estar docente e o associou a sintomas manifestados na saúde de ambos, tais como limitações da voz, dores de cabeça, ansiedade e depressão. Uma gestão democrática, solidária e sensível gerencia conflitos e percebe quando os professores estão precisando de apoio pedagógico e ajuda médica, de forma a diminuir as pressões no ambiente de trabalho. Os resultados dessa pesquisa poderão ser de relevância para fortalecer o movimento de alerta sobre o mal-estar docente, uma síndrome que acarreta prejuízos aos docentes, alunos, ao sistema de ensino e a sociedade.

Palavras-chave: Mal-estar docente. Saúde. Valorização profissional.

Impacts of Working Conditions on Teachers' Health in a Public School in Paranaíta - MT

Abstract: Teacher malaise is characterized by the illness of teachers, as a result of the negative character of elements that affect their personalities in the work environment. the present investigation aimed to investigate how teachers from the 6th to 9th grade of a public school in the city of Paranaíta, mato grosso, conceive their working conditions and their impact on their own health. the research was carried out from february to november 2018. inductive, descriptive and field methods were used, with data collection performed by questionnaire. all of the

¹ Graduada em Pedagogia pela Faculdade de Alta Floresta (FAF). E-mail: alicebritodesouza@hotmail.com;

² Licenciada em Ciências Biológicas; Especialista em Psicopedagogia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ); Mestre em Educação pela Universidade Federal de Mato Grosso-UFMT; Doutoranda em Ambiente e Desenvolvimento pela Universidade do Vale do Taquari (UNIVATES); Professora da Faculdade de Alta Floresta (FAF) e da Faculdade de Direito de Alta Floresta (FADAF); Professora da Escola Estadual Dom Bosco e Escola Estadual Militar do Corpo de Bombeiro Dom Pedro II, Alta Florestas-MT. E-mail: marilainecasastro@hotmail.com;

³ Graduada em Pedagogia pela Faculdade de Alta Floresta (FAF). E-mail: eunicebritodesouza6@gmail.com;

⁴ Graduado em Letras e em História; Mestrando em Ciências da Educação; Professor da Faculdade de Alta Floresta (FAF) e da Faculdade de Direito de Alta Floresta (FADAF); Professor Efetivo da Rede Estadual de Ensino de Mato Grosso (SEDUC-MT). E-mail: sidneydasilvachaves@gmail.com.br;

⁵ Graduada em Pedagogia pela Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Umuarama (1989). Bacharel em Direito pela FADAF; Mestre em Ensino pela Universidade do Vale do Taquari (UNIVATES); Professora da Faculdade de Alta Floresta (FAF) e da Faculdade de Direito de Alta Floresta (FADAF);

⁶ Graduada em Engenharia Florestal. Doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Ambiente e Desenvolvimento (PPGAD) no Centro Universitário do Vale do Taquari - Univates.

teachers approached stated that the school's continuing education was of relevance and one of them highlighted that it does not include issues related to the final years of elementary school. two of those surveyed stated that they cry a lot and take medication to keep working. Three of the respondents knew what teacher malaise is and associated it with symptoms manifested in their health, such as voice limitations, headaches, anxiety and depression. A democratic, solidary and sensitive management manages conflicts and notices when teachers are in need of pedagogical support and medical help, in order to reduce pressure in the work environment. The results of this research may be relevant to strengthen the alert movement about teacher malaise, a syndrome that causes damage to teachers, students, the education system and society.

Keyword: Teacher malaise. Health. Professional valuation.

Introdução

O mal-estar docente vem atingindo cada vez mais pessoas em diversos setores da atividade humana e os profissionais da educação constituem uma das categorias mais atingidas pelo fenômeno nas últimas décadas. Ao ler artigos sobre esse tema e conhecer profissionais afetados pelo fenômeno, teve-se motivação para delimitar o problema de pesquisa: Como os professores do 6º ao 9º ano de uma Escola pública de Paranaíta concebem as suas condições de trabalho e o impacto destas na própria saúde?

O objetivo geral da investigação foi pesquisar como os professores do 6º ao 9º ano da escola pesquisada concebem as suas condições de trabalho e o impacto destas em sua saúde. Os objetivos específicos foram: investigar as concepções que os professores do 6º ao 9º ano da Escola pública de Paranaíta têm a respeito das suas condições de trabalho oferecidas; compreender se os professores estabelecem relações entre suas condições de trabalho e a própria saúde; levantar possíveis patologias dos professores do 6º ao 9º ano de um Escola Pública de Paranaíta; e apresentar algumas alternativas que possam ser desenvolvidas sem necessidade de grandes aparatos e contribuir com o bem-estar dos professores.

