

■ RELATOS DE EXPERIÊNCIA

■ “Fique bem, professor!”: O relato de um projeto de intervenção para reflexões sobre bem-estar e saúde mental de professores no contexto da pandemia ocasionada pelo Covid-19

“Be well, professor!”: The report of an intervention project for reflections on the well-being and mental health of teachers in the context of the pandemic caused by Covid-19

 Lidiane Oliveira Eduardo Mota *

Resumo: O relato de experiência aqui exposto surge a partir do projeto de intervenção “Fique bem, professor!”, oriundo do produto técnico da pesquisa de mestrado “Possíveis fatores de risco e proteção para o bem-estar e saúde mental da categoria docente: um estudo bioecológico com professores readaptados da SEEDF”, de Lidiane Oliveira Eduardo Mota. Tal projeto foi elaborado frente a necessidade de se refletir sobre o bem-estar e a saúde mental de professores, considerando o contexto pandêmico ocasionado pelo COVID-19 e os desafios impostos à categoria docente. O projeto foi executado no segundo semestre de 2021 e contou com duas fases, uma de preenchimento de formulários on-line e outra de encontros presenciais, participando professores de duas escolas estaduais localizadas na cidade de Valparaíso de Goiás, entorno sul do Distrito Federal. Os formulários e os encontros abordaram os temas “ser professor na pandemia” e “os desafios diante do retorno das aulas presenciais”. Os docentes se posicionaram ativamente nos formulários e encontros, sendo possível observar que a promoção de espaços de fala e a reflexão sobre o bem-estar e a saúde mental entre a categoria é uma necessidade latente. Por isso, projetos voltados a esse público e com a temática proposta, mostram-se de suma importância e precisam ser melhor divulgados e ampliados.

Palavras-chave: Projeto de Intervenção. Bem-Estar. Saúde Mental. Professores. COVID-19.

Abstract: The experience report exposed here arises from the intervention project “Stay good, professor!”, coming from the technical product of the master’s research “Possible risk and protection factors for the well-being and mental health of the teachers: a bioecological survey with readapted teachers from SEEDF”, by Lidiane Oliveira Eduardo Mota. This project has been prepared due to the need to think about the well-being and mental health of teachers, considering the pandemic context caused by COVID-19 and the challenges imposed on the teaching class. The project was carried out in the second half of 2021 and had two phases: one for completing an on-line form and another for face-to-face meetings, with the participation of teachers from two state schools located in the city of Valparaíso de Goiás, south of the Federal District. The forms and meetings trackled the themes “being a teacher during the pandemic” and “the challenges facing the return to face-to-face classes”. The professors took an active position in the forms and meetings, and it was possible to observe that the promotion of spaces for speech and reflection on well-being and mental health among the category is a latent need. Therefore, projects aimed at this audience and with the proposed theme are shown to be of paramount importance and need to be better disseminated and expanded.

Keywords: Intervention Project. WellBeing. Mental Health. Teachers. COVID-19.

* Lidiane Oliveira Eduardo Mota é mestre em educação pela Universidade de Brasília, especialista em psicopedagogia pela Faculdade João Calvino, graduada em pedagogia pela Universidade de Brasília, graduanda em psicologia pelo Centro Universitário UNIDESC e professora da Secretaria de Educação do Distrito Federal. Contato: lidianeeduardo@gmail.com. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3652229671372546>. Orcid Id: <https://orcid.org/0000-0002-7381-617X>

Introdução

O presente relato de experiência propõe a descrição do projeto “Fique bem, professor!”, que teve por objetivo principal refletir sobre o bem-estar e a saúde mental na categoria docente por meio das percepções que docentes apresentaram sobre o ser professor em tempos de pandemia ocasionada pelo COVID-19 e os desafios da retomada às aulas presenciais. Como objetivo específico, o projeto buscou possibilitar um espaço para que os professores reflitam de forma conjunta sobre bem-estar e saúde mental e compartilhem experiências e estratégias que possam ser significativas para o bem-estar e saúde mental deles.

