A gestão democrática na escola e a saúde mental do professor

Sabrina Mara Worst*
Moises Marques Prsybyciem**

Resumo

O número de professores afastados por questões psicológicas e psiquiátricas tem aumentado nos últimos anos. As discussões sobre o processo de saúde e adoecimento no ambiente escolar são fundamentais. Sabe-se que a qualidade de saúde mental pode ser melhorada quando o trabalhador se sente pertencente ao coletivo no trabalho e encontra ali um espaço que possa compartilhar suas ideias. Assim, este artigo tem objetivo de investigar a relação entre a saúde mental do professor (principais motivos apontados como fonte de adoecimento) e a gestão democrática como possibilidade para um espaço reflexivo e participativo na escola que pode ser produtor de saúde mental. A metodologia utilizada consistiu em uma abordagem qualitativa e uma pesquisa bibliográfica em relação ao seu objeto de investigação. Os resultados mostram que o cansaço, estresse, questões politicas e culturais da organização, insegurança, sobrecarga por questões de gênero, pandemia pela Covid-19 e a falta de reconhecimento são motivos que levam o professor ao adoecimento mental. Por fim traz-se a discussão da necessidade de se pensar sobre a saúde metal dos professores, e que a gestão democrática pode ser um caminho para levar o sujeito a se sentir parte da escola na tomada de decisões e construção coletiva, contruibuindo assim para a saúde na escola.

Palavras-chave: Gestão democrática, Saúde Mental, Professores.

Abstract

The number of teachers on leave due to psychological and psychiatric issues has increased in recent years. Discussions about the health and illness process in the school environment are fundamental. It is known that the quality of mental health can be improved when workers feel like they belong to the collective at work and find a space where they can share their ideas. Thus, this article aims to investigate the relationship between the teacher's mental health (main reasons cited as a source of illness) and democratic management as a possibility for a reflective and participatory space at school that can produce mental health. The methodology used consisted of a qualitative approach and bibliographical research in relation to its object of investigation. The results show that fatigue, stress, political and cultural issues of the organization, insecurity, overload due to gender issues, the Covid-19 pandemic and lack of recognition are reasons that lead teachers to become mentally ill. Finally, there is a discussion of the need to think about the health of teachers, and that democratic management can be a way to make the subject feel part of the school in decision-making and collective construction, thus contributing to the health at school.

Keywords: Democratic management, Mental Health, Teachers.

* Acadêmica do curso de Especialização em Gestão Escolar: Direção, Coordenação e Supervisão Escolar Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), Campus Erechim. Graduação: Bacharel em Psicologia Pela Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, Campus Erechim (2015).
**Orientador- Graduação: Licenciado em Química pela Universidade Estadual de Ponta Grossa (2010), mestre (2015) e doutor (2022) em Ensino de Ciência e Tecnologia pela UTFPR. Professor da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), Campus Erechim.

1 INTRODUÇÃO

O trabalho representa uma parte importante da vida dos seres humanos, ultrapassando o papel de apenas gerador de renda e dando ao sujeito um sentimento de pertencimento. Isso quer dizer que a pessoa passa a ser alguém com uma caracteristica social vinculada ao seu trabalho, como, por exemplo, a Maria recebe uma caracteristica e se torna a professora Maria, a merendeira Maria, a diretora Maria e assim por diante.

Dentro de toda função de trabalho, existem desafios diários que o ser humano enfrenta, estes podem ser potencializadores, quando geram reflexões e são geradores de mudança no sujeito, possibilitando o crescimento da pessoa seja no âmbito pessoal (como indivíduo) ou profissional. Porém, o trabalho também pode ser fonte de adoecimento, quando ocorre em um lugar de estresse, ansiedade e desgaste emocional (Dejours, 2017).

A saúde do trabalhador é garantida na Constituição Federal (BRASIL, 1988), bem como no Artigo nº 6, por meio da Lei Orgânica da Saúde:

> Estão incluídas ainda no campo de atuação do Sistema Único de Saúde (SUS): (…) c) de saúde do trabalhador (…) § 3º Entende-se por saúde do trabalhador, para fins desta lei, um conjunto de atividades que se destina, através das ações de vigilância epidemiológica e vigilância sanitária, à promoção e proteção da saúde dos trabalhadores, assim como visa à recuperação reabilitação da saúde dos trabalhadores submetidos aos riscos e agravos advindos das condições de trabalho (…) (Brasil, 1990, p. 169).

Conforme Bittencourt, Belome e Merlo (2014), o adoecimento do trabalhador ainda tem a visão dos agravos a saúde física, a conquista do profissional "médico do trabalho" é uma prova disto. Embora crescente o adoecimento mental do trabalhador, ainda é pouco discutido e tem pouco visibilidade, uma vez que num contexto capitalista a produtividade e o trabalho são vistos como algo positivo e o adoecimento como fraqueza individual e não como o resultado de um contexto de adoecimento.