Desenvolveu-se a pesquisa no período de fevereiro a novembro de 2018; para tanto utilizou-se os métodos indutivo, descritivo e de campo; e o instrumento de coleta de dados foi questionário. Segundo Lakatos e Marconi (2010, p. 68) “indução é um processo mental por meio do qual, parte-se de dados particulares, suficientemente constatados para inferir-se na verdade geral ou universal, cujos conteúdos são muito mais amplos do que os das premissas nas quais se basearam”. Ou seja, é muito mais do que as verdades reveladas, é o que ficou oculto e que por algum motivo não foi exposto.

O método de procedimento descritivo de acordo com Gil (2010, p. 27) objetiva a descrição das características de populações, fatos e situações. Por sua vez, a pesquisa de campo

é aquela utilizada com o objetivo de conseguir informações ou conhecimentos acerca de um problema para o qual se procura uma resposta. Para Lakatos e Marconi (2010) refere-se a observações e coletas de dados suficientes para estudar de forma relevante, um determinado problema. Lakatos e Marconi (2010, p.184) também esclarecem que o “questionário é um instrumento de coleta de dados constituído por uma série ordenada de perguntas, que devem ser respondidas por escrito sem a presença do entrevistador”.

A pesquisa em voga seguiu uma abordagem qualitativa segundo Creswell (2010). Para Creswell (2010), na pesquisa qualitativa o ambiente natural é fonte direta de dados; o pesquisador é o principal instrumento de coleta; os dados coletados sob esta abordagem são ricos em descrições, situações e acontecimentos; o processo é mais importante que o produto; o significado que as pessoas dão às coisas e à sua vida são focos de atenção especial pelo pesquisador; e a análise dos dados tende a seguir um processo indutivo. Os resultados da pesquisa foram organizados primando por essa abordagem, na qual cada detalhe, palavra e contradição são muito importantes para indicar uma situação que não foi explicitada, mas que está implícita nas declarações dos sujeitos da pesquisa.

Este trabalho se justifica por se tratar de uma síndrome que tem atingido a vida de vários profissionais da educação nas últimas décadas e acarretado prejuízos aos docentes, alunos, sistema de ensino e para a sociedade em geral. Assim, os resultados dessa pesquisa poderão ser de relevância para fortalecer o movimento de alerta sobre a referida síndrome.

Embasamento Teórico

Nóvoa (1995, p. 2) afirma que: “atualmente as pessoas e as organizações lidam com níveis de mudanças sem precedentes no seu local de trabalho”. A constante evolução pelas quais a sociedade passa, as incertezas quanto ao que está por vir e quando virão exige habilidades, competências nos cenários atuais, para reagir em diversas situações nas quais os profissionais se encontram no cotidiano.

Diante da pressão constante que sofrem para se adaptar e criar uma rotina para desenvolver o processo ensino-aprendizagem, os professores sentem desconforto para enfrentar dificuldades impostas pelas mudanças céleres da atualidade. Cada indivíduo possui maneiras diferentes de reação diante de determinadas situações. Sobre o impacto do exercício profissional na personalidade dos educadores.

Embora a situação a ser enfrentada seja a mesma, cada ser absorve as situações de um jeito muito singular, cada um vai desenvolver em sua carreira os resultados negativos que essas mudanças implicam se não conseguirem absorver de forma positiva e buscar se adaptar as novas exigências (ESTEVE 1999). Os desafios educativos colocados pela sociedade atual e pelo trabalho docente são cada vez mais exigentes. Nos últimos trinta anos, assistiu-se a mudanças sociais profundas que repercutiram comportamentos, estilos de vida, atitudes e valores com impacto na vida escolar e na profissão docente (HERCKERT *et al.* BARROS, OLIVEIRA,2001).

Os desafios atuais impostos podem não trazer os avanços necessários para a educação, se os professores tiverem formação deficiente, alunos desmotivados, dentro de uma realidade pouco qualitativa, onde sobressai o quantitativo, o que compromete a qualidade da formação e dos avanços esperados. Se os professores não tiverem habilidades e competências necessárias para assumir as mudanças com competência e segurança, nem contarem com apoio para se sobressaírem de seus desafios, poderão ser afetados por um estado de mal-estar. Nesse caso, como consequência, sentir-se-ão desvalorizados na profissão, além de ficarem sobrecarregados diante de diversas funções que precisam desenvolver, causando ansiedade em conseguir os resultados esperados, tudo, ainda, ultrajado diante das más condições de trabalho e precária remuneração.

O mal-estar docente é uma doença produzida pela falta de apoio da sociedade aos educadores, tanto no terreno dos objetivos do ensino, como das recompensas materiais e no reconhecimento de status que lhes atribui (ESTEVE, 1999). É notável que existe uma grande desvalorização para com o professor, que um dia foi respeitado na sociedade. As exigências sugam as energias do profissional no desdobramento de suas funções e a sociedade cobra do educador que seja sempre exitoso. Assim, muitas vezes, o resultado é um professor cansado, frustrado e em inúmeros casos afastado da função. “O stress decorrente do trabalho agrava-se frequentemente levando o trabalhador ao absentismo trabalhista e/ou abandono do trabalho, no caso do professor, abandono da docência” (LIPP, 2002, p. 88).

