

Algo a ensinar e a aprender: o sofrimento psíquico e a saúde mental de educadores no Alto Oeste Potiguar¹

Something to teach and to learn: the psychic suffering and mental health of educators in Alto Oeste Potiguar, Rio Grande do Norte, Brazil

Francisco Gilmar da Silva Chaves^a

 <https://orcid.org/0000-0003-2883-4368>

E-mail: gilmarfrancisco478@gmail.com

Bertulino José Souza^b

 <https://orcid.org/0000-0002-9866-9305>

E-mail: bertulinosouza@uern.br

Lucas Vialli Batista Miranda^b

 <https://orcid.org/0000-0003-3556-9013>

E-mail: lucasviallizo@gmail.com

^aUniversidade do Estado do Rio Grande do Norte. Departamento de Educação Física. Rio Grande do Norte, RN, Brasil.

^bUniversidade do Estado do Rio Grande do Norte. Programa de Pós-Graduação em Planejamento e Dinâmicas Territoriais no Semiárido. Departamento de Educação Física. Rio Grande do Norte, RN, Brasil.

Correspondência

Francisco Chaves

Rua José Paulino do Rêgo, 45, 2 andar. Pau dos Ferros, RN, Brasil.
CEP 59900-000.

Resumo

Este artigo, originado do projeto de pesquisa *Nascido nas sombras: percepção da comunidade acadêmica de Pau dos Ferros sobre sofrimento psíquico e saúde mental*, analisou a condição da saúde de docentes em instituições de ensino do município de Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte, tendo como objetivo identificar a existência de danos e fatores de impacto na saúde dos profissionais. Metodologicamente, a pesquisa, de natureza qualitativa e realizada entre 21 de fevereiro de 2019 e 21 de março de 2019 na Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), no Instituto Federal do Rio Grande do Norte (IFRN) e na Universidade Federal Rural do Semi-Árido (UFERSA), indagou, a partir de um questionário semiestruturado, 34 docentes por amostragem estratificada proporcional. A análise de conteúdo foi a estratégia utilizada para decodificar as falas e os resultados apontaram para uma estimativa de cerca de 60% do público-alvo, ou seja, 20 dos 34 respondentes deram indicativos de sofrimento psíquico, cargas excessivas e condições inadequadas de trabalho, estresse constante, forte pressão social, ausência de momentos de lazer, dentre outros. Considera-se que o conjunto de fatores que determinaram um índice tão elevado representam um sério alerta para a saúde desses profissionais e a necessidade de políticas de saúde que atendam a esse segmento. **Palavras-chave:** Sofrimento Psíquico; Saúde Mental; Educadores; Alto Oeste Potiguar. Representações Sociais.

1. Apoio: Fundação de Apoio à Pesquisa do Rio Grande do Norte (FAPERN).

Abstract

This article, originated from the research project *Born in the shadows: perception of the academic community of Pau dos Ferros on psychic suffering and mental health*, analyzed the health condition of educators in the municipality of Pau dos Ferros, Rio Grande do Norte, Brazil, aiming to identify damages and impact factors on these professionals' health. This qualitative research was carried out between February 21, 2019, and March 21, 2019, at the Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), in the Instituto Federal do Rio Grande do Norte (IFRN), and at the Universidade Federal Rural do Semi-Árido (UFERSA). Data was collected using a semi-structured questionnaire with 34 teachers by proportional stratified sampling. Content analysis was used to decode the statements and results showed an estimated 60% of the target audience, that is, 20 out of 34 respondents indicated psychic suffering, excessive workloads, inadequate working conditions, constant stress, strong social pressure, lack of leisure time, among others. The causes for this high rate represent serious danger for the health of these professionals, requiring health policies to address them.

Keywords: Psychic Suffering; Mental Health; Educators; Alto Oeste Potiguar.

Introdução

O sofrimento psíquico é pensado a partir da incapacidade que o ser humano tem em lidar com as adversidades e instabilidades na sua vida, o que implica um comportamento de impotência vital e mal-estar subjetivo (Amarante et al., 2011). Trata-se de uma condição de fragilidade que desencadeia no indivíduo a percepção de que, para a sociedade, ele sintetiza a incapacidade, a improdutividade e até o perigo, além da vergonha, para familiares e pessoas próximas.

Essa forma de racionalizar a situação, que tem origem em representações sociais preconceituosas, estigmatiza o sujeito e o considera um desvio da norma social, adjetivando-o negativamente (Figueirêdo; Delevati; Tavares, 2014).

Essa condição do sujeito que sofre diverge da noção de pleno gozo da saúde mental, compreendida como “um estado pessoal e social considerado satisfatório devido ao conjunto de requisitos conquistados: trabalho, lazer, valorização pessoal, profissional e social” (Souza, 2013, p. 87).

Neste sentido, independentemente da existência ou não de doença, a saúde mental interliga a capacidade dos indivíduos de aceitarem as exigências da vida. É, assim, um princípio ou projeto que encerra a singularidade dos sujeitos para lidar com as boas e as más emoções em um mundo de angústias e em constante mudança.

Ademais, para que seja possível compreender a definição de saúde mental, utilizar-se-á a conceituação da Organização Pan-Americana da Saúde (Opas), que a define como um estado de bem-estar em que um indivíduo realiza suas próprias habilidades e consegue lidar com as tensões normais da vida, admitindo momentos de êxtase e de tristezas, e, ainda, trabalhar de forma produtiva, sendo capaz de contribuir com sua comunidade (Opas, 2016).