Ressalta-se que o projeto “Fique bem, professor!”, é a execução de um dos produtos técnicos apresentados na pesquisa de mestrado de Lidiane Oliveira Eduardo Mota, do curso de pós-graduação em Educação, modalidade profissional, da Universidade de Brasília (PPGE/MP), intitulada “Possíveis fatores de risco e proteção para o bem-estar e saúde mental da categoria docente: um estudo bioecológico com professores readaptados da SEEDF”. Destaca-se ainda que o projeto supracitado não está relacionado ao projeto “Fique Bem!”, este, também desenvolvido durante a pandemia no estado de São Paulo (www.fiquebem.org.br).

1. Trabalho docente, bem-estar e saúde mental dos professores no contexto da pandemia ocasionada pelo COVID-19

No final do ano de 2019, foi identificado na China um novo e terrível vírus, que a partir de 2020 tomaria proporções gigantescas e demandaria medidas de segurança em todas as esferas sociais. Entre essas medidas adotadas estava o distanciamento social, sendo necessário o fechamento de comércios, igrejas e instituições de ensino. Creches, escolas, faculdades e universidades fechadas, milhões e milhões de alunos e professores em casa, ninguém sabia o que ia acontecer e nem quanto tempo duraria. Novas e rápidas medidas tiveram que ser tomadas para que o ensino não parasse. Entra em cena uma nova modalidade, o ensino remoto, (MOTA, 2022).

Diferente do que acontece com o Ensino a Distância (EAD), onde há uma organização, um planejamento e uma estrutura para tal, o ensino remoto de caráter emergencial teve que acontecer, por imposição, do jeito que dava, sem muito preparo (BEHAR, 2020). No Distrito Federal, por exemplo, a rede pública de ensino retomou as aulas de maneira remota no dia 13 de junho de 2020, enquanto a rede privada o fez poucos dias após o fechamento das escolas, que foi logo na segunda semana de março, diante do imposto pelo Decreto 40.520, de 14 de março de 2020.

Como ficaram os professores diante dessa nova realidade? Mota (2022) aponta que a sala de aula passara a ser a sala de sua casa, a mesa da cozinha ou o cômodo improvisado. Não foi perguntado se os professores tinham internet de qualidade, uma mesa e uma cadeira adequadas, um computador decente, nem ao menos se sabiam lidar com novas tecnologias, mas como nós professores “sempre damos conta de tudo”, aprenderíamos rápido. E assim foi, em poucos meses apareceram verdadeiros youtubers educacionais, editores de áudio e vídeo, mestres em criatividade. Tudo para chamar a atenção daqueles estudantes que apareciam em formatos de círculo, um ao lado do outro, na tela do computador por meio de plataformas digitais e o professor do lado de cá, na torcida para que ao menos um deles abrisse a câmera de vídeo e assim, sentisse a distância diminuída e soubesse que de certa forma, o ensino remoto estava dando resultado (MOTA, 2022). Mas a que preço?

Ao que parece, o preço pago pelos professores foi (e quem sabe ainda está sendo) grandes cobranças, excesso de atividades profissionais associadas às de cunho pessoal (GUIMARÃES, 2021), sobrecarga de trabalho, em especial aqueles docentes que não tinham acesso à internet ou recursos tecnológicos como computadores ou internet de qualidade (OLIVEIRA; SANTOS, 2021). Além dos desafios relacionados ao manuseio das novas tecnologias, aos docentes foi requerido um conjunto de ações para a qualidade do ensino remoto, como a produção e distribuição de conteúdos, acompanhamento, orientação, avaliação e estímulo aos alunos (BRITO *et al.*, 2020), ocasionando em alguns casos o aumento da jornada de trabalho. Sem falar que os professores tiveram que dividir seu tempo e espaço com as atividades familiares, domésticas e profissionais, sobre isso, Souza *et al.* (2021, p.3), destaca que “fazer do próprio ambiente doméstico o local de trabalho, em tempo integral, trouxe consequências pouco exploradas para a saúde dos profissionais da educação que sustentam, por longa data, esse híbrido entre compromissos contratuais e afazeres da vida privada”.