Este trabalho buscou focar em um grupo específico que são os professores. A importância da classe docente para formação de sujeitos pensantes, reflexivos e questionadores é inegável, mas junto a profissão temos as condições de trabalho destes sujeitos que acaba envolvendo diversos dificultadores que podem levar ao adoecimento físico e mental.

Quando se olha para o trabalhador da educação no Brasil, tem-se a dimensão da complexidade que é o trabalho na escola, seja em sala de aula, na direção, na

coordenação e outros lugares que este ambiente possibilita, pois é necessário lidar com as mais diferentes situações e conflitos que envolvem a vida biopsicossocial do ser humano e estas condições podem afetar diretamente o trabalho e, consequentemente, o trabalhador professor.

Retomamos que o trabalho pode ser um mobilizador de crescimento ou adoecimento; uma fonte de prazer ou sofrimento (Dejours, 2017). O sofrimento mental é uma das crescentes causas de afastamento de diversos trabalhadores, incluindo o afastamentos de professores (Santos, Silva; Belmonte, 2021).

Assim, seja pela pouca valorização da classe de professores, pela situação de vulnerabilidade que muitos professores presenciam ou o próprio sucateamento das instituições, o mal estar na profissão tem aumentado (Souza; Rozemberg, 2013). Tendo em mente os desafios do ser professor e da importância do trabalho na vida do sujeito, se faz necessário refletir sobre a atual situação de saúde mental dos docentes nos últimos anos (perpassando a recente pandemia de Covid-19 e o ensino remoto), o retorno as atividades presenciais e como todo este cenário ainda está repercutindo na saúde mental dos professores.

Moreira e Rodrigues (2018) pontuam em pesquisa realizada na região metropolitana de Porto Alegre/RS, que 50% dos afastamentos se deram em decorrência de transtornos mentais. Nesta mesma linha, Santana e Neves (2017), apontam que a saúde do trabalhador público no âmbito escolar tem ganhado espaço nas discussões acadêmicas, porém, ainda não é assunto tratado pelo poder público ou não tem divulgação dos trabalhos realizados. No que concerne os afastamentos de trabalho as questões de saúde mental se mostraram, em algumas situações, como sendo um grande indicador de afastamentos.

Tendo em vista todo este panorama, um processo de gestão democrática na escola pode ajudar na produção da saúde metal dos professores, uma vez que proporciona uma escola com mais sentido (sentimento de pertencimento do professor), participativa e construída no coletivo. Este artigo tem objetivo de investigar a relação, “saúde mental do professor” (principais motivos apontados como fonte de adoecimento), e a gestão democrática como possibilidade de criação de espaço reflexivo e participativo na escola que pode ser potencializador de saúde mental.

2- ASPECTOS METODOLÓGICOS

Em relação a metodologia, optou-se em realizar uma pesquisa bibliográfica e pela abordagem qualitativa, possibilitando, assim, identificar lacunas e oportunidades em relação a gestão democrática como produtora de saúde metal do professor. Para Minayo (2002), uma pesquisa qualitativa se preocupa em responder e analisar questões particulares que não podem ser mensuradas em quantificação. Ludke (1986) pontua ainda que a pesquisa qualitativa abrange os significados que os sujeitos dão as coisas ou situações, os dados serão mais descritivos e a análise de dados mais indutivos.

Na primeira etapa, buscou-se trabalhos na base de dados da *Scielo* no período de 2019-2023 e no filtro coleção utilizou-se "Brasil" idioma "Português". Para pesquisa, utilizou-se os descritores saúde metal do professor (9 publicações); saúde mental docente (19 publicações) Gestão democrática AND saúde mental professor (0 publicações); e, Gestão democrática AND saúde mental docente (0 publlicações), totalizando 28 trabalhos.

Na sequência, realizou-se uma leitura flutuante e 19 trabalhos foram exluídos, pois não abordavam a temática saúde metal do professor e 2 eram repetidos. É importante destacar que nenhum destes trabalhos discutiram sobre gestão democrática, bem como sua articulação com a saúde mental . Os trabalhos escolhidos foram codificados de 1 a 7, conforme Quadro 1.