Diante disso e pensando na importância do equilíbrio da saúde, bem como nos danos causados pelo sofrimento psíquico que a instabilidade na saúde mental representa, optou-se por investigar os docentes que compõem a comunidade acadêmica do Município de Pau dos Ferros (RN), reconhecendo os fatores que desencadearam danos em sua saúde mental. Essa escolha se deu por três motivos:

(1) em virtude de relatos preliminares quanto à alta carga de estresse na atividade docente; (2) por ser um público variado, oportunizando a diversidade de perspectivas; e (3) o baixo número de estudos sobre tal temática. Portanto, o objetivo central desta pesquisa foi desvendar o entendimento dos respectivos docentes quanto à sua saúde mental e verificar a existência de sofrimento psíquico.

Simultaneamente, destaca-se o momento da pesquisa, marcado por um contexto social e político em que a velocidade das mudanças entre homem e natureza condicionam/produzem situações de vulnerabilidade e fortes impactos psicossociais na população que são capazes de prejudicar ou comprometer o fazer docente. Na contemporaneidade isso se reflete, por exemplo, na fragilidade dos laços interpessoais, que, conforme Costa Neto e Dimenstein (2017), geram mal-estares, como o estigma e a marginalização, impactam a autoestima e a autoconfiança, reduzem a motivação e interferem nos projetos de vida dos indivíduos.

Desse modo, o isolamento e a exposição cotidiana a violências e abusos podem ocasionar sintomas psicossomáticos, o uso de substâncias psicoativas e transtornos mentais graves, como ansiedade, depressão, síndrome de burnout, transtornos mentais comuns, derivados de sofrimentos emocionais, e, no mais grave dos casos, suicídio (Menezes et al., 2019).

Materiais e métodos

A abordagem deste estudo é qualitativa com relevantes dados quantitativos. Prodanov e Freitas (2013) afirmam que neste tipo de abordagem, em que quantidade e qualidade estão presentes, uma das formas de pesquisa sobressairá à outra. Neste estudo, em que tivemos como foco a percepção dos docentes quanto ao conhecimento sobre saúde mental e a interpretação deles de sofrimento psíquico, predominou o aspecto qualitativo, precisamente pela emergência de respostas que refletissem sua realidade e a necessidade de analisar profundamente o problema. Uma vez que tomamos por base Marconi e Lakatos (2003), este estudo se tornou exploratório e descritivo.

A relevância quantitativa é dada pelo número de participantes (464) abordados pelo projeto de pesquisa *Nascido nas sombras: percepção da comunidade acadêmica de Pau dos Ferros sobre sofrimento psíquico e saúde mental*, no âmbito do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (Pibic). De modo específico, os números apontaram 34 depoentes na categoria docentes, 398 na categoria discente e 24 na categoria técnicos. Conforme já mencionado, neste artigo será analisada a categoria docente, dada a urgência dos fatos.

Pau dos Ferros (Prefeitura Municipal de Pau dos Ferros, 2022), município situado no interior do estado do Rio Grande do Norte, na mesorregião do Oeste Potiguar, no Nordeste do país, foi o lugar de ocorrência deste estudo. Considerada a principal cidade da região do Alto Oeste Potiguar, está a 392 km a oeste da capital do estado, Natal, e sua área territorial ocupa aproximadamente 259.959 km². A população do município descrita no censo demográfico de 2010 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) foi de 27.745 habitantes (IBGE, 2010), sendo estimada, atualmente, em 30.802 habitantes (IBGE, 2021); sendo, portanto, o 18º município mais populoso do Rio Grande do Norte.

Devido à sua posição geográfica fronteiriça com os estados da Paraíba e do Ceará, a cidade é um polo comercial e educacional tão importante que se acredita que circulem pelo município, diariamente, milhares de pessoas, conforme consta em nota da assessoria de comunicação da Prefeitura Municipal de Pau dos Ferros (2017).

Assim, para a coleta dos dados, foi aplicado um questionário semiestruturado e dividido em dois blocos de perguntas. No primeiro, composto por nove perguntas, buscou-se conhecer o perfil dos respondentes. Já no segundo, composto por quatro questões subjetivas, procurou-se abordar a problemática. No campo da subjetividade, indagou-se, na primeira questão, o entendimento do depoente quanto à felicidade e suas dimensões e implicações. Questões desse tipo possibilitaram conhecer as expectativas dos professores e seus projetos, bem como compreender - na segunda questão - como, em uma sociedade aparentemente vocacionada para

o mundo virtual, as representações impactam a vida e as práticas dos docentes.

Ainda, foi importante investigar, na terceira pergunta, até que ponto os docentes se preocupam com sua saúde mental quando seu objetivo de vida está em jogo e, na quarta questão, como eles lidam com a dor e o sofrimento.

O questionário foi aplicado em um intervalo de 30 dias a uma amostra estratificada proporcional à 20% dos docentes da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), do Instituto Federal do Rio Grande do Norte (IFRN) e da Universidade Federal Rural do Semi-árido (UFERSA), totalizando 34 professores respondentes. Os critérios de inclusão foram: ser docente e atuar em uma das três instituições públicas de ensino superior de Pau dos Ferros. Dessa forma, foram excluídos da coleta de dados os docentes de universidades privadas e outras instituições de ensino da rede estadual e municipal de Pau dos Ferros, bem como das cidades circunvizinhas.

