

ENTRE A SALA DE AULA E O ADOECIMENTO: DESAFIOS E CAMINHOS POSSÍVEIS

Stefanny Farias de Aguiar ¹
Maria Eduarda Alves Bezerra ²
Betânia Maria Oliveira de Amorim ³

RESUMO

A saúde mental dos docentes tem se tornado uma preocupação crescente no contexto escolar, à medida que as demandas intensas e recorrentes da prática pedagógica, a pressão por resultados e o envolvimento com questões sociais dos alunos têm impactado diretamente o bem-estar desse grupo social. O mal-estar docente, frequentemente associado a sobrecarga de trabalho e às múltiplas exigências da prática pedagógica, exige a criação de espaços de escuta e acolhimento. Neste contexto, este relato de experiência apresenta uma ação extensionista desenvolvida com dezesseis docentes de uma Escola Integral Cidadã (ECI) situada em Campina Grande - PB, com o objetivo de verificar as condições de saúde mental desses profissionais considerando os determinantes sociais que os influenciam e os impactos do ambiente escolar, a fim de subsidiar intervenções práticas voltadas ao cuidado com esse grupo. Inicialmente, utilizamos um questionário semiestruturado, como parte de um diagnóstico situacional. Os resultados evidenciaram aspectos como sobrecarga de trabalho, falhas na comunicação entre escola e famílias e os desafios sociais e familiares dos alunos que impactam diretamente a rotina e o estado emocional dos professores. Com base nesse diagnóstico, foram realizadas intervenções com metodologias participativas, como rodas de conversa, a dinâmica da mala invisível e o cuidado secreto, que possibilitaram um espaço de escuta sensível, troca de experiências e reflexões sobre o cotidiano docente. Ao longo das intervenções observamos que os encontros proporcionaram momentos significativos de afastamento da rotina exaustiva, permitindo aos participantes externalizar angústias, compartilhar vivências e fortalecer vínculos entre colegas. Os resultados apontam a importância da continuidade dessas práticas, indicando que ações pontuais são insuficientes para enfrentar os desafios da saúde mental no ambiente escolar. Sendo assim, torna-se essencial que as estratégias de cuidado sejam realizadas de modo contínuo com o intuito de possibilitar espaços de escuta, acolhimento e fortalecimento coletivo.

Palavras-chave: Saúde Mental Docente, Espaços de Cuidado, Metodologias Participativas.

¹ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, stefanny.farias@estudante.ufcg.edu.br;

² Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, maria.e.bezerra@estudante.ufcg.edu.br;

³ Professora orientadora: Doutora em Sociologia pela Universidade Federal da Paraíba, Professora associada da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, coordenadora do NEXUS- Núcleo de Estudos e Pesquisas em Psicologia, Saúde e Sexualidade, betania.maria@professor.ufcg.edu.br.