Quadro 1 . Publicações escolhidas como *corpus* para anáise

Código	Título	Autores	Ano
1	Saúde Mental, Adoecimento e Trabalho Docente	Silva, J. C; Leal, L. T. A; Schmidt, S; Fuhr, M. S; Saraiva, E. S.	2023
2	Sindrome de Burn-out: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário	Ferreira, E. C. Pezuk, J.A.	2021
3	Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19.	Pinho, P, S. et al.	2021

4	Violência contra professores da rede pública e esgotamento profissional.	Simões, E. C. Cardoso, M. R. A.	2022
5	O ensino remoto durante a pandemia de COVID-19: repercussões sob o olhar docente.	Winters, J. R. F. Nogueira, D. R. Heidemann, I.T.S.B. et al.	2023
6	COVID19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários.	Santos, G.M.R.F. Silva, M. E. Belmonte,B. R.	2021
7	Estresse ocupacional, saúde mental e gênero entre docentes do ensino superior: revisão integrativa.	Pinho, P.S. Et al.	2023

Fonte: elaborado pelos autores (2024)

Da análise das publicações emergiram alguns motivos apontados como geradores do adoecimento do professor: Cansaço/Carga horária de trabalho excessiva, estresse, insegurança (física/emocional), política e cultura organizacional, pandemia, sobrecarga por questões de gênero e falta de reconhecimento. Tais motivos foram agrupados no tópico de análise saude mental e adoecimento do professor. Na segunda etapa, com base na literatura e na necessidade de disussões, aponta-se a possibilidade do processo de gestão democrática ajudar na produção de saúde mental do professor.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

3.1- SAÚDE MENTAL E ADOECIMENTO DO PROFESSOR

Os afastamentos dos professores por questões de saúde mental ainda não tem levantamentos epidemiológicos específicos e bem delineados que possam nos clarear em dados quantitativos os motivos dos afastamentos e adoecimento mental docente. De forma qualitativa temos alguns estudos que vão nos dando algumas pistas das situações que levam ao adoecimento. Assim, ao analisarmos os 7 artigos encontrados, conforme metologia já exposta, durante a leitura e análise, foram encontradas 7 motivos que são apontadas como causas de adoecimento do docente, como mostra o Gráfico 1:

Gráfico 1-Motivos do adoecimento do professor

Fonte: elaborado pelos autores (2024)

Como é possível verificar, alguns motivos acabam tendo maior destaque e aparecendo nos 7 artigos analisados como o cansaço e carga horária de trabalho excessiva e o estresse, a questão relacionada a política e cultura organizacional foi apontada em 5 dos artigos e apareceram em 4 artigos as questões ligadas a insegurança e sobrecarga por questões de gênero, a pandemia de COVID-19 e a falta de reconhecimento profissional também são citados como fonte de adoecimento . A seguir discutiremos brevemente cada um dos itens e como foram apresentados nos artigos analisados.

Motivo 1- Cansaço/ Carga horária de trabalho excessiva

Se olharmos para a saúde do professor, dentre muitas questões, a baixa valorização do profissional, o trabalho repetitivo, a sobrecarga de trabalho, a invasão do trabalho na hora do descanso tem gerando esgotamento emocional (Ferreira; Pezuk, 2021; Santos, Silva; Belmonte, 2021).

Motivo 2- Estresse

Todos os artigos acabam apontando para os sintomas de estresse, Santos, Silva e Belmonte (2021) destacam que o profissional docente tem duas vezes mais chance de desenvolver ansiedade, depressão e estresse quando comparado a outras categorias profissionais e que os professores também acabam ocupando o segundo lugar na

categoria das doenças ocupacionais no país.

Situações de desmotivação e esgotamento são encontradas com frequencia nestes trabalhadores (Silva; Leal; Schmidt, et al, 2023). Também sintomas como dificuldade para dormir, irritabilidade, ansiedade são pontuados e tiveram aumento no periodo de pandemia (Santos; Silva; Belmonte, 2021).

Motivo 3- Política e cultura organizacional

Simões e Cardoso (2022), pontuam que a exaustão e adoecimento do profissional docente são claros e cada vez mais presentes, é inegavel que as condições institucionais e relacionais são fatores importantes a serem considerados. Ferreira e Pezuk (2021), pontuam que a cultura estabalecida na instituição também muitas vezes pode acabar gerando desconforto, desanimo e levando ao adoecimento. Seja pelo receio de demissão por não atender as demandas da instituição (Pinho et al, 2021), ou ainda pela falta de apoio e segurança por parte da escola e gestão (Simões; Cardoso, 2022).

Motivo 4- Insegurança (física e emocional)

A insegurança e o medo são cotidianos no contexto escolar e também levam ao adoecimento. As agressões físicas e verbais aparecem como importante questão, demostrando que a insegurança do docente em sala de aula leva ao medo, desconforto e adoecimento profissional (Simões; Cardoso, 2022). O medo também aparece relacionado a questão da perda do emprego principalmento no contexto de pandemia (Pinho et al, 2021).