Inúmeros professores adoeceram física e mentalmente, e por vezes, em silêncio, como consequência da pressão para atingir os objetivos impostos pelos gestores, da culpabilização pela inadequada estrutura das instituições de ensino e da evasão dos estudantes (SOUZA *et al.*, 2021). Parecia haver falta de esperança, intenso trabalho, altos níveis de estresse e, sobretudo, evidente descaso e falta de apoio social, político e cultural, o que frustrou grande parte dos professores, que disseram sentir-se sobrecarregados, adoentados e em sofrimento (PACHIEGA; MILANI, 2020).

Não obstante às pressões do trabalho remoto, começou a tensão com relação ao retorno das aulas presenciais, tendo em vista que boa parte dos docentes

já haviam sido vacinados, ao menos no Distrito Federal (SEEDF, 2021). Com isso, pensar em estratégias de promoção à saúde mental para os professores diante da retomada das aulas presenciais fez-se necessário.

O guia “Acolher vidas para fortalecer emoções e criar estratégias pós-pandemia – COVID-19”, elaborado pelo Ministério da Mulher, Família e Direitos Humanos (BRASIL, 2020) foi um documento elaborado visando estratégias e direcionamentos diante da reabertura das escolas, e aponta que:

É urgente pensar nas estratégias de realização do acolhimento de todo corpo educacional de forma sistêmica, desde o professor(a), diretor(a), vice-diretor(a), coordenador(a), secretários, merendeira(o), até as pessoas que atuam nos cuidados da higiene, vigilante e porteiro, pois, neste momento, é necessário cuidar de quem cuida e acolher quem acolhe. (BRASIL, 2020, p. 5)

Diante da realidade pandêmica afetando amplamente a saúde mental dos docentes e com a retomada às aulas presenciais, vislumbrou-se a necessidade de estratégias imediatas para a promoção do bem-estar e saúde mental e ainda o acolhimento desse profissional diante dos desafios encontrados. Por isso, a necessidade de execução do projeto “Fique bem, professor!”.

2. Metodologia

Tipo de projeto: Projeto de intervenção em escolas para professores, visando a reflexão sobre o bem-estar e a saúde mental da categoria frente aos desafios impostos pelo COVID-19, como aulas remotas e retomada das aulas presenciais. A pesquisa que originou esse projeto (MOTA, 2022), tem caráter fenomenológico, e seguindo esse viés, utilizou-se também a fenomenologia para o trabalho com os professores. A fenomenologia exalta a interpretação do mundo que surge intencionalmente à nossa consciência, elevando o ator com suas percepções dos fenômenos (TRIVIÑOS, 1987). A fenomenologia abre caminho para investigar o bem-estar e a saúde mental como algo singular, particular, individual, diante das percepções vivenciadas por cada sujeito. Assim, para buscar o entendimento do que os professores sentem, pensam e idealizam a respeito do bem-estar e saúde mental, foram propostas algumas estratégias que nortearam os encontros e que serão descritas posteriormente.

Contato com as escolas: Na primeira escola, chamada de Escola 1, o contato deu-se por proximidade, pois a diretora conhece a idealizadora do projeto, bem como sabe dos estudos por ela realizados, interessando-se por um projeto voltado para os professores, fazendo assim, o convite para executá-lo. Na segunda escola, chamada de Escola 2, foi por indicação, a diretora da primeira escola indicou o projeto, que gerou o interesse e o convite por parte da diretora da segunda escola.

Participantes do projeto: O projeto foi idealizado para professores da rede de ensino do Distrito Federal, contudo, diante da necessidade latente, do convite e da possibilidade de aplicabilidade imediata de forma presencial, ele foi realizado primeiro com professores da rede pública do Estado de Goiás, região do entorno sul de Brasília (Valparaíso de Goiás). Os professores participantes atuam em CEPIs (Centro de Ensino em Período Integral), ministrando aulas para o Ensino Fundamental II e Ensino Médio.

