

**AJES - INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DO VALE DO JURUENA  
ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOPEDAGOGIA COM ÊNFASE EM  
INCLUSÃO SOCIAL**

APROVADA

NOTA: 9,0

**DOENÇAS DA ALMA OU APATIA SOCIAL? A DEPRESSÃO ENTRE OS  
PROFESSORES EFETIVOS DE COLNIZA/ MT.**

ADELICE SOARES DE MIRANDA

soaresdelice@hotmail.com

ORIENTADOR: ILSO FERNANDES DO CARMO

**COLNIZA/2015**

**AJES - INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DO VALE DO JURUENA  
ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOPEDAGOGIA COM ÊNFASE EM  
INCLUSÃO SOCIAL**

**DOENÇAS DA ALMA OU APATIA SOCIAL? A DEPRESSÃO ENTRE OS  
PROFESSORES EFETIVOS DE COLNIZA/ MT.**

ADELICE SOARES DE MIRANDA

ORIENTADOR: ILSO FERNANDES DO CARMO

*"Trabalho apresentado como exigência parcial para a obtenção do Título de Especialização em Psicopedagogia com Ênfase em Inclusão Social."*

**COLNIZA/2015**

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço imensamente ao Senhor Jesus que é quem nos fortalece para vencermos e sermos vitoriosos diante de tantos obstáculos. Agradeço com enorme carinho ao meu esposo e filhos que tanto me ajudam e compreenderam minhas lutas diárias para mais essa conquista na minha vida. Aos professores da Faculdade AJES que foram excelentes profissionais na execução deste curso enfrentando as dificuldades da distância e nos oferecendo um ensino de qualidade, com uma gratidão em especial ao professor Ilso Fernandes do Carmo por ser o orientador desta pesquisa e ter me ajudado com tamanha dedicação e comprometimento.

## DEDICATÓRIA

*Dedico este trabalho primeiramente a Deus, por ser essencial em minha vida, autor de meu destino, meu guia, pois mesmo enfrentando essa depressão durante o curso, ele me deu força e foi socorro presente na hora da angústia. Ao meu esposo Rodinei, pelo carinho, a paciência e por sua capacidade de me trazer paz na correria de cada semestre, pois de uma forma especial e carinhosa me deu força e coragem, me apoiando nos momentos de dificuldades. Aos meus filhos e aos meus queridos pais, João e Alice a quem eu agradeço todas às noites a minha existência e pela capacidade de acreditar em mim.*

“por piores que pareçam as dificuldades, tenha certeza de que podem superá-las com a persistência e a força que provem de seu íntimo”

(Carlos Torres Sobrinho)

## RESUMO

A pesquisa foi realizada com quatro professoras e três diretores do município de Colniza. A escolha do tema se deu pela curiosidade de investigar se o trabalho do ser professor e a depressão que alguns destes profissionais apresentam está relacionado ao exercício da profissão. Para chegar ao resultado, foi realizado uma pesquisa de campo com quatro educadoras das escolas municipais e três diretores. As quatro educadoras entrevistadas desenvolveram ao longo da profissão um quadro depressivo, as mesmas são efetivas e são educadoras entre 10 a 20 anos. Após a coleta de dados, as informações foram agrupadas e embasadas teoricamente sobre o ponto de vista de alguns teóricos.

A escola é um lugar de aprendizagens, o professor tem um papel de grande relevância para formação e transformação do sujeito, os alunos precisam e merecem uma boa educação. O educador por sua vez é o principal responsável pela mediação do conhecimento, mas, no entanto o dia-a-dia do professor tem se tornado cada vez mais desgastante, há diversos fatores que contribuem para o descontrole emocional do educador, indisciplinas, salas superlotadas, dificuldades de aprendizagens e baixos salários, sendo este último o principal responsável para o professor exercer o seu trabalho em mais de uma escola o que se torna um risco á saúde deste profissional, pois esta profissão exige muito preparo disponibilidade, motivação, formação e informação. A pesquisa permitiu identificar que há diversos fatores para o desenvolvimento de um quadro depressivo, mas, no entanto de acordo com os relatos das educadoras a profissão tem grandes influências na condição que elas se encontram, “depressivas”. Os fatores relatados que trouxeram desgastes a saúde das mesmas foram indisciplina dos alunos, salas superlotadas, baixos salários, desvalorização e falta de motivação.