Percebe-se o número crescente de professores que anualmente são afastados de sua função devido ao mal-estar docente, na localidade da pesquisa. Mesmo assim, desenvolvem seus trabalhos nos altos e baixos, independentemente de seu quadro clínico. Atuam numa jornada longa e exaustiva que se estende até sua família, pois, constantemente, levam trabalhos para casa. Tudo isso incide sobre a ação desse profissional em sala de aula, que já vai trabalhar

cansado da extensa jornada, provavelmente, sua função deixará a desejar, não por que ele queira, mas por não ter condição nenhuma de fazê-la melhor (ESTEVE, 1999).

Os professores que passam por essas situações podem tornar-se reféns de suas condições de trabalho, por não conseguirem obter os objetivos desejados e por não dispor de apoio para prevenir ou combater as causas que os levam ao adoecimento. Vários fatores são apontados pelos pesquisadores, que dialogam com Esteve (1999), Codo (1999), Lipp (2002), tais como: baixo salário, aumento exacerbado de função, competitividade, sistema massificado. Esses fatores podem levar a diferente forma de reação, que segundo Esteve (1999), são: depressão, neurose e ansiedade.

No processo de adoecimento, o professor se transforma na figura de um ser que vai se esvaindo no exercer da profissão, um farrapo humano cansado, com aspecto abatido, desenvolvendo crises de ansiedade, choro, medo e angústia, sabe que algo não está bem, mas o professor acometido de tantos sintomas, não consegue identificar qual patologia está enfrentando (LIPP, 2002; ESTEVE, 1999).

Segundo Codo (1999, p. 238), a síndrome de Burnout é entendida como um conceito multidimensional que envolve três componentes: exaustão emocional, despersonalização e falta de envolvimento pessoal no trabalho. O sentimento de desconcerto e insatisfação face aos problemas da prática docente são resultantes da contradição entre a realidade e a imagem ideal que os professores gostariam de realizar. Essa insatisfação gera o desenvolvimento de esquema de inibição, como forma de cortar a implicação com o trabalho que realizam. Em alguns casos, os educadores pedem transferência de escola e de até de cidade como forma de fugir de situações conflituosas. Constantemente, esses profissionais têm o desejo de abandonar a docência e não é raro os casos de absenteísmo como mecanismo para cortar a tensão acumulada, oriundas das emoções negativas de ansiedade, de stress, de depressão, de Burnout e outras emoções que traduzem mal-estar.

Lima e Carvalho (2013) também enfatizam que tal ocorrência está ligada a intensificação do ritmo de trabalho docente, que antes se referia ao ensinar disciplinas e atualmente se ampliou para outras funções como assessoramento psicológico, hábitos de saúde e higiene. Ademais, a falta de autonomia, pouca infraestrutura do ambiente escolar, os conflitos com familiares, alunos e colegas e a baixa remuneração, gera desgaste e sentimento de desprofissionalização.

Por sua vez, Rocha e Fernandes (2008) afirmam que o trabalho docente é muito estressante, pois exige intensa concentração em uma mesma tarefa por um longo período em

ritmo acelerado. Os autores acrescentam que esses profissionais têm uma quantidade enorme de atividades e que antes de terminar uma, já são requisitados para fazerem outras. O tempo que dispõem é insuficiente para realizar tudo que necessitam. Assim, levam trabalho para terminar em casa e ainda enfrentam a falta de colaboração entre os colegas de trabalho, ficando expostos a hostilidades e inexistência de processo democrático. A classe docente está gritando por socorro. É preciso mais investimentos na educação para que os professores tenham melhores condições de trabalho. Apesar da gravidade do mal-estar docente, muitos docentes conseguem reagir se adaptando a esse contexto, desenvolvendo o denominado bem-estar docente.

A noção do bem-estar docente traduz a motivação e a realização do professor em virtude de um conjunto de competências, de resiliência e de estratégias desenvolvida para conseguir fazer face às exigências e dificuldades profissionais ultrapassando-as e melhorando o seu desempenho (JESUS, 2002). Diante disso, o educador necessita de extrema força de vontade para se reerguer de determinadas críticas, exigências e cobranças para se adaptar e sobreviver profissionalmente na carreira, buscando motivação e realização na profissão.

Resultados e Discussão

Os resultados e discussões, ora apresentados, constam de questões correlatas ao perfil dos pesquisados (área de formação, idade, tempo de atuação no magistério e carga horária de trabalho semanal); à formação continuada oferecida pelas escolas onde os professores abordados atuam; às concepções que os pesquisados têm de suas condições de trabalho e dos impactos que estas têm na saúde desses profissionais; aos sintomas de doenças que os pesquisados declararam que têm. Por fim, são apresentadas algumas estratégias simples que as gestões escolares podem desenvolver e/ou aprimorar, para diminuir, bem como evitar as tensões que os professores enfrentam em seus ambientes de trabalho.