Execução do projeto: O projeto foi dividido em duas partes, a primeira, realizada antes dos encontros presenciais, consistindo no preenchimento de dois formulários on-line; a segunda parte, realizada de forma presencial em quatro encontros no período matutino, às quartas-feiras (Escola 1) e sextas-feiras (Escola 2), entre os meses de setembro a novembro de 2021. Com o decorrer da execução do projeto, percebeu-se a necessidade de se trabalhar aspectos mais focados ao bem-estar por isso, foi proposto um trabalho de fortalecimento emocional por meio de imagens geradoras, que objetivaram a reflexão sobre os temas: autocuidado, emoções, sobrecarga, empatia, equilíbrio e amizade. Além disso, foi realizada também a ação prática denominada “Caixa da Amizade”, onde os professores colocaram num papel um desejo, um sentimento, uma frase que eles gostariam de ouvir e que lhes fizesse bem. Esses papéis foram depositados numa caixa, que ficou na sala dos professores de cada escola, com objetivo de, sempre que quiserem, lerem uma das mensagens escritas, proporcionando bem-estar e fortalecimento grupal.

Descrição dos formulários: O primeiro formulário (Formulário 1) continha cinco perguntas, das quais, uma objetiva e quatro subjetivas. A primeira pergunta realizada foi “Qual a escola que você trabalha”; a segunda, “Há quanto tempo você é professor(a)?”; a terceira, “Escreva as cinco primeiras palavras que lhe vem à mente quando você pensa sobre a seguinte frase: “Ser professor na pandemia”; a quarta, “Das cinco palavras escritas anteriormente, escolha uma que melhor representa para você o ser professor na pandemia”; ressalta-se que com as respostas dessa pergunta foi realizado uma imagem de nuvem de palavras; e a quinta e última “Muitos professores relatam que a pandemia e o trabalho remoto têm afetado a sua Saúde Mental. E para você, como tem sido ou como foi lidar com questões de saúde mental diante do trabalho remoto e pandemia?”. O segundo formulário (Formulário 2), continha quatro questões, todas subjetivas: “Qual escola você trabalha?”; “Escreva as cinco primeiras palavras que lhe vem à mente quando você pensa sobre a seguinte frase: ‘desafios encontrados na retomada das aulas presenciais’”; “Das cinco palavras escritas anteriormente, escolha uma que melhor representa para você os ‘desafios na retomada das aulas presenciais’” (as respostas originaram uma nuvem de palavras, que será exposta

adiante”; Houve alguma situação que te marcou nessa retomada das aulas presenciais? Se sim, poderia relatar o quê?”. O terceiro formulário (Formulário 3), de caráter avaliativo, conteve oito perguntas, das quais, sete objetivas e uma subjetiva, que foram respondidas por meio de escala de notas, do 1 (muito ruim) ao 5 (muito bom) e visaram avaliar os assuntos abordados, o material utilizado (slides, vídeos, músicas, dinâmicas), a explicação e forma de comunicação da mediadora, a organização e tempo dos encontros e ainda, a utilidade dos temas abordados para a vida dos participantes. A última pergunta foi aberta e livre, foi pedido para que colocassem críticas, sugestões e comentários.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi incorporado aos Formulários 1 e 2, contendo todas as informações como objetivos e funcionalidade do questionário, além do contato da mediadora. Para garantir o anonimato dos docentes foram dados os seguintes signos a estes: F01P01, F01P02, F01P03 e assim sucessivamente, quando se tratar de respostas ao Formulário 1; F02P01, F02P02, F02P03 e assim sucessivamente, quando se tratar de respostas ao Formulário 2 e F03P01, F03P02, F03P03 e assim sucessivamente, quando se tratar do formulário avaliativo, conforme a ordem de respostas.

Embora tenha sido respondido somente por professores da Secretaria de Estado do Goiás, destaca-se que as respostas traduziram a realidade vivida pela categoria docente num todo, como aponta a pesquisa “Possíveis fatores de risco e proteção para o bem-estar e saúde mental da categoria docente: um estudo bioecológico com professores readaptados da SEEDF” (MOTA, 2022), sendo as reflexões importantes também para os professores da Secretaria de Educação do Distrito Federal e de outros estados, pois entendemos que a categoria em geral enfrentou e ainda enfrenta desafios semelhantes, sendo os frutos dessa ação, extensivos a qualquer rede de ensino.