**PALAVRAS-CHAVE:** professor, a profissão, indisciplina, baixos salários, depressão, afastamento do trabalho.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	07
1. MODERNIDADE, CAUSAS E PROFISSÃO.....	09
CAPÍTULO 02: DEPRESSÃO E PROFESSOR A RELAÇÃO.....	16
CAPÍTULO 03: DEPRESSÃO DOS EDUCADORES QUEM É CULPADO? O QUE FAZER?.....	25
CONCLUSÃO.....	31
BIBLIOGRAFIA.....	32
ANEXOS.....	33

## INTRODUÇÃO

Os professores são profissionais que trabalham ao mesmo tempo atendendo vários alunos, estes são responsáveis em contribuir para o pleno desenvolvimento dos sujeitos, estes precisam estar preparados para a vida social e para o trabalho. Diversas transformações acontecem a cada dia, novas descobertas, as tecnologias se inovam e as pessoas também se modificam conforme o tempo em que estão vivendo, a modernidade o nosso hoje esta sendo de muita correria, estamos sempre em busca de atingirmos os nossos objetivos, queremos certos confortos que para atingi-los necessitamos trabalhar mais.

Os educadores não recebem um salário considerável e com isso muitos educadores trabalham em até três turnos para que sua renda seja melhorada, identificamos ainda aqueles que fazem outros bicos. A profissão de educador é árdua, enfrentamos dificuldades diariamente como dificuldades de aprendizagens, cada criança é única, porém nem todos aprendem da mesma forma e o educador precisa buscar diferentes formas para que o aluno desenvolva, além disso, ainda há os casos de indisciplina um dos principais fatores que desgasta o ser professor, este precisa ser dinâmico e envolver os alunos, no entanto nos deparamos com uma realidade onde os alunos estão cada vez mais desconcentrados.

O educador enfrenta diversos problemas na sala de aula, e em muitas vezes não consegue resolve-los, e diante da grande problemática, os educadores se desequilibram, perdem a crença na educação, sua autoestima é prejudicada e a principal motivação do educador é o interesse do aluno e quando o mesmo percebe que não esta conseguindo atingir o aluno, mas que esta sendo atingido negativamente por esse começa certo desequilíbrio, desanimo, intolerância a barulhos, sensibilidade exagerada entre outros. O educador por sentir certos fatores psicossomáticos e as suas emoções prejudicadas procura tratamento e se assusta com um diagnóstico de depressão.

A depressão em muitos casos impossibilita os profissionais a continuarem lecionando, e é ai que surgem as readaptações, esses começam a realizar outros trabalhos na educação.

Para sabermos se a depressão das professoras que se encontra neste estado esta ligada a profissão dos professores realizamos a pesquisa monográfica, com o intuito de analisar se a profissão prejudica a saúde dos professores causando sintomas depressivos. Para chegarmos a tal conclusão entrevistamos quatro educadoras e três diretores das maiores escolas municipais do município de Colniza.

A presente pesquisa foi organizada em três capítulos, no primeiro trataremos da sociedade moderna dos desgastes emocionais que estamos vivendo e a depressão dos professores, no segundo abordaremos a depressão e a relação desta com a profissão do professor e no terceiro e último capítulo será exposto a visão dos diretores entrevistados sobre a depressão, suas causas, a profissão e o que se pode fazer para que os desgastes da profissão não atinja a saúde do professor.

A realização da pesquisa permitiu identificar que há outros fatores que contribuem para o surgimento da depressão, mas, no entanto a pressão do trabalho, os grandes estresses, indisciplinas, carga horaria, baixo salário, desvalorização profissional são fatores que segundo as educadoras trouxeram grandes desgastes para a sua saúde, e levando em consideração que as educadoras entrevistadas são mães e esposas intensificam ainda mais o seu trabalho diário.

## **CAPÍTULO 01**

### **MODERNIDADE CAUSAS, E PROFISSÃO.**

A nossa sociedade exige mais e mais dos sujeitos, todos buscam bons resultados, o comércio tenta se inovar de forma rápida, as tecnologias se inovam, desenvolvemos um querer material que nem sempre é fácil de conseguirmos, trabalhamos muito, vivemos a correria do dia-a-dia, às vezes temos a sensação que o tempo passa muito rápido, o tempo para curtirmos o dia, nossas famílias é muito pouco, então porque não dizer que estamos vivendo uma era de grandes stress de desgaste emocional. Para sermos bem sucedidos termos uma carreira de sucesso temos que ser o melhor, contribuir com a sociedade, e no que se refere aos bens materiais também queremos usufruir das inovações, do conforto que o dinheiro oferece.