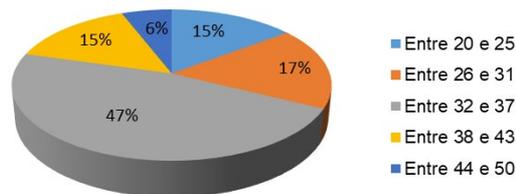
Utilizou-se a técnica da análise descritiva e interpretativa do conteúdo e os dados foram discutidos a partir das contribuições teóricas de Goffman (2008), Amarante et al. (2011), Santos (2019), Camaliente e Boccalandro (2017), Rocha e Santos (2018), Arruda (2018), Sarques (2018), Emerich e Onocko-Campos (2019), entre outros.

Conhecendo e aprendendo sobre o perfil dos docentes

Para compreender as representações contidas nas respostas dos docentes, considerou-se vital conhecê-los. Diante disso, indagou-se acerca de aspectos da sua singularidade. Os gráficos 1, 2 e 3 ilustram os achados da pesquisa.

No quesito idade, ficou perceptível no Gráfico 1 que quase metade dos professores estão na faixa etária de 32 a 37 anos, ou seja, há o predomínio de um público jovem à frente da condução das atividades docentes no cotidiano. É nítida a pequena porcentagem de professores entre 44 e 50 anos - ou mais - atuando no ensino superior, convergindo com o evidenciado no último censo da educação superior: “38 anos é a idade mais frequente dos docentes em instituições públicas e em instituições privadas (INEP, 2019, p. 10)”.

Gráfico 1 – Professores(as) – idade



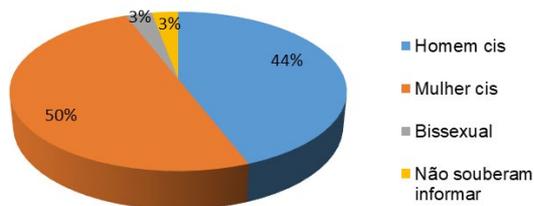
Fonte: Dados do PIBIC 2018/2019

Identidade sexual é uma das novas facetas da problematização teórica nos últimos 10 anos, conforme ensinam Anjos (2000), Ferreira (2018), Colling (2018) e vários outros autores. Essa categoria discursiva atravessa diferentes estudos e dentre eles se destacam, além dos estudos culturais de viés biológico/naturalista, os que interpretam os estudos de gênero como construções históricas e sociais produzidas sobre as características biológicas, sociológicas e antropológicas, no sentido de se associarem às práticas que envolvem o feminino, o masculino e a sexualidade (FERREIRA, 2018).

Do ponto de vista teórico, fica evidente o esforço em debater e, em geral, abandonar o conservadorismo presente nas argumentações do passado, que, “[...] via de regra, trabalha para que todas as pessoas tenham apenas uma identidade de gênero, determinada pelo sexo, e que essa seja pura e tida como normal e natural” (COLLING, 2018, p. 32). E se, por exemplo, um homem heterossexual apresentar traços afeminados, corriqueiramente sofrerá algum tipo de preconceito.

Com essa verve interpretativista do contexto da identidade sexual, indagou-se como os respondentes se viam representados (Gráfico 2). As análises revelaram que 50% das entrevistadas se declararam mulheres cis, enquanto 44% dos entrevistados se declararam homens cis. Registra-se que as dúvidas apresentadas quanto ao termo utilizado - cis - foram sanadas durante a pesquisa. Ademais, quanto à orientação sexual, apenas 3% dos respondentes se declararam bissexuais e 3% não souberam informar ou não responderam. Nenhum dos entrevistados se identificou como pansexual ou transexual, mesmo o questionário apresentando a alternativa para tal identificação.

Gráfico 2 – Professores(as) – identidade sexual



Fonte: Dados do PIBIC 2018/2019

Os dados apresentados dão um pequeno apontamento quanto à presença da diversidade sexual. Todavia, o tradicionalismo binário - homem/mulher - revelou ser a maioria presente no universo escolar. Nota-se, com isso, que a mesquinhez da diversidade que marca o público contemporâneo de alunos, professores e de toda a comunidade escolar coloca em xeque a própria instituição educacional. Como nos ensina César (2009, p. 48):

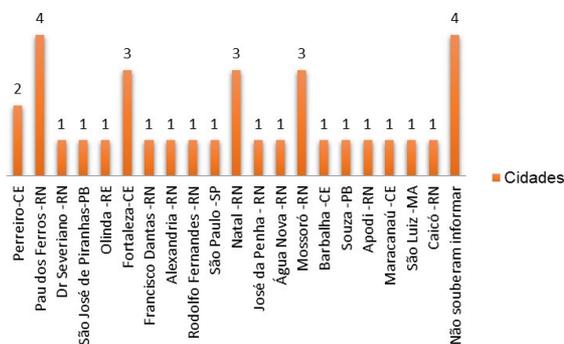
Alunas/os e professoras/es gays, lésbicas, bissexuais e transexuais compõem a diversidade contemporânea da instituição escolar; entretanto, para esta instituição que nasceu disciplinar e normatizadora, a diferença, ou tudo aquilo que está fora da norma, em especial, a norma sexual, mostra ser insuportável por transbordar os limites do conhecido.

É possível compreender que a desproporcionalidade apontada por César (2009) denota o conservadorismo presente na questão da sexualidade e sua complexidade, estigmatizando-a. É necessário, portanto, compreender que ela envolve aspectos culturais, sociais, históricos e políticos, além das dimensões biológica e psicológica. Entretanto, ainda que a sexualidade esteja presente em todos os âmbitos institucionais e sociais, ela é alvo de preconceitos e julgamentos, pois tudo aquilo que foge às normas preestabelecidas socialmente como padrão ainda encontra resistências.