Perfil dos Pesquisados

A pesquisa realizada com professores do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental, que atuam em uma Escola Pública no município de Paranaíta, estado de Mato Grosso, a respeito de como esses profissionais concebem o ambiente de trabalho e como percebem o impacto deste

na saúde, inicialmente seria desenvolvida com treze profissionais, contudo, somente seis aceitam colaborar. Constituíram o universo da pesquisa, dois professores e quatro professoras. Um dos professores tinha 24 anos e outro, 46 anos. As professoras estavam com idades de 35(trinta e cinco) anos; 43 (quarenta e três) anos; 50 (cinquenta) anos e 59 (cinquenta nove) anos.

Um dos professores estava em início de carreira, com cinco anos de experiência. Dois deles estavam em estágio mediano de experiência profissional, sendo que um lecionava há onze anos e outro há quatorze. A professora de 50 (cinquenta) anos tinha 18 anos de experiência e a de 59 (cinquenta nove) anos atuava há quarenta e dois anos.

Um dos professores lecionava a disciplina de Matemática e o outro a disciplina de Ciências, sendo ambos habilitados pela Faculdade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT). O de Matemática se habilitou na modalidade parceladas e o de Ciências, pela modalidade regular. Três das professoras pesquisadas se habilitaram em Letras e uma em Geografia. Duas das professoras de Letras estudaram na Faculdade de Alta Floresta (FAF), pela modalidade regular e uma estudou na Universidade de Mato Grosso (UNEMAT) em Alta Floresta – MT, pela modalidade de parceladas. Por sua vez, a Professora de Geografia se habilitou na Faculdade Estadual de Ciências e Letras de Campo Mourão - PR.

Os profissionais pesquisados estavam em períodos distintos da carreira docente e atuando nas áreas de Matemática, Ciências Naturais, Ciências Humanas e de Linguagem, o que contemplou as quatro áreas do conhecimento do currículo escolar e possibilitou comparar concepções dos que estavam iniciando a carreira com os que já estavam em final desta. Ademais, também se teve a oportunidade de estabelecer comparação de profissionais de áreas distintas do conhecimento, o que será abordado posteriormente.

A carga horária de trabalho dos pesquisados oscilava de 30 (trinta) a 60 (sessenta) horas semanais, distribuídas em mais de um turno e mais de uma escola. Dois dos professores trabalhava em sala de aula, 20 (vinte) horas no período matutino e 10 (dez) horas no período vespertino. Não foi informado se tinham hora atividade pedagógicas remuneradas, mas independentemente de remuneração, o professor precisa realizar todas as ações referentes ao trabalho docente, que inclui planejar aulas, atender alunos com dificuldade de aprendizagem fora do horário de aula, participar de formação continuada, atender pais de alunos, participar de reuniões pedagógicas e administrativas, bem como de outras questões do cotidiano escolar.

Dois dos pesquisados trabalhavam 20 (vinte) horas em sala de aula e dez horas atividades remuneradas para realizar as diversas ações da profissão docente. Esses foram os

únicos da pesquisa que afirmaram trabalhar em sala de aula somente um período. A qualidade de vida de professores que trabalham essa carga horária é melhor que a de um profissional que trabalha até 60 (sessenta) horas por semana.

Entende-se que nem sempre ocorre uma relação proporcional entre as condições de trabalho do professor e os resultados de seu trabalho, contudo, considerando as exigências da educação e as possibilidades de realização física e mental dos profissionais que atuam diretamente com pessoas, essa carga horária seria um teto que os docentes não deveriam ultrapassar. Destaca-se ainda que não se pretende dizer que o fato de um professor trabalhar 30 (trinta) horas por semana, possa ser o único fator a ser considerado na promoção de uma educação de qualidade social. Também não se desconsidera todas as contradições que envolvem a carreira dos professores, mas que em termos de carga horária, nenhum professor deveria trabalhar as 30 (trinta) horas.

Um dos professores trabalhava 37 (trinta e sete) horas em sala de aula, o que certamente exigia desse profissional trabalhar para além do período vespertino para cumprir com suas obrigações de docente, que foram supracitadas. Um professor que trabalhava 60 (sessenta) horas, distribuídas em três escolas, uma municipal e duas estaduais, foi o caso mais crítico encontrado na pesquisa. Pelo histórico, ele deveria ser um verdadeiro artista para gerenciar todas as suas tarefas dentro e fora da sala de aula. Será que esse profissional tinha tempo para descansar ao menos nos finais de semana e feriados? Como estaria sua saúde? Essas perguntas não foram respondidas pela pesquisa, visto que a coleta de dados por meio de questionário tem suas possibilidades de trazer revelações importantes, mas também traz suas limitações informativas. Por isso, fica espaço para desenvolver outros estudos que tragam novos elementos reveladores que podem contribuir para este estudo.