Motivo 5- Sobrecarga por questões de gênero

Neste cenário da Covid-19 onde com o ensino remoto, a sobrecarga de trabalho e insegurança quanto a saúde aumentou, os casos de adoecimento mental do docente cresceram, principalmente das professoras devido a sobrecarga que as mulheres experimentaram em ter de dar conta de seu trabalho e mais cuidados da casa e família. A impossição de uma nova forma de ensinar trouxe inúmeros desafios e inseguranças, tendo o professor que se adaptar a essa nova realidade. Problemas relacionados ao sono e ansiedade foram relatados, bem como sobrecarga de trabalho. A pouca condição de espaço físico para fazer o trabalho de forma adequada também demarca um desafio enfrentado no período (Pinho et al, 2021; Winters; Nogueira; Heidemann, 2023). Apontado também por Pinho et al (2023), que a necessidade de

conciliar todos os âmbitos da vida acabam levando as mulheres apresentaram maior insatisfação e maior índice de adoecimento mental.

Motivo 6- Pandemia

A questão da pandemia é citada fonte de adoecimento mental ao passo que os professores experimentaram dificuldades em poder fazer suas aulas de forma adequada. A sobrecarga de trabalho aumentou ainda mais no periodo e a diversidade de trabalho exigida acabaram gerando ansiedade e preocupação nos docentes (Santos; Silva; Belmonte, 2021).

Motivo 7- Falta de reconhecimento

Em um estudo realizado com professores de escolas do interior do Rio grande do Sul, constatou-se que os professores se mostram comprometidos com seu trabalho e conhecem sua importância como educadores porém, não se sentem reconhecidos no seu contexto laboral. Junto da pouca valorização o cansaço emocional, estresse e sobrecarga foram citados como pontos negativos pelos docentes, gerando frustração e insegurança no espaço de trabalho (Silva; Leal; Schmidt; et al, 2023).

O processo de adoecimento mental do professor é perceptível no cotidiano escolar e marcado nas pesquisas e levantamentos realizados. Em relação os motivos, que levam a perda da saúde, são inúmeros e vão variar conforme a realidade de cada professor. Embora a discussão seja ampla, é importante olhar para as temáticas que se repetem em diversos contextos escolares nos mais diferentes locais do País, com diferentes grupos de professores, onde o próprio sistema de educação é trazido como pauta.

Para Souza e Rozemberg (2013), o sistema de ensino/ educação tem passado por um grande sucateamento o que acaba prejudicando todo o contexto da escola. A saúde do trabalhador da educação têm demonstrado necessidade de cuidados específicos, porém dentro de uma realidade onde muitas escolas não conseguem manter o básico por falta de verba ou incentivos, a saúde do trabalhador fica em segundo plano, pois exitem demandas emergentes no dia a dia que precisam de atenção.

Dejours (1992), ainda traz a questão que o sofrimento do trabalhador vem do sentimento de despersonalização, sentir-se inútil pela desqualificação e não ver finalidade de seu trabalho. Aqui a desqualificação se refere-se ao sentir-se sem valor, seja pela sua remuneração baixa e não equivalente ao seu trabalho ou ainda do valor

social que é atribuído ao seu trabalho, a sua importância e contribuição para o mundo.

As condições de trabalho que muitas vezes os educadores são expostos acabam gerando adoecimento e pouco se busca resolver no coletivo, ou em muitos casos não se tem condições ambientais, de horário ou suporte para que os docentes possam conversar. Assim, frente a um quadro de adoecimento, a busca normalmente é por atendimentos individuais e número de afastamentos por licença médica aumenta. As equipes experimentam condições parecidas de trabalho e adoecimento, mas são engolidades pelo próprio sistema, não possuem uma proximidade para tornar a demanda algo do coletivo. Então, as formas de lidar individualmente com as situações, por vezes, reforça a dificuldade e a torna institucional (Souza; Rozemberg, 2013).

Além dos desafios já existentes não podemos desconsider as questões de trabalho, relacionamento e novas formas de fazer educação durante o periodo de pandemia de Covid-19 que trouxe inumeras mudanças.

Com a pandemia de Covid-19 em 2020 e 2021, a necessidade do *home office* e todas as demandas de vida, família, cotidiano além do medo sobre a própria Covid-19, geraram grande impacto na saúde mental dos professores que passaram a apresentar questões de ansiedade, depressão, estresse, acentuadas neste período (Santos; Caldas; Silva, 2022). Além das questões de adoecimento, com o ensino remoto durante a pandemia, professores tiveram de aprender a lidar com novas tecnologias, a sobrecarga de trabalho, a invasão do trabalho no ambiente privado e de descanso que acabou gerando jornadas de trabalho intermináveis, desgaste com a necessidade de responder a todas mensagens e demandas de pais e alunos, bem como condições extremamente desfavoráveis para execução do trabalho (Saviani; Galvão, 2021).