Questionados sobre sua origem (Gráfico 3), constatou-se que 52% dos professores que atuam nas três instituições pesquisadas são naturais do estado do Rio Grande do Norte e que, dos participantes da pesquisa, apenas quatro professores nasceram e moram na cidade em que trabalham. Quanto aos demais, supõe-se que fazem a migração

pendular, todos os dias, de sua cidade de origem para Pau dos Ferros. Esse dado diverge do último censo demográfico de 2010, realizado pelo IBGE, que aponta: “No Brasil, a parcela de 87,1% dos empregados, trabalhavam no mesmo município onde moravam. Já os que trabalhavam em outro município atingiram 11,8% da população ocupada” (IBGE, 2010).

Gráfico 3 – Professores(as) – nascidos



Fonte: Dados do PIBIC 2018/2019

Somado a esses dados, vale destacar que 50% do público pesquisado se declarou casado, 44% solteiro e os outros 6% apresentaram outra definição, como morar junto, tornando possível incluí-los no grupo dos casados, já que vivem em união estável. Além disso, 62% dos indivíduos casados recebem acima de cinco salários-mínimos, 9% ganham de três a cinco salários-mínimos e 29% ganham de um a três salários-mínimos. Por fim, cabe destacar que o período de atividade docente dos participantes não foi caracterizado e questionado.

Optou-se por coletar dados quanto à idade, à identidade sexual, ao local de nascimento, ao estado civil e à renda por considerar tais informações como as de maior impacto nas práticas sociais atuais, pois, segundo Souza e Gouveia (2011), o conhecimento das características dos docentes evidencia aspectos que

[...] não são constituídos pela política educacional, mas tem nela interferência, seja pelas intervenções que o policy maker pode ou não fazer, considerando quem são os docentes; seja pela conquista de direitos por esses profissionais; seja ainda pela relação mais direta, decorrente do fato que são os docentes, no limite, os garantidores (ou não) de que

qualquer política educacional chegue efetivamente até as salas de aula e demais espaços educativos. (SOUZA; GOUVEIA, 2011, p. 2)

É em decorrência do papel desses indivíduos na sociedade que sua atividade docente se torna primordial no processo de ensino-aprendizagem. São os professores os responsáveis por validar, efetivamente, as políticas públicas de educação, e tal incumbência exige maior desprendimento de esforço físico e mental, natural no ambiente laborativo, mas que é muito potencializado no convívio pessoal e nas relações do docente.

É a partir dessa potencialização frequente e intensa que os professores passam a desenvolver comportamentos que podem gerar transtornos, decorrentes da própria dinâmica das relações de trabalho, que contribuem para o surgimento e/ou o agravamento de doenças de fundo psicossomático.

Docência: um mar de águas calmas?

Considerando o perfil do público investigado neste estudo, é preciso analisar as principais causas desses transtornos na sociedade pós-moderna, identificando e refletindo quanto à natureza a que eles estão atrelados, sobretudo quando podem estar associados a ideais de felicidade e bem-estar, que se materializam na satisfação de desejos e prazeres.

Cumprir destacar que, muitas vezes, essa materialização é sublimada em virtude de códigos socialmente propagados de demonstrações de sucesso, bem como das contenções impostas às liberdades individuais, contidas nas normas sociais ou nas atribuições do mundo do trabalho, cujo processo pode ser sintetizado na visão de Sarques (2018, p. 33): “a vida em sociedade traz restrições à ação do indivíduo na busca de satisfação dos seus desejos. Este é o centro de toda a problemática que envolve o mal-estar na civilização”.

Desse modo, o principal pressuposto é que a felicidade é um sentimento subjetivo, portanto individual, e os estados de felicidade são encontrados na ausência momentânea do desprazer e nas ações diárias, por exemplo, uma conversa com alguém próximo, uma viagem, a aquisição de um bem material, um encontro casual etc. No extremo dessa percepção, até mesmo a morte pode ser encarada como um estado de felicidade, já que o sujeito pode

estar buscando a fuga do sofrimento – psíquico ou físico – e do desprazer da vida em sociedade.

Santos (2019), ao falar sobre os estados de felicidade, coloca-os como um intervalo instantâneo, apontando que “a felicidade não é um estado duradouro, mas sim, que acontece nos interstícios entre a realização de um e a formulação de um novo desejo [...]” (Santos, 2019, p. 3).

Foi pensando no equilíbrio dessas relações – de um lado as individuais, como a felicidade e o bem-estar, e do outro as coletivas, como a liberdade e as relações sociais – que, no questionário, as duas primeiras indagações abordaram a temática da felicidade e da liberdade buscando extrair a compreensão dos participantes sobre esses fenômenos. O objetivo era muito mais do que saber se o respondente está ou não feliz; era entender como ele dimensiona seus sentimentos a partir do seu olhar sobre o outro.

Para isso, os respondentes foram questionados acerca do farto material disponibilizado nas mídias digitais e sociais que retratam momentos em que a tônica parece ser demonstrar ao outro que se está bem, que tem tranquilidade, paz, poder econômico e uma vida harmônica, entre outros aspectos.