3. Descrição das atividades realizadas

3.1. Primeiro encontro

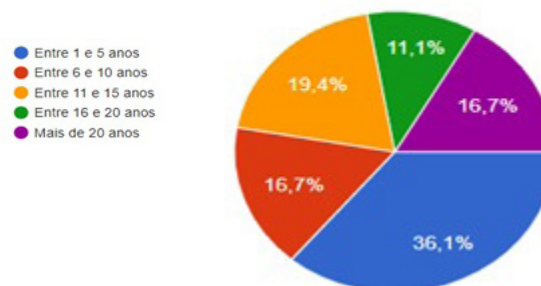
Para nortear o primeiro encontro presencial nas Escolas 1 e 2, foi encaminhado aos professores por meio da direção, o Formulário 1, que conteve 36 (trinta e seis) participações, sendo 21 (vinte e um) da Escola 1 e 15 (quinze) da Escola 2. Como resposta à primeira pergunta, percebeu-se que a maioria dos professores atuam de 1 a 5 anos na área, conforme aponta o gráfico 1.

Ainda no Formulário 1, aplicado antes do primeiro encontro presencial, foi pedido para que escrevessem as cinco primeiras palavras que lhes viessem à mente quando pensassem sobre a seguinte frase: “ser

Gráfico 1 - Tempo de profissão

Há quanto tempo você é professor (a)?

36 respostas



Fonte: Da autora (2021).

professor na pandemia”. Algumas das respostas serão expostas a seguir:

- “Dor, cansaço, medo, estresse, preocupação” (F01P01)
- “Desafio, aprendizado, estresse, cansaço, trabalho” (F01P06)
- “Cobrança, mensagens, planejamento, estresse, cansaço” (F01P09)
- “Descoberta, cansaço, superação, medo, resiliência” (F01P10)
- “Desafios, ansiedade, trabalho, nervosismo, preocupação” (F01P15)
- “Desafio, ansiedade, pressão, descobertas, alegrias” (F01P18)
- “Superação, inquietude, estresse, cansaço, ansiedade” (F01P23)
- “Aprendizado, renúncia, ansiedade, angústia, determinação” (F01P32)

Percebeu-se por meio das respostas descritas acima e como apontou a literatura, que o bem-estar e a saúde mental dos docentes frente ao ser professor na pandemia foram afetados, e que embora para alguns possa ter sido aprendizado, reinvenção e superação, num geral, foi uma prática desafiadora, gerando estresse, cansaço e se mostrando desconfortável. Isso ficou reafirmado quando foi pedido para que os professores descrevessem em apenas uma palavra o sentimento com relação ao ser professor na pandemia. A imagem 1 traduz essas respostas.

Imagem 1 - Nuvem de palavras sobre o ser professor na pandemia



Fonte: Da autora (2021).

O Formulário 1 trouxe ainda a seguinte pergunta: “Como tem sido ou como foi lidar com questões de saúde mental diante do trabalho remoto e pandemia?”. Algumas respostas demonstraram que para alguns professores, o bem-estar e a saúde mental não foram afetados, contudo, a maioria relatou o contrário, como exposto a seguir:

“Foi bastante difícil conciliar o trabalho com as relações familiares. Confesso que, em alguns momentos, não tratei o estresse da melhor maneira”. (F01P02)

“Não tem sido fácil, pois não diferente dos demais colegas, o trabalho para mim triplicou (...)”. (F01P04)

“Exaustivo, a luta para não parar de cumprir com o dever, excede a carga emocional, física e psicológica”. (F01P10)

“Realmente, são muitos desafios, acredito que a classe necessita de acompanhamento”. (F01P11)

“Muito complicado, uma das coisas que mais afetou minha saúde mental”. (F01P14)

“Meu nível de ansiedade se intensificou”. (F01P21)

“Afetou muito. Não foi fácil”. (F01P23)

“Desgastante e cansativo”. (F01P25)

Depois que o Formulário 1 foi fechado, as respostas foram analisadas e colocadas em slides para nortear o encontro presencial. Nos primeiros encontros presenciais nas Escolas 1 e 2, a temática levantada foi sobre o ser professor na pandemia. Participaram presencialmente na Escola 1, 22 (vinte e dois) professores e na Escola 2, 21 (vinte e um) professores.