Formação Continuada dos pesquisados

Para que a formação continuada de professores seja relevante, é relevante que seja planejada a partir das necessidades dos estudantes e dos professores, além de estar alinhada às políticas públicas de educação. Conforme esclarece Imbernón (2012), na escola acontece o processo ensino e aprendizagem e toda dinâmica a ele correlato, portanto, a unidade escolar deve ser o *loco* de formação dos professores.

A formação deve trazer questões da realidade escolar, abordando e construindo debates reflexivos sobre o que é preciso melhorar na aprendizagem dos alunos e o que é necessário para

potencializar as aprendizagens apreendidas por eles. A formação de relevância é a que contempla os anseios e as necessidades formativas dos docentes, para que atuem com eficiência nos casos mencionados. As avaliações internas e externas da escola onde os pesquisados atuam indicam que é necessário continuar proporcionando aos educadores, formações que possibilitem reflexões acerca de suas práticas e também a respeito de alternativas que favoreçam o desenvolvimento de habilidades e competências de que os alunos necessitam. Para Nóvoa (1995), a formação continuada é um direito e um dever dos professores, visto que na contemporaneidade as mudanças são céleres, dessa forma, a formação continuada é um imperativo para o exercício docente.

Todos os docentes pesquisados, quando questionados sobre a importância da formação continuada oferecida pela instituição onde trabalham, afirmaram que era muito relevante, pois constituía um tempo destinado a reflexão sobre os desafios cotidianos, o aprimoramento profissional e a troca de experiências entre professores. Afirmaram também que juntos, todos esses aspectos contribuem no processo de mudanças que enfrentam.

Um dos professores, mesmo reconhecendo a importância da formação continuada oferecida pela escola, destacou que sente falta de um direcionamento mais específico para os anos finais do Ensino Fundamental no qual atua. Essa é uma questão que as instituições de ensino precisam se atentar, visto que existe uma parte geral das discussões pedagógicas que interessam a todos os docentes, contudo em cada área e/ou ciclo do Ensino Fundamental, precisa existir uma formação específica, que possa contribuir com as necessidades cotidianas dos professores.

Considerando que a formação continuada da escola não contempla aspectos relevantes para os anos finais do Ensino Fundamental, os professores que não mencionaram essa questão, podem ter sido por receio de suas declarações não ficarem sob sigilo ou porque não viram na oportunidade de falar abertamente sobre o assunto, uma alternativa que pudesse trazer alguma vantagem direta para seus anseios.

Se a expectativa dos professores não é atendida na formação continuada oferecida pela escola, estes passam a não ver sentido na proposta e participar dos estudos simplesmente para obter certificação, para a contagem de pontos que ocorre na atribuição de aulas no início de cada ano. A formação docente não pode se resumir a tal interesse, pois sua função constitutiva é servir para melhorar as práticas pedagógicas e a qualidade da educação.

O discurso de que a formação continuada é perda de tempo não é raro e pode ser ouvido dentro e fora das escolas do município onde ocorreu a pesquisa e também em outros da região,

informação obtida em conversas informais. Alguns são mais discretos; outros falam abertamente que só participam para não se prejudicarem na escola e na contagem de pontos.

Concepções dos pesquisados sobre o ambiente de trabalho

Quanto a realização profissional, ao serem questionados, apenas um professor disse não se sentir realizado na profissão. O profissional que não se realiza na profissão, quando não a abandona fica frustrado e esse sentimento pode levar a outras formas de sentimentos negativos. Esses sentimentos podem contribuir para a fragilização do profissional - tanto no âmbito físico quanto emocional - podendo levá-lo a um estado de mal-estar docente. Dois dos professores pesquisados mesmo se sentindo realizados em lecionar relataram que a grande desvalorização profissional, a falta de educação e interesse dos alunos, já os levaram a pensar em desistir da profissão.

Não se tem a pretensão de afirmar que os profissionais pesquisados tenham algum sintoma de mal-estar docente, muito menos emitir diagnóstico, pois essa prática requer profissional habilitado para esse fim, mas pretende-se ressaltar que algumas das questões mencionadas por esses professores são apontadas como causadoras deste fenômeno, conforme destacaram os estudiosos Esteve (1999), Codo (1999) e Lipp (2002). É importante que a categoria fique atenta quanto a esses acontecimentos, visto que cada sujeito reage de uma forma a determinados estímulos. O ato de cuidar e prevenir é sempre melhor que o de remediar, logo, é relevante pontuar que é necessário um olhar atento à diversidade de sujeitos que atuam na área de educação.

Os governantes, a sociedade e as instituições formadoras têm suas parcelas de responsabilidade no processo de dignificar a profissão docente. Contudo, a classe dos professores tem um compromisso ético entre seus pares de reconhecer quando um de seus integrantes pede socorro, seja por palavras e/ou manifestações. Os próprios educadores precisam receber formação que os auxiliem no processo de fortalecer suas resiliências. Essa é uma responsabilidade tanto dos professores, da categoria, das escolas, do poder público e da sociedade como um todo.