Com o controle da pandemia e retorno a escola os professores vivenciaram diversas situações seja no âmbito de readpatação, manejo do aluno em sala de aula e ainda a necessidade de retomada de conteúdos que nem todos tiveram acesso ou aproveitamento durante o ensino remoto. Na perspectiva do retorno à escola pós pandemia Cruz, Rocha, Andreoni e Pesca (2020), salientam que ao analisar a questão de saúde mental dos professores, percebe-se que o medo, a incerteza e ansiedade em relação ao retorno as aulas foram tópicos comuns e que também sinalizam os impactos e possível adoecimento pós processo de distanciamento social e retorno ao ambiente escolar.

A saúde mental do trabalhador, as questões de gestão e de construção coletiva interferem diretamente no processo de saúde ou adoecimento. O grande desafio é poder

transformar o mesmo trabalho que está sendo fonte de sofrimento e adoecimento em ações e mecanismos de produção de saúde. Tornar o trabalho fluido e a tomada de decisões compartilhadas, pode ser um dos potencializadores, fazer parte da construção pode ajudar o trabalhador sentir-se reconhecido nas suas necessidades (Matos, 2022).

Dejours (2017), ao falar sobre o trabalho traz pontos fundamentais para compreensão das relações de saúde e trabalho. Inicialmente, precisa-se compreender que há uma diferença entre o trabalho prescrito (aquele normativo e descritivo) e o trabalho real (aquele que acontece no dia a dia). E é nesta distância entre o prescrito e o real que o sofrimento acontece. O sofrimento por sua vez pode ser patológico ou criativo, dependendo o direcionamento que é dada para determinada situação. O aspecto de transformar o sofrimento em algo criativo acontece quando o trabalhador encontra espaço para ponderar e criar, tornando a discrepância do seu trabalho em possibilidade de melhorar o ambiente e o fazer do trabalho. Por outro lado, quando o sofrimento aparece e toma forma patológica é porque não há espaço de diálogo e construção de novas possibilidades, as tensões se tornam sintomas e os sintomas adoecimento.

Frente às exigências do trabalho, o trabalhador cria estratégias defensivas subjetivas que podem acontecem de forma individual ou coletiva. Quando ocorre de forma individual há uma adaptação ao sofrimento e não se constrói um espaço para uma alteração do ambiente de trabalho. Já quando a estratégia é coletiva, a tendência é que se faça uma mobilização em prol da mudança, criando formas de enfrentar a dificuldade e o que está causando sofrimento, bem como pensar em conjunto novas formas de fazer (Dejours, 2017).

Dentro da necessidade de um fazer diferenciado na escola, que seja construído no coletivo possibilitando maior saúde para o professor, traz-se uma possibilidade de repensar a forma de gestão na escola com a gestão democrática.

3.2 GESTÃO DEMOCRÁTICA COMO POSSIBILIDADE PRODUTORA DE SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR

Frente aos aspectos apontados como geradores de adoecimento do professor, pensar formas de criar espaços de saúde dentro da escola é um grande desafio. Tomando os aspectos como política e cultura da organização, a falta de reconhecimento, insegurança, são fatores que levam ao estresse e a sobrecarga (emocional e de trabalho).

Ao pensar em estratégias que possam auxiliar de forma direita ou indireta na melhora destes aspectos trago a gestão democrática na escola como possibilidade produtora de saúde.

A pauta de gestão democrática tem ganhado destaque nos últimos anos, embora não seja algo novo, já apresentada na Constituição de 1988, no Artigo nº 206, o qual pontua sobre os princípios em que o ensino será preconizado: *"VI – gestão democrática do ensino público, na forma da lei" (BRASIL, 1988)*.

A caracterização da gestão democrática irá perpassar os aspectos da constituição e terá como objetivos a transparencia, o trabalho como coletivo, autonomia e impessoalidade que trará para o social o fortalecimento de cidadãos democráticos. A gestão democrática é vista como uma administração concreta pois tem este espaço (escola) como local democrático e gerador do cidadão (Cury, 2007).

O processo de gestão na escola é parte crucial para determinar a identidade daquele espaço. Prado (2000), diz que a escola precisa ser espaço colaborativo de gestão e não se tornar um campo de tensões entre seus atores. Retomar a finalidade da escola, entender para quem é a escola e quem faz a escola é fundamental para se poder iniciar um processo de gerir de forma colaborativa.