Entre as estratégias utilizadas, estavam: os slides (elaborados de forma didática e divertida); dinâmicas; exposição das respostas ao questionário por meio da nuvem de palavras e da síntese de algumas contribuições; vídeo reflexivo sobre o trabalho docente na pandemia e ainda, com base em dados científicos, tecemos uma reflexão sobre o bem-estar e a saúde mental da categoria docente antes da pandemia. Chegou-se à conclusão que os docentes já vinham num processo de adoecimento emocional, que se intensificou com os desafios impostos pela pandemia e trabalho remoto. Nesse encontro, os professores analisaram de forma conjunta sobre o bem-estar e saúde mental e compartilharam experiências e estratégias que demonstraram ser significativas para o bem-estar e saúde mental deles.

3.2. Segundo encontro

Antes do segundo encontro presencial nas Escolas 1 e 2, foi pedido à direção que encaminhasse o Formulário 2 aos professores. Foram respondidos ao todo 18 (dezoito) formulários. A primeira pergunta realizada no documento supracitado foi: “Escreva as CINCO primeiras palavras que lhe vem à mente quando você pensa sobre a seguinte frase: `desafios encontrados na

retomada das aulas presenciais`. Algumas respostas apresentadas foram:

“Reorganização, adaptação, novo normal, novos desafios, nivelamento” (F02P01)

“Carga emocional, desgaste físico, esgotamento, pressão, fadiga” (F02P03)

“Paciência, disposição, cansaço, COVID, divertimento” (F02P04)

“Resiliência, superação, motivação, readaptação, acolhimento” (F02P05)

“Resiliência, vitória, COVID, preocupação, positividade” (F02P06)

“Motivar, biossegurança, incerteza, insegurança, pressão” (F02P07)

“Desafio, adaptação, resiliência, resignação, aprendizado” (F02P09)

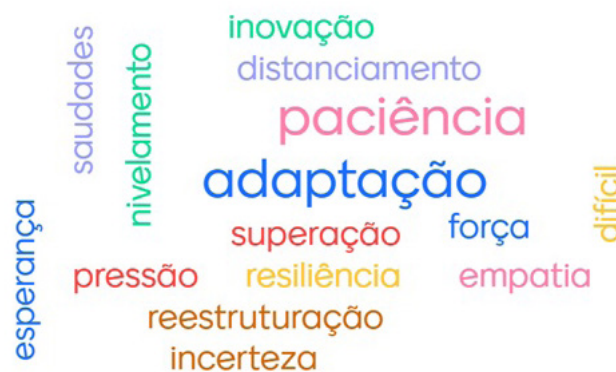
“Motivação, reestruturação, COVID, desafio e reencontro” (F02P10)

Observou-se que os professores em geral estavam com um sentimento positivo com relação ao retorno das aulas presenciais, fato que não escondia também o medo, a insegurança e a pressão diante dessa retomada. Ao solicitar no Formulário 2 que os participantes escolhessem apenas uma das palavras para representar o sentimento diante dos desafios na retomada das aulas presenciais, a questão da adaptação e da paciência foram as palavras que apareceram mais de uma vez, sentimentos como saudades, esperança e empatia se fizeram presentes, bem como pressão, incerteza e dificuldade, como aponta a nuvem de palavras da Imagem 2.

O Formulário 2 se propôs a refletir ainda se havia alguma situação que tinha marcado os professores nessa retomada das aulas presenciais. Oito, dos dezoito respondentes disseram que não, contudo, algumas outras respostas merecem destaque:

“Os estudantes não são mais os mesmos, não tem o mesmo brilho e a mesma alegria de antes da pandemia.” (F02P02)

Imagem 2 – Nuvem de palavras sobre a retomada das aulas presenciais



Fonte: Da autora (2021).