Todas as profissões sentem este desgaste relatado, mas, contudo vamos falar de uma das profissões que enfrenta grandes desgastes, “o professor”, este é responsável pelo desenvolvimento pleno dos sujeitos, o educador trabalha com vários alunos ao mesmo tempo, e cada um desses é de um jeito, ou seja, apresenta suas particularidades. As formas de trabalho também precisa ser diferenciado, pois devido às individualidades nem todos aprendem da mesma maneira.

Segundo SILVA (1997), dentro da sala de aula, as particularidades se apresentam, tais como indisciplina, agressões, dificuldades de aprendizagens entre outras, o professor como o mediador do conhecimento, acaba por sofrer grandes transtornos para lidar com tamanha dificuldades, é um trabalho que exige muito, e nem sempre esse profissional consegue resolver todos os problemas, geralmente as salas são superlotadas, e as diferenças se multiplicam, e a ajuda extraclasse é pouca, ou inexistentes, todos esses fatores causam angustias ao educador.

Devido à problemática que se apresenta em nossas escolas, segundo SILVA (1997), o educador têm sofrido, os problemas em uma sala de aula são muitos, e este profissional trabalha muito, alguns professores exercem sua profissão em até duas escolas, sabemos que a sociedade exige muito, todas as profissões primeiramente passa pela escola, então este profissional é quem forma para a sociedade, este precisa atender a necessidade social, contribuir para a formação

intelectual e humana, pois precisamos de sujeito que tenha capacidade de executar as tarefas, mas que também tenha um bom relacionamento com as pessoas, e que compreenda e respeite a diversidade, desta forma o educador tem um amplo papel na formação e informação dos alunos e para tanto exige preparo, este profissional precisa viver em constantes buscas, estarem abertos as novas propostas, acompanhar o desenvolvimento da sociedade.

Segundo SOUZA (2002), ensinar nunca foi fácil, diz ele, por um motivo essencial: o professor tem por missão ensinar, que é meio, para o objetivo de levar o aluno a aprender, que é fim. E esse fim depende do desejo dos alunos. Não se pode exercer a profissão sem o engajamento do outro, sem seu desejo e mobilização, sem um uso em si e para-si do conhecimento. E tal fato descarta a educação de qualquer possibilidade de controle: a psicanálise ensina que não se pode produzir o desejo. Pode-se incitar multiplicar sinais e apelos, a relação do professor com o conhecimento exerce efeitos sedutores, etc., mas definitivamente é do aluno colocar-se ou não em movimento em direção ao saber.

Em acordo com a autora, o aluno para aprender precisa ter a vontade, o educador necessita ter uma boa prática, ser motivador, envolver os alunos, mas, contudo a sua ação depende do desejo do outro, e é a falta do desejo do aluno em aprender que muitas vezes traz certo desgaste ao professor que se sente perdido, se cobra por não alcançar resultados positivos. E muitos educadores, devido à falta de controle emocional, angústia irritabilidade, sensibilidade a barulhos, entre outros sintomas adquirem a doença da alma, ou seja, a “depressão”.

O indivíduo não está bem sua atividade profissional não flui, não responde as expectativas de acordo com o que se espera.

Segundo SOLOMON (2010, p. 17),

A depressão é imperfeição no amor. Para podermos amar, temos que ser criaturas capazes de se desesperar ante as perdas, e a depressão é o mecanismo desse desespero. Quando ela chega, degrada o eu da pessoa e finalmente eclipsa sua capacidade de dar ou receber afeição. É a solidão dentro de nós que se torna manifesta, e destrói não apenas a conexão com o outros, mas também a capacidade de estar apaziguadamente apenas consigo mesma. Embora não seja nenhum profilático contra a depressão, o amor é o que acolchoa a mente e a protege de si mesma.

Em acordo com este autor, a depressão é um desespero, e essa acontece quando o indivíduo se encontra impossibilitado a lidar com a dor, é como se o

mundo se fechasse, é uma parada para viver o seu momento de dor, esta dor intensa agonizante, capaz de destorcer o mundo real, se afastar das atividades do trabalho e das pessoas, a falta de significado da própria vida se torna evidente. As pessoas com depressão podem acreditar que estão com outra doença e não com depressão, muitas vezes por sentirem algum tipo de dor procuram outro tipo de doença, e neste sentido SOLOMON (2010, p. 25), diz que:

A doença da mente é uma doença real e pode ter graves impactos no corpo. As pessoas que vão aos consultórios queixando-se de cólicas ouvem com frequência as palavras: "ora, não há nada de errado com você, só está deprimido!" se a depressão é severa a ponto de causar cólicas, quer dizer que está ruim de fato e exige tratamento. E você aparece se queixando de problemas respiratórios, ninguém lhe diz: "ora, não há nada de errado com você a não ser um enfisema!" para a pessoa que está sofrendo na pele, doenças psicossomáticas são tão reais quanto às cólicas de alguém com intoxicação alimentar. Elas existem no cérebro inconsciente, e muito frequentemente o cérebro está enviando mensagens inadequadas para o estômago; portanto, elas existem lá também. A diagnose- se algo está podre em seu estômago, ou em seu apêndice, ou em seu cérebro- tem importância na determinação do tratamento e não é trivial. No que diz respeito aos órgãos, o cérebro é muito importante, e seu mau funcionamento deve ser tratado adequadamente.

Segundo SOLOMON (2010), a depressão além de ser um estado infeliz, horrível, não construtivo, na maior parte dos casos ela mata. Não apenas pelo suicídio, mas também através de uma taxa maior de doenças do coração, resposta menor do sistema imunológico e assim por diante. Frequentemente, pacientes que reagem à medicação deixam de reagir se continuam entrando e saindo dos medicamentos; com cada episódio, há um aumento de 10% do risco que a depressão se torne crônica ou inevitável. A pessoa não recupera de colapsos rápidos ou facilmente.

Baseado em SOLOMON (2010), alguns sintomas apresentados por algumas pessoas depressivas são coluna curvada, cansaço, dificuldade para respirar, entre outras. A ansiedade é um caminho para chegar até a depressão, grande parte das pessoas com puro transtorno de ansiedade desenvolve depressão severa em cinco anos. A ansiedade e a depressão compartilham um único conjunto de genes (que são ligados aos genes do alcoolismo). A depressão exacerbada pela ansiedade tem uma taxa de suicídio muito mais alto do que a depressão sozinha.

Todos nós temos os nossos sonhos, nossas convicções, acreditamos em algo, e queremos que aqueles mais próximos participem das mesmas coisas que nós achamos interessante, e muitas vezes o outro responde de forma contrária fato

muito observado nos relacionamentos, e de encontro com esta afirmativa, (KOURILSKY, 2004, p.30), diz que:

a ilusão do controle corresponde ao fato de definir os objetivos de mudanças em termos totalmente inadequados: muitas pessoas buscam em vão satisfazer expectativas totalmente ilusórias, na medida em que sua realização não depende de sua vontade. Um exemplo clássico é o da pessoa que pensa que seu problema será resolvido se ela conseguir transformar o outro, ou ainda melhor, se o outro mudar por si mesmo.

Nós seres imperfeitos nos nossos pensamentos, que julgamos e somos julgados, acertamos e erramos, sentimos sensações, trocamos experiências, influenciados e somos influenciados, interpretamos o mundo do nosso jeito, com o nosso olhar, preconceituoso ou não, aprovamos ou desaprovamos as atitudes que desempenham ao nosso entorno, e para falar na forma como interpretamos as coisas durante a nossa vida KOURILSKY (2004, p.49), coloca que:

A vida é uma interpretação permanente, um fato, uma situação, um comportamento sempre dão margem a diversas leituras, a diversas interpretações. Nessas condições, antes de avaliar, por que não explorar as diferentes interpretações possíveis e escolher aquelas que abrem mais possibilidades de ações? O fato de uma mesma situação poder ser interpretada por um indivíduo como uma oportunidade, e por outro como uma ameaça, deve fazer com que relativizemos nossas certezas de que determina realidade seria fatal, intangível ou impraticável.

Em acordo com o autor, os indivíduos têm diferentes interpretações a cerca de um fato, alguns podem enxergar uma oportunidade em relação a algo, enquanto outras sentirem como uma ameaça, e trazendo este pensamento para tratarmos do ser educador, podemos relatar que há professores que por si só são capazes de se motivarem, enxergar nos problemas um meio para exercer sua prática educativa, acredita, sonha, não se deixa abater, se chateia, desespera, mais consegue lidar com os conflitos e equilibrar suas emoções, este profissional dificilmente terá um quadro depressivo, mas não somos iguais e somos influenciados por cargas de tensões do passado e do presente, a forma de interpretação das diversas situações não é a mesma para todos os indivíduos, estamos sujeitos a sofrer a ação do meio, uns mais, outros menos. Há pessoas que precisam ser motivadas por outros, sua motivação por si mesmo e em si mesmo é insuficiente, e infelizmente nem sempre estamos voltados a motivarmos a quem está perto de nós, imaginamos uma escola, como em uma empresa, precisamos vencer as barreiras, há diversas mentalidade que se divergem. A competitividade se apresenta, todos querem um lugar de destaque e em muitas vezes o eu fala mais alto, porque o meio social que vivemos nos influencia.