Três dos pesquisados disseram que amam lecionar e que em momento algum pensaram em mudar de profissão. Conforme salienta Jesus (2011), a noção do bem-estar docente traduz a motivação e a realização do professor que mantém sua resiliência face às exigências e dificuldades profissionais, ultrapassando-as e melhorando o seu desempenho. Professores que

têm esse perfil tendem a se resguardarem mais diante dos problemas insustentáveis do ambiente escolar. Esses profissionais também precisam de atenção, afinal, seja qual for o potencial de resiliência de uma pessoa, este não é infinito. Somente um dos pesquisados declarou ter resiliência para não se deixar se abater pelos intemperes do contexto escolar.

É preciso tratar o contexto da educação de forma sistêmica, no qual a saúde dos professores é uma das grandes peças do quebra cabeça da qualidade da educação. Não se pode continuar ignorando que a saúde mental dos professores tem relação com a eficiência do trabalho que desenvolve. Esteve (1999), Codo (1999) e Lipp (2002) vêm chamando atenção com suas pesquisas nas últimas décadas, apontando para a urgência de enfrentar o fenômeno intitulado de mal-estar docente que tantos prejuízos trouxe e ainda poderá trazer para a categoria, alunos, sistemas de ensino e sociedade em geral.

Ao discorrer sobre a frequência que tem chorado e se o choro é relacionado a profissão, ocorreu respostas muito diversificadas. Dois dos pesquisados afirmaram que choram muitas vezes e que até se medicam para controlar e conseguir continuar trabalhando; outro pesquisado destacou que nunca chorou; dois deles responderam que choram porque não encontra apoio nos pares, para melhor desenvolvimento de seu trabalho e para lidar com a indisciplina dos alunos. Também teve o relato de um professor que chorava muito no início da carreira, mas que há oito anos superou pois entendeu que os prós e os contras fazem parte da profissão.

Sobre afastamento devido a atestado médico, dois relataram nunca ter se afastado, um se afastou devido a um acidente e os outros três se afastaram para tratamento de saúde, mas por poucos dias. Não informaram quanto tempo ficaram afastados. Por se tratar de um número pequeno de pesquisados e pelo estudo ter transcorrido em uma única escola, não se afirma que o percentual de professores que choram por não encontrar apoio para enfrentar a indisciplina dos alunos pode representar a realidade de outras instituições, entretanto, o fato é que a metade dos professores que colaboraram com a pesquisa declararam que estão vivendo uma situação de mal-estar docente. Não se pode tratar a questão como se esta estivesse dentro da normalidade, pois o sofrimento humano não pode ser menosprezado. Sabe-se que a questão da indisciplina é influenciada por vários fatores, contudo estes não serão abordados por não constituírem foco da presente pesquisa.

Sobre o mal-estar docente, três pesquisados não sabiam o que é e nunca ouviram falar; três deles têm conhecimento sobre o problema e até o associaram aos sintomas manifestados em suas saúdes, tais como: limitações da voz, depressão, problemas respiratórios, estresse e dores nos braços. Esses profissionais também afirmaram que tais sintomas foram acarretados

pelo excesso de trabalhos, que se excedem além da sala de aula e também pela falta de comportamento adequado dos alunos. Um professor demonstrou interesse em pesquisar sobre o assunto e outros dois salientaram que, devido aos sintomas de mal-estar que sentem, buscam a Deus, lendo a bíblia para se abastecerem e obterem forças para continuar na profissão.

Pelo exposto, depreende-se que o ser humano tem necessidade de acreditar em algo para além deste mundo. Essa postura traz benefícios para sua saúde. Acredita-se que é uma estratégia para se fortalecer diante dos diversos dilemas da vida. Em se tratando do mal-estar docente, outros subterfúgios precisam ser buscados para manter o equilíbrio físico e mental da pessoa, no caso em estudo, os professores. Melhores condições de trabalho, a remuneração condigna e planos de carreira coerente com a profissão são algumas das medidas de urgência, para contrapor esse cenário vergonhoso, no qual um contingente de profissionais da educação está cada vez mais sofrendo com o fenômeno do mal-estar docente.

Independente de idade, tempo de atuação no magistério e gênero, os pesquisados indicaram com suas respostas que concebem o ambiente de trabalho como um local de muitas tensões. Eles também têm ciência de que o ambiente escolar traz impactos negativos significativos na saúde deles. Foram relacionados pelos pesquisados alguns sintomas de saúde, dentre eles: dores de cabeça e na coluna, ansiedade e depressão. Esses sintomas, segundo os professores estudados, são conseqüências de um processo de adoecimento ocorridos no ambiente de trabalho. Esse resultado não pode ser ignorado ou ser concebido como normal, tanto por uma questão de direitos humanos, quanto pelo fato de ser um ponto nevrálgico para uma educação mais equitativa e justa.