Em suas respostas, todos foram unânimes ao afirmar que a felicidade apresentada pelas pessoas nas redes sociais não condiz com a realidade e que, no mundo digital, as pessoas são, invariavelmente, condicionados a demonstrar comportamentos e resultados aceitáveis à teia social, ainda que isso não reflita necessariamente a realidade, como se extraiu dos depoimentos 18 e 19:

Não. As redes sociais sugerem um ambiente constante de felicidade e de uma razão no que a humanidade conhece ou quer conhecer/viver como ideais (um mundo sem problemas e pleno de satisfações, prazer e alegria). Esse espaço (virtual) sugere um mundo pacífico que não condiz com o real, explicado na obra Amor, poesia, sabedoria do francês Edgar Morin. Esse mundo romântico leva os sujeitos (homens e mulheres) a uma ilusão que não condiz com o mundo real nem com os ideais de felicidade. O ser humano contemporâneo vive uma ilusão. (Respondente 18)

Não sei dizer. Tenho a impressão que não. A meu ver, há um desejo de passar uma imagem de felicidade. Mas é preciso considerar que a maioria das pessoas

fazem recortes dos momentos felizes para exporem nas redes sociais. Isso, contudo, não significa dizer que elas são necessariamente felizes. Há no final das contas, uma construção sobre estados de felicidades desse homem contemporâneo que nos são dados a mostrar cotidianamente. (Respondente 19)

Os relatos denotam a existência de um comportamento que precisa ser construído/induzido para que o sujeito seja aceito socialmente, que, portanto, vale-se de registros momentâneos em que a ilusão de uma experiência perfeita é ilustrada e compartilhada.

Complementando as respostas dos participantes, foi possível observar que eles tinham bastante segurança em afirmar que os perfis nas redes sociais demonstram uma felicidade que pode não existir realmente, o que coaduna com o pensamento de Arruda (2018), que discute o isolamento social intermediado pelas redes sociais e as formas de relacionamento que estas produzem:

Essa identidade pode revestir-se de várias roupagens e construir-se através de diversas estratégias. Pode ser feita com fotos, com texto, com aspectos da rotina diária, pensamentos soltos, referências à família ou amigos, as atividades em que se envolveu, excertos de livros, músicas ou imagens de filmes. E nesse processo de edificação identitária, podem cruzar-se ideias políticas com ideias apolíticas, ações ativistas com não ativistas. (ARRUDA, 2018, p. 136)

É essa personalização identitária abordada por Arruda (2018) que permite compreender que, no mundo virtual, criam-se identidades fictícias e moldáveis de realidades e sentimentos que muitas vezes não denotam exatamente o estado dos sujeitos, mas apenas um simulacro. Goffman (2008), ao falar a respeito de tais identidades e no contexto da discussão sobre estigmatização, afirma:

[...] poderia haver uma discrepância entre identidade virtual e a identidade real de um indivíduo. Quando conhecida ou manifesta, essa discrepância estraga a sua identidade social; ela tem como efeito afastar o indivíduo da sociedade e de si mesmo de tal modo que ele acaba por ser uma pessoa desacreditada frente a um mundo não receptivo. (GOFFMAN, 2008, p. 28)

Assim, quando Goffman (2008) aborda a dualidade da personalidade dos sujeitos como uma discrepância de identidade, evidencia as respostas dos entrevistados 3 e 10, que reforçam isso: “*Não. Não somos, mas não queremos que ninguém saiba, pois, mostrar que está triste não dá muitos likes. Temos essa necessidade de ser aceitos*” (Respondente 3); “*Não! Há uma obrigatoriedade doentia em ser feliz*” (Respondente 10).

Isso nos leva a crer que no mundo virtual há uma exigência clara de ser feliz constantemente, o que salienta o fato de que a felicidade está condicionada à demonstração virtual de um estado de espírito que, muitas vezes, não é efetivamente sentido, mas somente publicado.

Ademais, agregou-se à questão da felicidade os ideários de liberdade e bem-estar dos sujeitos entrevistados, indagando quais eram suas percepções quanto à felicidade e à liberdade e se eles as observavam em seu dia a dia e na sua saúde mental.

Nesse quesito, verificou-se que muitos dos respondentes se consideravam felizes, mas se apoiavam em parâmetros diversos, tais como na conquista de bens materiais, no trabalho e em si mesmos, ainda que muitos tenham afirmado não ter a liberdade desejada para fazer o que realmente gostam: “*Observo que a felicidade está ligada a bens materiais. Não concordo, mas é o que observo*” (Respondente 2); “*Não procuro felicidade e liberdade em outras pessoas, tento encontrar em mim*” (Respondente 5); “*Me sinto muito livre em muitos aspectos de minha vida, mas muito presa a concepções sociais em relação ao corpo, por exemplo, o que pode, às vezes, interferir no meu conceito de felicidade*” (Respondente 6); “*Sou feliz, mas cada vez mais vivo prezo o trabalho, padrões sociais e etc., acho que esse fato pode comprometer seriamente minha saúde mental e minha felicidade*” (Respondente 14); “*Quando entendemos que nós somos responsáveis por nossa vida fica mais simples ser feliz*” (Respondente 25).

[...] felicidade, entendo como um estado transitório em que só é possível conhecer e sentir se, e unicamente se, imerso no cotidiano [...]. Sobre liberdade penso que é um estado existencial a ser conquistado cotidianamente. Tem a ver com escolhas, trabalhos, persistência, atitude política e ética, sobretudo. (Respondente 18)

Vê-se que a compreensão de felicidade foi considerada a partir de uma premissa consumista, materializada no acúmulo de bens, o que corrobora o pensamento de Santos (2019, p. 6), que afirma: “A explosão dos bens de consumo, e com eles das formas e experiências de consumo, colocou a felicidade na prateleira travestindo-a de objeto consumível”. O mesmo comportamento foi observado em relação à liberdade, pois, apesar de os respondentes se considerarem livres, eles se contradizem quando colocam os padrões sociais como imposições e limitadores de certos comportamentos.