Paro (2012), traz que a gestão na escola precisa ser de todos e salienta a importância da participação dos pais, alunos, funcionários, professores e dos membros da comunidade na gestão para que essa se faça realmente democrática, mas para que isso ocorra tem um longo caminho a percorrer no sentido de engajar pais, alunos, professores a realmente se sentirem parte importante da escola. Quanto ao corpo docente é importante a sensibilização para possam participar e aceitar a participação dos pais nas decisões da escola, possibilitando que este espaço seja um espaço de acolhimento e cidadania. A gestão compartilhada, também é aprendizado para que faz parte da comunidade escolar, pois, muitas vezes, é o primeiro contato ou possibilidade de experimentar-se num modelo não autoritário que muitos cresceram, possibilitando também a resignificação deste espaço.

A gestão democrática além de constar na Constituição, é trazida constantemente como meta dentro do planejamento de educação do País, o Ministério da Educação (2014) em cartilha explicativa das 20 metas do Plano Nacional de Educação (2014/2024), tem a Gestão Democrática como um dos objetivos, buscando

salientar a importância e condições para assegurar a efetivação da mesma. O objetivo da meta 19 diz da decentralização da gestão e a inserção da comunidade escolar na tomada de decisões, assim, desenvolvendo o planejamento e a execução com participação de alunos, pais, funcionários, comunidade e professores. No texto salienta que:

> A gestão democrática da educação deve ser capaz de envolver os sistemas e as instituições educativas e de considerar os níveis de ensino, as etapas e as modalidades, bem como as instâncias e mecanismos de participação coletiva. Para tanto, exige a definição de conceitos como autonomia, democratização, descentralização, qualidade e propriamente a participação, conceitos esses que devem ser debatidos coletivamente para aprofundar a compreensão e gerar maior legitimidade e concretude no cotidiano (Ministério da educação, 2014, p. 59).

A construção da gestão democrática no cotidiano abre espaço para o diálogo no território escolar, se por um lado temos o desafio da descentralização do poder, por outro lado temos a potencialização da construção coletiva. E como pontua o Ministério da Educação (2014), a gestão democrática não tem uma função em si mesma, mas objetiva a possibilidade de ampliação e fortalecimento da participação do corpo escolar. Destacamos aqui duas estratégias importantes nesta perspectiva:

> [...] a construção coletiva dos projetos político-pedagógicos, currículos escolares, planos de gestão escolar e regimentos escolares participativos (Estratégia 19.6); e a efetivação de processos de autonomia pedagógica, administrativa e de gestão financeira (Estratégia 19.7) (Ministério da educação, 2014, p. 60).

A gestão democrática se mostra como importante mecanismo de garantia da cidadania e garantia da manutenção do acesso e permanencia na educação construindo a escola como espaço democrático. Criando este espaço de compartilhamento o sujeito passa a se sentir parte importante das decisões e também se mune junto do coletivo a cobrar seus direito, aqui temos a gestão democratica como possibilidade de fortalecimento dos sujeitos no seu coletivo e criadora de espaços de potencialização de saúde mental.

Conforme Dejours (2017), no coletivo temos a possibilidade de construção de estratégias de enfrentamento para uma melhora na saúde mental. Já para Prado (2000), na gestão democrática podemos ter este espaço de exercício do diálogo e da construção de um trabalho colaborativo e consequentemente uma escola melhor.

Quando uma escola baseia sua gestão na colaboração, e são lideradas de forma dinâmica e sem arrogância, geram o bem-estar e desenvolvimento emocional dos

membros participantes, pois todos se sentem pertencentes e orgulhosos de fazer parte daquela comunidade. Se sentir parte da escola gera prazer ao trabalhador em sair de sua casa e ir para seu trabalho, o ambiente gera auto-estima e segurança. O papel do gestor é poder apoiar a criação deste espaço, sabendo que o processo é de contrução contínua, o foco no aprimoramento individual e coletivo é permanente e contagiante, sendo que se o professor, o funcionário, e direção, coordenação se sentem assim o aluno se sentirá, os pais e todos os atores da comunidade escolar (Gikovate, 2001).

Dentre os muitos fatores que podem auxiliar na produção e na manutenção da saúde mental no trabalho, o compartilhamento das demandas e dificuldades no coletivo tem se mostrado importante.

Simões e Cardoso (2022) pontuam que a falta de reconhecimento da profissão, salários abaixo da média de outros países e o sucateamento da educação são fatores que precisam ser observados e levados em conta quando falamos em criar um espaço mais digno para este trabalhador. Compreender que estas questões não são individuais mas de um coletivo que vem em processo de adoecimento. Ações direcionadas ao apoio da administração escolar, um salário digno e espaço para aperfeiçoamento, bem como melhor manejo de conflitos e novas possibilidades de pensar a estrutura da escola podem ser topicos importantes para a melhoria da saúde mental do professor, bem como de todo corpo escolar.