Alternativas de estímulo do bem-estar docente

O conceito de bem-estar docente pode ser traduzido pela motivação e realização do professor, em virtude do conjunto de competências e de estratégias que esse profissional desenvolve para conseguir fazer frente às exigências e dificuldades profissionais, superando-as e otimizando o próprio funcionamento (JESUS *et al*, 2011). Jesus (2002) sugere que o próprio educador pode investir em seu bem-estar, valendo-se de estratégias para superar os desafios do dia a dia e ampliando sua resiliência, ou seja, ampliar capacidade de superação de adversidades.

Dentre as estratégias possíveis para a diminuição do mal-estar docente, destacam-se a valorização da docência e a melhoria da distribuição dos recursos (SCHWARTZMAN e BROCK, 2005). Priorizando os recursos na Educação Básica, seria possível melhorar as

condições de infraestrutura nas escolas públicas, aumentar o salário dos professores, diminuir a carga horária, fazendo com que a profissão volte a ser valorizada. A questão salarial é fundamental para aumentar a qualidade de vida dos professores, uma vez que com salários dignos não precisariam se sobrecarregar com aulas extras, garantindo assim melhor qualidade de vida ao professor e, conseqüentemente, haveria melhora na qualidade da educação.

No que se refere às estratégias que favorecem a promoção de um ambiente mais salubre e agradável ao professor, podem ser aplicadas algumas estratégias que não demandam grande aparatos e recursos adicionais. Por exemplo:

Promover, por intermédio dos agentes responsáveis pela educação, um diálogo direcionado entre os profissionais, para que estes socializem seus desafios e experiências exitosas de práticas pedagógicas e de autoproteção diante dos desafios enfrentados, pode ser um bom começo;

Organizar uma formação continuada adequada às necessidades dos professores pode trazer vantagens, pois ao passo que esta os auxilia na realização de práticas mais exitosas, diminui a tensão desses profissionais; Proporcionar um ambiente de cooperação e respeito às particularidades dos profissionais, transmite segurança, confiança e sentimento de estar acompanhado na realização das tarefas árduas do dia a dia (Em um ambiente de isolamento, onde cada profissional tem que resolver problemas sem contar com o coletivo escolar, o trabalho se torna um fardo muito pesado); Organizar coletivamente os tempos de trabalho e formas de evitar acúmulo de serviço para um determinado período do ano, também ajuda a evitar ansiedade. Essas são algumas medidas simples que não requer grandes investimentos.

Além desses exemplos, uma gestão democrática, solidária e sensível tem mais capacidade para gerenciar conflitos de forma a causar o menor impacto na equipe. Esse tipo de gestão apresenta mais habilidade em perceber quando os professores estão precisando de apoio pedagógico e ajuda médica, e, assim, poderá orientar e encaminhar se for o caso, os profissionais a um especialista que possa tratá-los sem que estes atinjam níveis severos de adoecimentos. Esse modo de gerir a educação, requer parceria com profissionais, como: médicos, psicólogos, assistentes sociais, fisioterapeutas, políticos, poder público, entre outros, todos unidos para pôr em prática uma política de enfrentamento do problema do mal-estar docente, ainda que de forma. O problema está aí, ele precisa ser enfrentado e urgente.

Por outro lado, como já frisado, os professores também precisam se cuidar mais, não esperando situações de doenças se agravarem muito para procurarem ajuda profissional. Buscar momentos de relaxamento e lazer é indispensável para manter a saúde física e mental. Sabe-se

de todas as contradições que envolvem os profissionais da educação e, principalmente, as professoras que ainda têm os serviços domésticos para fazerem depois de um dia extenuante de trabalho. Trata-se de um processo cultural que precisa ser refletido pela categoria e por cada um, a fim de angariar melhor qualidade de vida a esse grupo de docentes.

Iniciativas pequenas, direcionadas para a saúde dos professores servirão de incentivo para outras. Não se pode aguardar que todas as soluções venham dos governantes ou de grandes movimentos sociais. Em uma época em que a classe trabalhadora está perdendo muitos dos seus direitos conquistados a duras penas, a diferença poderá ser realizada de forma solidária, no contexto e no entorno e para além das escolas. Como explicitou Freire (2001) que não basta constatar a realidade, é preciso transformá-la. As fragilidades da profissão precisam ser dirimidas e para tanto, é preciso serem assumidas pela categoria.

Existem muitas outras alternativas que vêm sendo adotadas em diversos lugares do mundo, como terapias ocupacionais, alternância de tempos em que os professores ficam em sala de e em outras funções, diminuir as tensões causadas pela profissão docente, programas de atendimento para ampliar o bem-estar dos professores. Contudo, nesta oportunidade, optou-se por frisar as que podem ser realizadas de forma mais imediata, por serem menos impactantes financeiramente, para que posteriormente sejam propulsoras de alternativas mais sofisticadas.