Muitos desses comportamentos padrão são impostos pelos governantes, representantes do poder político que lhes foi conferido pelos cidadãos, a partir de atos normativos que condicionam a liberdade humana, ditando o que é permitido, proibido ou obrigatório. É claramente uma ameaça à liberdade, conforme apresenta o economista norte-americano Milton Friedman (1984, p. 5):

A liberdade é uma planta rara e delicada. Nossas próprias observações indicam, e a história confirma, que a grande ameaça à liberdade está constituída pela concentração do poder. O governo é necessário para preservar nossa liberdade, é um instrumento por meio do qual podemos exercer nossa liberdade; entretanto, pelo fato de concentrar poder em mãos políticas, ele é também uma ameaça à liberdade.

Assim, são os padrões sociais politicamente estabelecidos de ser, agir, vestir-se, comportar-se, dialogar, entre outros, que assumem a faceta daquilo que a sociedade definiu como aceitável e que deve ser replicado. Com isso, os desejos internos não se realizam em sua plenitude e são barrados pelas normas institucionalizadas de poder, configurando, em muitos casos, o mal-estar social, já apontado por Sarques (2018) e Bauman (2011), ao falar sobre segurança e liberdade, no programa Fronteiras de Pensamento.

Verificou-se, por fim, que as respostas apresentadas a essa indagação se aproximam da visão do senso comum sobre felicidade de Camaliente e Bocalandro (2017, p. 212): “[...] não existe uma ‘fórmula para a felicidade’, nos mostrando que o que o senso comum propõe como causador da felicidade (poder

aquisitivo, idade, gênero, eventos externos) pode não ser suficiente na vida da maioria das pessoas”.

Desse modo, não é simplesmente em razão da formação acadêmica dos entrevistados que as respostas necessariamente se aproximam do conhecimento científico, pois verifica-se que eles tiveram dificuldade em reconhecer a verdadeira essência do termo, de maneira que o que foi partilhado pelos docentes é, na verdade, a compreensão do mundo comum.

Ainda na segunda questão, outro ponto observado e de extrema relevância nas respostas é a clara sobrecarga psicológica - estresse mental - de alguns docentes: “*Considero-me livre e feliz, entretanto, com um dia a dia muito agitado por tarefas e compromissos que afetam a saúde*” (Respondente 26); “*Ando em constante guerra com minha saúde mental*” (Respondente 31).

É perceptível, nessas respostas, a existência de um dano mental, posto que os sujeitos apresentaram descontentamento e desânimo com seus desejos, já que estes fogem dos ideais de felicidade que se perpetuam independentemente do local e do tempo:

Contudo, a felicidade almejada pelo ser humano é aquela que se realiza a partir de características quase perfeitas, as quais os ideais de felicidade perpetuam-se, independentemente do local e época em que o sujeito se encontra. Tudo que foge deste ideal (como melancolia, tristeza, ou quando o indivíduo sente-se cabisbaixo e introspectivo) passa a ser visto com uma perspectiva patológica e negativa. (ROCHA; SANTOS, 2018, p 469-470)

Ademais, a percepção sobre a existência de um transtorno psicológico acontece diante das limitações que são impostas à liberdade, condicionando as escolhas individuais e sobrepondo o estado existencial de um indivíduo àquilo que outros julgam ser bom, correto, atrativo e belo. Consequentemente, aqueles que fogem desse padrão são rotulados como anormais, o que pode afetar a sua felicidade e liberdade (GOFFMAN, 2008).

A terceira questão abordou o sentido da existência e o que os entrevistados são capazes de fazer ou fazem para suprir suas necessidades e alcançar suas metas de vida. Verificou-se que as respostas dos respondentes 14, 18, 20 e 27 apontavam a atividade laborativa e o esforço próprio como meios para a realização dos seus sonhos:

“Contribuir, com meu trabalho, para o desenvolvimento individual e coletivo dos meus alunos, e dar condições de vida a minha família” (Respondente 14); *“Planejamento, trabalho, persistência, desejo, tomada de decisões, enfrentamentos, não temer o erro e correção constante dos erros verificados”* (Respondente 18); *“Trabalho”* (Respondente 20); *“[...] tento me esforçar sem acabar ultrapassando os limites de quanta pressão psicológica possa estar exposta, ou possa suportar”* (Respondente 27). Nota-se, assim, que o excesso parece ser um ponto característico da sociedade moderna, que prescreve que o sonho e as esperanças de uma vida boa são alcançados por quem trabalha, ainda que em condições exaustivas, com baixos salários e com jornadas excessivas, além do inevitável tédio (SOCHACZEWSKI, 2012).

Preocupados tão somente com a sala de aula e com a produção científica, os professores deixam de cultivar boas amizades, de conviver mais com suas famílias e de cuidar da sua saúde, seja física ou mental. Todavia, alguns docentes demonstraram, ao longo dessa indagação, que têm o desejo de se desprender das metas, dos trabalhos e das regras a partir de meditações, exercícios físicos e atividades de lazer.

Desta forma, na última indagação, buscou-se extrair, com maior profundidade, as circunstâncias que mais produzem dor ou sofrimento psíquico, bem como em que lugar os docentes encontram suporte para solucionar tais problemas. As respostas foram das mais diversas e estavam associadas a perda de parentes, ansiedade, excesso de trabalho, lembranças traumáticas, bullying e cobrança excessiva de si; contudo, alguns docentes afirmaram estar em bom estado de saúde mental e outros, que já sofreram danos psicológicos no passado, mas agora estão recuperados.