4-CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em linhas gerais temos dentro dos artigos analisados algumas temáticas que são corriqueiras quando o assunto é saúde mental do docente. A carga horária exagerada, cansaço, estresse, insegurança (física e emocional), dificuldades relacionais (com a instutuição envolvendo decisões e questões políticas ou dificuldade de relacionamento interpessoal com colegas), e sobrecarga principalmente vivenciada pelas mulheres, são os assuntos mais frequentes encontrados. Frente a tantas demandas é dificil estabelecer prioridades de por onde deve se começar o trabalho de apoio ao docente e muitas vezes caberá a instituição decidir qual sua prioridade.

Observando que as questões de vínculo com a instituição, muitas vezes, trazem insegurança e dificuldades para o trabalhador, uma forma de gestão mais colaborativa e coletiva poderia dar maior segurança e pertencimento aos professores. Também na gestão democrática temos maior proximidade dos atores escolares, podendo, potencializar a

proximidade dos sujeitos melhorando os relacionamentos, podendo, assim, criar vinculos mais próximos, diminuindo o medo e trazendo mais foco ao trabalho do professor, consientizando da sua importância possibilitando maior reconhecimento ao professor. Trago aqui a gestão democrática como uma possibilidade real dentro da instituição, sabendo que os desafios para criação de uma escola como local de produção de saúde perpassa diversos ambitos da vida dos sujeitos, que o caminho é longo, mas que podemos utilizar de recursos e politicas já existentes como ponto de partida para construir uma escola mais salubre para professores, alunos, pais e equipe diretiva.

A escolha em trabalhar a gestão democrática como possibilidade geradora de saúde mental da escola partiu da vivência real, onde um coletivo de professores passaram a relatar ter uma sensação de pertenciamento aquela instituição no momento que passaram a participar das discussões e decisões dos rumos e criação da identidade da escola. A observação descrita fica aqui como relato da experiência vivida e como possível pauta de discussão sobre gestão democrática.

Fica o convite para que dentro das escolas, diretores, coordenadores e mesmo a gestão pública possam pensar em conjunto como criar espaços de produção e manutenção de saúde mental, e que estes espaços podem ocorrer dentro de políticas já existentes, como, por exemplo, o estudo em educação permanente e formação de professores, aplicação na prática da escola e debate sobre a gestão democrática em toda sua amplitude. Tendo em vista que esta também pode propiciar ganhos para a saúde mental do professor que passa por inúmeras dificuldades e adoecimento nos últimos anos.

Neste trabalho abre-se possibilidade de pensamento e diálogo, mas a discussão não encera aqui, este por ser um trabalho descritivo instiga a possibilidade de novas pesquisas em campo, como a investigação da percepção do docente, inserido em escola que tem por base uma gestão democrática, em relação a sua saúde mental. Outra possibilidade é investigar junto a gestão pública de cidades que já possuem núcleos de saúde na escola, se a pauta é trabalhada de alguma forma.

A saúde do trabalhador como direito constituido deve ser pauta, ser discutido e pensado dentro de toda e qualquer instituição incluindo a escola. Fato é que o adoecimento do professor é sim situação urgente e que necessita de discussão. Além da discussão aponta a necessidade de ações que possam garantir o acesso a todos os direitos do cidadão, o direito de ensino, e aos trabalhadores do ensino a garantia de

saúde e segurança. Permanece ainda o desafio e a luta pela busca de salários dignos, de uma carga horária adequada, bem como a valorização do docente.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988.** Brasília, DF: Senado Federal, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm.

BRASIL**. Lei 8080** de 19 de setembro de 1990, Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. 1990.

BITTENCOURT,Lilian,C. BELOME, Maura,C. MERLO, Álvaro,R,C. Centro de referência em Saúde do Trabalhador, Sistema Único de Saúde e a Saúde Mental.In.:MERLO,Álvaro,R,C. BOTTEGA, Carla,G. PEREZ, Karine,V. **Atenção à saúde mental do trabalhador**: Sofrimento e transtornos psíquicos relacionados ao trabalho. Editora Evangraf, Porto Alegre,2014.

CRUZ, Roberto Moraes. ROCHA, Ricelli Endrigo Ruppel. ANDREONI, Solange. PESCA, Andrea Duarte. Retorno ao trabalho? Indicadores de saúde mental em professores durante a pandemia da COVID-19. **Polyphonía**. v. 31.nº1, jan.-jun. 2020.