“Rever os alunos foi muito bom.” (F02P03)
 “Alunos não seguem os protocolos de biossegurança.” (F02P09)
 “Reencontrar meus estudantes e ver a alegria deles. Emocionei-me.” (F02P11)
 “Carinho dos alunos.” (F02P14)
 “Ter que trabalhar mesmo em meio a destruição emocional como fator recente a morte do meu pai.” (F02P15)
 “Constatação da vulnerabilidade socioeconômica do alunado, por meio de várias histórias em que os estudantes narram suas jornadas de trabalho iniciadas com a perda de emprego dos pais devido a pandemia.” (F02P18)

Tais respostas traduzem o que alguns professores estavam sentindo com relação à retomada das aulas presenciais: saudades e emoção ao rever os alunos. Contudo, também mostraram fatos que a pandemia nos fez encarar: o luto e o desemprego. E ainda, os professores retornaram ao trabalho presencial, mas receosos com sua saúde, a dos estudantes e com a biossegurança.

O segundo encontro presencial nas Escolas 1 e 2 teve uma discussão com base nesses apontamentos do Formulário 2. Por se tratar de um assunto que poderia mexer emocionalmente com os participantes, foram pensadas estratégias e dinâmicas para se deixar o ambiente mais leve e agradável possível. Por isso, depois de expor e dialogar sobre as respostas ao formulário, foi proposto um trabalho de fortalecimento emocional por meio de imagens geradoras. As participações foram excepcionais e com base nas percepções sobre as imagens, os grupos de professores foram instigados a pensar sobre eles mesmos, sobre a profissão e sobre as questões de bem-estar e saúde mental.

Foi proposto ainda, nas duas escolas, a “Caixa da Amizade” (Imagem 3), que é uma ação prática de cuidado ao bem-estar e saúde mental e que foi muito bem aceita pelos participantes. Depois de escreverem e depositarem as mensagens na caixa, foram escolhidas três mensagens aleatoriamente e lidas para todo o grupo. A aceitação foi tamanha, que os participantes pediram para ler mais, no

Imagem 3 – Caixa da Amizade da Escola 1



Fonte: Da autora (2021).

entanto, foi explicado que o objetivo é que cada um leia uma mensagem todo dia, no horário que achar melhor. Ao entenderem que a Caixa da Amizade ficaria na escola, como uma espécie de presente, os grupos agradeceram, aplaudiram e assim, os encontros foram finalizados, numa mistura de emoção e gratidão.

3.3. Avaliação do Projeto “Fique bem, Professor!”

Foi proposto aos professores, ao final do segundo encontro, uma avaliação do projeto, via Google Forms (Formulário 3), que ficou aberta para respostas por três dias. Foram realizadas sete perguntas objetivas, a serem respondidas por meio de escala de notas, do 1 (muito ruim) ao 5 (muito bom). De forma geral, os participantes avaliaram o encontro positivamente, ficando a maior parte da escala entre bom e muito bom (notas 4 e 5). A última pergunta foi aberta e livre, foi pedido para que colocassem críticas, sugestões e comentários. Algumas das respostas foram:

“Amei a proposta do projeto e principalmente a sua disponibilidade em trabalhar com este tema pois afinal, poucos pensam em nós. Espero ouvir falar muito bem dele mais tarde e deseje-lhe muito sucesso!” (F03P01)
 “Foi excelente! Parabéns! Obrigada por contribuir com a minha saúde mental.” (F03P02)
 “As reuniões foram acolhedoras e proveitosas, um projeto importante de valorização da profissão de professor.” (F03P03)
 “Foi de inteira importância, refleti bastante sobre o tema e sobre meu tempo, muito obrigada.” (F03P05)
 “Podíamos ter mais momentos como esse.” (F03P08)
 “Relevante.” (F03P16)

Conclusão

Considerando o feedback durante os encontros, a maioria das respostas presentes na avaliação e ainda, os comentários finais da avaliação, o projeto “Fique bem, professor!” cumpriu com seu objetivo de refletir sobre o bem-estar e a saúde mental na categoria docente por meio das percepções que os professores têm sobre o ser professor em tempos de pandemia ocasionada pelo COVID-19 e os desafios da retomada às aulas presenciais.