Observou-se ainda que os docentes procuravam apoio nos familiares, amigos e/ou na religião, mas jamais buscavam apoio especializado para solucionar esses traumas. Esse dado é preocupante, uma vez que a ausência de tratamento especializado pode agravar ainda mais os danos psíquicos, que podem evoluir para um eventual quadro de depressão, ansiedade, estresse excessivo, angústia ou mesmo para outras síndromes e transtornos mentais, comprometendo cada vez mais sua saúde mental. *“A questão de eu me cobrar excessivamente em muitos aspectos. Nunca busquei ajuda”* (Respondente 6). *“[...] o que mais me causa sofrimento é a sensação de*

não dar conta das minhas responsabilidades. Busco suporte nas pessoas que amo, mas não é o suficiente e sinto falta de mais apoio, principalmente profissional” (Respondente 8). *“Falta de humanidade. Falta de liberdade, falta de tempo para fazer o que me dá prazer. Busco suporte na família e no esporte”* (Respondente 14). *“[...] creio que o que me causa mais sofrimento psíquico seja o excesso de trabalho e pouco tempo para descanso. No momento, não tenho sentido a necessidade de buscar ajuda”* (Respondente 19). *“A ansiedade em ter que concluir tarefas e prazos a todo instante, mas, não tenho buscado muita ajuda, apenas recorro às vezes ao campo espiritual”* (Respondente 26).

Percebe-se que o receio de procurar ajuda especializada parece ser cultural, pois, segundo Alabora, DeMarco e Silva (2017, p. 4): *“Todas as pessoas, infelizmente, já passaram por momentos de tristeza, angústia, conflitos, desespero, ansiedade, dentre outros conflitos internos, e muitos consideram que buscar auxílio de um psicólogo ou psiquiatra é sinal de fraqueza”*.

Os anseios dos docentes denotam a clara existência de um denominador externo, com excesso de cobranças no trabalho e de mal-estares que só geram sentimentos de desconfiança e de incapacidade em si que, quando agravados, tornam mais difícil a realização dos projetos de vida desses sujeitos.

Por isso, quando um indivíduo está infeliz com suas condições de trabalho, salário, renda, família, as pessoas em seu entorno e/ou está preso a muitos padrões sociais que restringem sua liberdade, em condições estressantes de convivência, e se sente incapaz de lidar com suas emoções, como verificado com os docentes entrevistados, percebe-se claramente um sofrimento psíquico, algo que exige tratamento especializado e adequado.

Essa conclusão só é possível a partir do conceito de saúde mental defendido pela Opas (2016), que considera saúde mental como um estado de bem-estar físico e mental em que o indivíduo desenvolve suas próprias habilidades, pode lidar com as tensões normais da vida e convive perfeitamente com as boas emoções e também com as desagradáveis.

Portanto, quando se analisam os resultados apresentados na pesquisa, verifica-se que a ausência desse estado de bem-estar é, na verdade, a existência de um quadro de sofrimento psíquico.

Considerações finais

Como foi visto nas respostas dos docentes, é possível inferir com a pesquisa que, nas instituições de ensino analisadas, em meio a tantos rostos felizes, dispostos a estudar, trabalhar, lecionar, ter momentos de lazer e participar efetivamente de religiões, existem pessoas na busca por saúde mental.

No decorrer do estudo, buscou-se identificar a existência de danos e fatores de impacto na saúde dos profissionais docentes. Os resultados sugerem que cerca de 60% do público-alvo, ou seja, 20 dos 34 respondentes, dão indicativos de sofrimento psíquico. Esse dado é o produto de cargas excessivas e inadequadas de trabalho, estresse constante, forte pressão social, falta de momentos de lazer, entre outros casos apontados nas respostas.

A pesquisa denotou a importância e a necessidade de conceder atenção e escuta ao outro demonstrando proximidade e respeito, um desejo elementar dos professores: serem ouvidos e percebidos. Daí a importância desse tipo de pesquisa, que, muitas vezes, opera como uma oportunidade para os entrevistados expressarem seus anseios, dores e projetos.

Verificou-se que muitos dos entrevistados evitavam um acompanhamento especializado, simplesmente por terem medo dos julgamentos sociais, e buscavam o autotratamento, o que, além de contraindicado, pode ser perigoso, agravar ainda mais severamente a saúde do docente e prejudicar o seu cotidiano.

Assim, este artigo ecoa como alerta para os demais seguimentos da comunidade acadêmica, bem como para seus dirigentes, pois estes precisam conhecer mais a realidade dos docentes e adotar medidas interventivas que promovam maior cuidado com a saúde mental desses sujeitos.