CURY, Carlos R. J. A gestão democrática na escola e o direito à educação. **RBPAE** – v.23, n.3, p. 483-495, set./dez. 2007.

DEJOURS, Christophe. **Psicodinâmica do trabalho:** casos clínicos. Brasil, Dublinense, 2017.

DEJOURS, Christophe. **A Loucura do Trabalho:** Estudo de Psicopatologia do Trabalho. 5 ª ed. Cortez-Oboré, São Paulo, 1992.

DIAS, Bruno Vilas Boas. SILVA, Priscila Soares de Souza. Síndrome de

Burnout em docentes: revisão integrativa sobre as causas. **Cuid Enfermagem.** jan/jun.; v.14.nº1.p.95-100. 2020.

FERREIRA,Elizabete,C. PEZUK,Julia,A. Sindrome de Burn-out: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário.**Avaliação.**V.26, n02, p.483-482,jul. 2021.

GIKOVATE,Flávio. **A Arte de Educar.** 1ª ed. Sociedade Educacional Positivo, Curitiba, 2001.

LUDKE, M. ; ANDRÉ, M, E. D. A. **Pesquisa em educação**: abordagens qualitativas. São Paulo: EPU, 1986.

MATOS, Larissa Silva de Oliverira. **Cartilha Saúde Mental e Trabalho:** Riscos e Prevenção. Universidade de Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira.2022. Disponível em: https://unilab.edu.br/wp-content/uploads/2022/09/CARTILHA-SAUDE-MENTAL-TRABALH O-2022.pdf.

MINAYO, M. C. S.; DESLANDES, S. F. **Pesquisa social:** teoria, método e criatividade. 25. ed. rev. atual. Petrópolis: Vozes, 2002. 108p.

Ministério da Educação. **Planejando a Próxima Década Conhecendo as 20 Metas do Plano Nacional de Educação.**2014. Disponível em: https://pne.mec.gov.br/images/pdf/pne_conhecendo_20_metas.pdf

MOREIRA, Daniela Zanoni; RODRIGUES, Maria Beatriz. Saúde mental e trabalho docente. **Estudos de Psicologia**, 23(3), p. 236-247. julho a setembro de 2018.

PARO, Victor,H. Estrutura da escola e integração da comunidade. In.: PARO, Victor,H. **A quem interessa a democratização da escola**. Outras letras, 2012 (p. 55-91).

PINHO, Paloma S. et al. Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas

exigências em razão da pandemia da Covid-19. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 19, 2021.

PINHO, Paloma,S. et al. Estresse ocupacional, saúde mental e gênero entre docentes do ensino superior: revisão integrativa.**Saúde Soc.** São Paulo, v.32, n.4, 2023.

PRADO, Edna. Do diretor ao gestor: um passeio pela história recente da administração educacional no Brasil. In.: PRADO, Edna**. Estágio na licenciatura em Pedagogia:** gestão educacional. Petrópolis: Vozes, 2000. (p. 17-36).

SANTANA, Franciele Ariene Lopes; NEVES, Ilidio Roda. Saúde do trabalhador em educação: a gestão da saúde de professores de escolas públicas brasileiras. **Revista saúde e sociedade**. v.26, n.3, p.786-797, 2017.

SANTOS, Karine David Andrade. CALDAS, COVID-19 PANDEMY, MENTAL HEALTH, SOCIAL SUPPORT AND SENSE OF LIFE IN TEACHERS. In ***SciELO Preprints***.https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.3575. 2022.

SAVIANI.Dermeval. GALVÃO, Ana Carolina. Educação na pandemia: a falácia do "ensino" remoto.**Universidade e Sociedade.** Nº67. p.36-49. 2021.

SILVA, Jerto,C. LEAL, Luiza,T,A. SCHMIDT,Stefanie. et al. Saúde Mental, Adoecimento e trabalho Docente. **Psicologia Escolar e Educacional.** V.27. 2023.

SIMÕES,Elaine,C. CARDOSO, Maria,R,A. Violência contra professores da rede pública e esgotamento profissional.**Ciência e saúde coletiva.** V.27.n 3. p 1039-1048.2022.

SOUZA,Katia Reis. ROZEMBERG, Brani.Educ**. As macropolíticas educacionais e a micropolítica de gestão escolar:** repercussões na saúde dos trabalhadores. Pesqui., São Paulo, v. 39, n. 2, p. 433-447, abr./jun. 2013.

WINTERS,Joanara,R,F. NOGUEIRA, Débora,R. HEIDEMANN, Ivonete,T,S,B. et al. O ensino remoto durante a pandemia de COVID-19: repercussões sob o olhar docente**. Revista brasileira de enfermagem.** N 73. 2023.