A temática de saúde mental entre os professores é algo que encontra espaço dentro da literatura, suscitando interesse entre os pesquisadores e gerando preocupação por parte da categoria. Nesse sentido, o projeto “Fique bem, professor!”, pode ser desenvolvido em outras escolas a qualquer tempo, independentemente das reflexões e desafios originados pela pandemia, pois a temática central que é o bem-estar e a saúde mental da categoria docente continua sendo algo latente dentro dos ambientes escolares, assim como continuam apontando as pesquisas.

Por fim, é deixado aqui o agradecimento às escolas, diretoras e professores participantes, e ainda, o desejo de que o bem-estar e a saúde mental sejam temas

presentes em suas reflexões e ações. Almejamos ainda, que esse projeto possa ser executado em nossa casa, a Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal. ■

Referências

- BEHAR, P. A. **O Ensino Remoto Emergencial e a Educação a Distância**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2020. Disponível em <https://www.ufrgs.br/coronavirus/base/artigo-o-ensino-remoto-emergencial-e-a-educacao-a-distancia/>. Acesso em: 07 jul. 2021.
- BRASIL. Ministério da Mulher, Família e Direitos Humanos. **Acolher vidas para fortalecer emoções e criar estratégias pós-pandemia – COVID-19**. 2020. Disponível em https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2-novembro/Guia_de_Orientacoes.pdf. Acesso dia 16 de maio de 2021.
- BRITO, V. M. S. C.; VEIGA, E. O. B.; MANGIAVACCH, B. M.; CURSIO, F. S. Ensino remoto, prática docente e saúde mental em tempos de pandemia da covid-19: notas introdutórias. In. Congresso Internacional Interdisciplinar em Socia e Humanidades (CONINTER 2020), 9., **Anais** [...]. Campos dos Goytacazes (RJ) UENF, 2021. Disponível em: <https://www.even3.com.br/anais/coninter2020/296593-ENSINO-REMOTO-PRATICA-DOCENTE-E-SAUDE-MENTAL-EM-TEMPOS-DE-PANDEMIA-DA-COVID-19--NOTAS-INTRODUTORIAS>. Acesso em: 02 jul. 2021.
- GUIMARÃES, F. P. V. **A pandemia (covid-19): consequências para a saúde mental dos professores**. 2021. 27 f. Monografia (Especialização) – Docência no Ensino Superior, Instituto Federal Goiano, Ipameri, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ifgoiano.edu.br/handle/prefix/1859>. Acesso dia 29 jun. 2021.
- MOTA, L. O. E. **Possíveis fatores de risco e proteção para o bem-estar e saúde mental da categoria docente: um estudo bioecológico com professores readaptados da SEEDF**. 2022. 281 f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade de Brasília, Faculdade de Educação, Brasília, 2022. Disponível em https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/44092/1/2022_LidianeOliveiraEduardoMota.pdf
- OLIVEIRA, E.C.; SANTOS, V. M. Adoecimento mental docente em tempos de pandemia. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.7, n.4, p. 39193-39199 apr 2021. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/28307>. Acesso em 29 jun. 2021.
- PACHIEGA; M. D.; MILANI, D. R. C. Pandemia, as reinvenções educacionais e o mal-estar docente: uma contribuição sob a ótica psicanalítica. **Dialogia**, São Paulo, n. 36, p. 220-234, set./dez. 2020. Disponível em: <https://periodicos.uninove.br/dialogia/article/view/18323>. Acesso dia: 02 jul. 2021.
- SECRETARIA DE EDUCAÇÃO. **Todos vacinados**. Governo do Distrito Federal, Distrito Federal, SEEDF, 2021. Disponível em: <http://www.educacao.df.gov.br/todos-vacinados/>. Acesso em 12 jul. 2021.
- SOUZA, J. B.; HEIDEMANN, I. T. S. B.; BITENCOURT, J. V. O. V.; AGUIAR, D. D. M.; VENDRUSCOLO, C.; VITALE, M. S. S. Enfrentamento da COVID-19 e as possibilidades para promover a saúde: diálogos com professores. **Rev. Enferm. UFSM**, Santa Maria, v11, p. 1-24, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/61363>. Acesso em 02 jul. 2021.
- TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: A pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 1987.