Considerações Finais

A carga horária de trabalho dos pesquisados oscilava de 30 (trinta) a 60 (sessenta) horas semanais, distribuídas em mais de um turno, sendo que o caso mais crítico foi de um dos pesquisados que tinha suas 60 horas de trabalho semanal distribuídas em três escolas. Todos os pesquisados reconheceram a importância da formação continuada oferecida pela instituição onde trabalhavam. Contudo, um deles, mesmo reconhecendo tal importância, destacou que sentia falta de um direcionamento mais específico para os anos finais do Ensino Fundamental, nos quais atuava.

Quanto à realização profissional, um dos pesquisados destacou que não se sentia realizado profissionalmente e os demais disseram que se sentiam realizados. Entretanto, todos demonstraram descontentamento com os seguintes itens: desvalorização profissional, falta de educação dos alunos, falta de interesse e indisciplina dos mesmos, também apontaram a falta de apoio dos pais. Todos afirmaram que tais fatos já os levaram a pensar em desistir da profissão. Vale ressaltar que dois dos pesquisados disseram que choravam muito e que

precisavam de medicamentos para continuarem trabalhando; três dos pesquisados tinham conhecimento sobre o mal-estar docente e até o associou aos sintomas manifestados na saúde deles, tais como limitações da voz, depressão, problemas respiratórios, ansiedade e estresse.

Os estudos sobre mal-estar docente desenvolvidos por pesquisadores mostram que uma gestão democrática, solidária e sensível pode gerenciar conflitos de forma a causar o menor impacto na equipe e propicia um ambiente mais salubre e agradável. Mostrou ainda que perceber quando os professores estão precisando de apoio pedagógico e ajuda médica ajuda a melhorar sua qualidade de vida e buscar alternativas participativas na comunidade escolar para o enfrentamento dos desafios cotidianos é fator preponderante para amenizar o mal-estar docente. Pelo estudo ressalta-se também ser importante que os próprios professores aprendam a buscar momentos de relaxamento e lazer para manter a saúde física e mental. O fenômeno do mal-estar docente trata-se de um processo cultural que precisa de ações articuladas da escola, dos professores, dos governantes e da comunidade escolar em geral, visto que existem muitos estudos sobre o assunto, porém, ações concretas para contrapor tais situações ainda são escassas. Dessa forma, é necessário outros estudos e movimentos sociais no sentido de ampliar o debate e alardear esse grave problema, que é o mal-estar docente, o qual está cada vez mais assolando professores e educadores Brasil afora.

Referências

- CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.
- CRESWELL, J. W. **Projetos de Pesquisa: Métodos Qualitativos, Quantitativos e Mistos**. Tradução Magda Lopes. 3ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.
- ESTEVE José M. **O mal-estar docente: a sala de aula e saúde dos professores**. Bauru: Educus, 1999.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: Saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 2001.
- Gil, Antônio Carlos, 1946 – **Como elaborar projetos de pesquisa/** Antônio Carlos Gil. – 5. Ed. – São Paulo: Atlas, 2010.
- JESUS, Saul N. *et al.* Avaliação da motivação e do bem/mal-estar dos professores: estudo comparativo entre Brasil e Portugal. *Amazônica - Revista de Psicopedagogia, Psicologia Escolar e Educação*, v.VII, p. 07- 18, 2011.

_____. **Perspectivas para o bem-estar docente**. Porto: ASA Editores, 2002.

Lakatos, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica/** Marina de Andrade Marconi, Eva Maria Lakatos. – 7. Ed. – São Paulo: Atlas, 2010.

LIMA, I. C. dos S; CARVALHO, M. V. C. Os significados e os sentidos do mal-estar docente na voz de uma professora de início de carreira. *Olhar de professor*, Ponta Grossa, v. 16, n. 2, p. 295-312, 2013. Disponível em: Acesso em: 13 mar. 2017.

LIPP, Marilda Novaes (org.). **O stress do professor**. Campinas, SP: Papyrus, 2002.

ROCHA, V. M. da; FERNANDES, M. H. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, n. 57, v.1, p. 23-27, 2008. Disponível em: Acesso em: 09 mar. 2017.

SCHWARTZMAN, Simon; BROCK, Colin (org.). **Os desafios da educação no Brasil**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2005.



Como citar este artigo (Formato ABNT):

SOUZA, Alice Brito de; MARQUES, Marilaine de Castro Pereira; SOUZA, Eunice Brito de; CHAVES, Sidney da Silva; GABRIEL, Aparecida Pacheco; VIZZER, Marlize Reffatti Zinelli. Impactos das Condições de Trabalho na Saúde dos Professores em uma Escola Pública de Paranaíta - MT. **Id on Line Rev.Mult. Psic.**, Julho/2021, vol.15, n.56, p. 693-708, ISSN: 1981-1179.

Recebido: 16/07/2021;
Aceito 28/07/2021.