Referências

- ALABORA, L. A. C.; DEMARCO, T. T.; SILVA, N. O. F. Transtornos mentais e inserção social. *Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc Videira*, Videira, v. 2, p. 1-13, 2017.
- AMARANTE, A. L. et al. As estratégias dos enfermeiros para o cuidado em saúde mental no programa saúde da família. *Texto & Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 20, n. 1, p. 85-93, 2011. DOI: 10.1590/S0104-07072011000100010
- ANJOS, G. Identidade sexual e identidade de gênero: subversões e permanências. *Sociologias*, Porto Alegre, n. 4, p. 274-305, 2000. DOI: 10.1590/S1517-45222000000200011
- ARRUDA, J. P. Imaginários urbanos, coletivos sociotécnicos e vigilância cívica: a vida social em rede e os novos espaços da moralidade. *Perspectivas em Ciência da Informação*, Belo Horizonte, v. 23, n. 3, p. 124-143, 2018. DOI: 10.1590/1981-5344/3163
- SEGURANÇA e liberdade: uma dicotomia?. [S.l.; s.n.], 2011. 1 vídeo (1:57 min). Publicado no canal fronteiras do pensamento. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Q3TdhIjBW5Q>>. Acesso em: 7 fev. 2022.
- CAMALIONTE, L. G.; BOCCALANDRO, M. P. R. Felicidade e bem-estar na visão da psicologia positiva. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, São Paulo, v. 37, n. 93, p. 206-227, 2017.
- CÉSAR, M. R. A. Gênero, sexualidade e educação: notas para uma “epistemologia”. *Educar em Revista*, Curitiba, n. 35, p. 37-51, 2009. DOI: 10.1590/S0104-40602009000300004
- COLLING, L. Gênero e sexualidade na atualidade. Salvador: Superintendência de Educação a Distância, 2018.
- COSTA NETO, M. C.; DIMENSTEIN, M. Cuidado psicossocial em saúde mental em contextos rurais. *Temas em Psicologia*, Ribeirão Preto, v. 25, n. 4, p. 1653-1664, 2017. DOI: 10.9788/TP2017.4-09Pt
- EMERICH, B. F.; ONOCKO-CAMPOS, R. Formação para o trabalho em saúde mental: reflexões a partir das concepções de sujeito, coletivo e instituição. *Interface: Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 23, p. 1-15, 2019. DOI: 10.1590/Interface.170521
- FERREIRA, D. S. Construção da identidade de gênero reflexões em contexto escolar. *Psicologia.pt*, [s. l.], p. 1-61, 2018.
- FIGUEIRÊDO, M. L. R.; DELEVATI, D. M.; TAVARES, M. G. Entre loucos e manicômios: história da loucura e a reforma psiquiátrica no Brasil. *Caderno de Graduação: Ciências Humanas e Sociais*, Maceió, v. 2, n. 2, p. 121-136, 2014.

FRIEDMAN, M. *Capitalismo e liberdade*. São Paulo: Abril Cultural, 1984.

GOFFMAN, E. *Estigma*: notas sobre a manipulação da identidade deteriorada. 4. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2008.

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. *Censo demográfico 2010*. Brasília, DF, 2010. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rn/pau-dos-ferros/panorama>>. Acesso em: 30 jul. 2020.

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. *Cidades e Estados: Pau dos Ferros*. Brasília, DF, 2021. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/rn/pau-dos-ferros.html>>. Acesso em: 15 fev. 2022.

INEP - INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. *Censo da educação superior 2018*: notas estatísticas. Brasília, DF, 2019.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. *Fundamentos de metodologia científica*. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MENEZES, A. L. et al. Narrativas de sofrimento emocional na atenção primária: contribuições para uma abordagem integral culturalmente sensível em saúde mental global. *Interface: Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 23, p. 1-17, 2019. DOI: 10.1590/Interface.170803

OPAS - ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. *Saúde mental*. Brasília, DF, 2016. Disponível em: <<https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>>. Acesso em: 28 out. 2018.

PREFEITURA MUNICIPAL DE PAU DOS FERROS. *O município*. Pau dos Ferros, 2022. Disponível em: <<https://pau-dos-ferros.rn.gov.br/omunicipio.php>>. Acesso em: 8 fev. 2022.

PREFEITURA MUNICIPAL DE PAU DOS FERROS. *Plano de marketing/briefing*. Pau dos Ferros, 2017. Disponível em: <<https://pau-dos-ferros.rn.gov.br/arquivos/licitacao/61/159/Briefing.pdf>>. Acesso em: 8 fev. 2022.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. *Metodologia do trabalho científico*: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. 2. ed. Novo Hamburgo: Universidade Feevale, 2013.

ROCHA, V. H. C.; SANTOS, G. P. Geração de pílulas azuis: a intensa busca pela felicidade na contemporaneidade. *Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente*, Ariquemes, v. 9, n. 1, p. 465-483, 2018. DOI: 10.31072/rcf.v9i1.562

SANTOS, G. F. C. Ser feliz hoje! As estratégias discursivas da publicidade e as promessas de realizações nas teias do consumo. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO, 42., 2019, Belém. *Anais...* Belém: Universidade Federal do Pará, 2019. p. 1-14. Disponível em: <<http://portalintercom.org.br/anais/nacional2019/resumos/R14-0285-1.pdf>>. Acesso em: 7 fev. 2022.

SARQUES, B. A. P. *Cinema e cultura midiática*: a pequena loja de suicídios - representações em torno do mal-estar na modernidade líquida. 2018. 159 f. Dissertação (Mestrado em Comunicação) - Faculdade de Informação e Comunicação, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2018.

SOCHACZEWSKI, S. O proletariado, a esperança e o sonho de uma vida boa. *Estudos Avançados*, São Paulo, v. 26, n. 75, p. 281-288, 2012.

SOUZA, Â. R.; GOUVEIA, A. B. Os trabalhadores docentes da educação básica no Brasil em uma leitura possível das políticas educacionais. *Arquivos Analíticos de Políticas Educativas*, Arizona, v. 19, n. 35, p. 1-22, 2011.

SOUZA, B. J. Elementos para uma antropologia da psiquiatria: transtorno mental nos CAPS - Centros de Atenção Psicossocial de Natal - Rio Grande do Norte - Brasil. 2013. 363 f. Tese (Doutorado em Antropologia Social e Cultural) - Faculdade de Ciência e Tecnologia, Universidade de Coimbra, Coimbra, 2013.

Contribuição dos autores

Chaves redigiu e tabulou o texto, efetuou a discussão e revisão dos resultados, a elaboração de gráficos e a revisão final do artigo. Souza fez a revisão do texto, a discussão e revisão dos resultados e a revisão final do artigo. Miranda redigiu o texto.

Recebido: 30/09/2021

Aprovado: 08/11/2021