A sociedade capitalista, segundo DINIZ (2004), também faz parte do nosso eu, e refletirmos sobre o meio, o grupo é algo que hoje se discute, falamos em valorização, pensamos nas partes para formar o todo, ou seja, todos são importantes para o desenvolvimento do trabalho, do objetivo final, mas, no entanto sabemos que para alcançarmos verdadeiramente melhores resultados nas relações interpessoais ainda teremos que discutirmos e colocarmos em prática nossas ações, pois o ambiente deve ser de produções, de interação de trocas, de ajuda e de compromisso.

Para KOURILSKY (2004, p.39),

Nossas cognições ou operações mentais influenciam nossas percepções, nossas emoções e nossos comportamentos, que, por sua vez, as influenciam de volta. Elas filtram nossa percepção, e nos governam à revelia. Os processos cognitivos com que apreendemos a realidade são parte desses materiais que podem vir a construir nossos problemas. (...) a pessoa deprimida seleciona e retém apenas os detalhes de uma situação que venha confirmar suas convicções negativas, sem perceber os aspectos positivos e úteis que se encontram presentes na situação. Ela também tende a inferências arbitrárias, isto é a deduzir conclusões apresadas a partir de fatos insuficientes. Desta forma as pessoas deprimidas enxergam os fatos de forma distorcida, constrói pensamentos acerca de algo que nem sempre são real, elas estão mais atentas ao que as pessoas pensam do que elas mesmas.

Estamos em constantes relações com o outro, seja na família, no nosso trabalho, na igreja entre outros lugares que frequentamos, nestes locais é estabelecido uma comunicação seja positiva ou negativa. A forma que relacionamos com as pessoas podem nos trazer sensações positivas ou negativas, e segundo KOURILSKY (2004, p. 145),

as palavras são simultaneamente, aceleradores e freios para a ação, pois carregam emoção. E não é a emoção que faz com que nos movamos ou nos imobilizemos, as palavras possuem assim um tipo de poder mágico, que gera tanto a motivação quanto a passividade. Uma palavra provoca sempre uma reação: ela pode destruir bloquear, revelar ou fazer nascer uma intensão. As palavras, dependendo o significado que lhes atribuímos, podem limitar ou ampliar nossos modos de pensar e nossas possibilidades de agir.

Em acordo com o autor, devemos conhecer o poder das palavras, saber usá-las, enxergar o outro que as ouve, pensar de que forma as palavras usadas nas relações influenciaram o outro, pois essas podem motivar transformar, ampliar pensamentos e formas de agir, mas, no entanto essas podem ser destruidoras, impossibilitar o indivíduo de sentir felicidade, amor, respeito, valorização, desenvolver-se. Os educadores se comunicam o tempo inteiro, as interações são

intensas e essas são positivas e negativas, as palavras podem ser saudáveis como não, e por parte dos dois lados, tanto alunos, como professores, nas escolas encontramos alunos indisciplinados que falam qualquer coisa, não refletem sobre o que dizem, e há também professores que tem dificuldade para lidar com os alunos e também os agride com palavras, o aluno poderá se sentir desmotivado, rejeitado, bloqueado para apreender, enquanto o educador que ouve palavras que magoam também poderá se sentir desmotivado, desacreditar na educação, ter baixa estima, auto grau de stress e ansiedade e desenvolver um quadro depressivo.

Muitas pessoas sofrem por antecipação, constroem pensamentos de algo que possa vir a acontecer, fruto de sua imaginação, medo de perder os filhos, esposa ou esposo, trabalho, etc. esses são os efeitos negativos da predição ou previsão, segundo KOURILSKY (2004, p. 70),

A lógica linear nos leva a pensar na causalidade sem levar em conta o movimento de feedback, isto é, os efeitos que retornam sobre suas próprias causas. Essa lógica provoca assim situações que talvez nunca houvessem existido se não houvésssemos pressuposto sua existência. Há alguns anos foi divulgado na França a notícia de uma possível falta de açúcar. Os franceses, em pânico diante desta situação, foram às lojas para estocar “antecipadamente” o máximo de quilos de açúcar. Evidentemente, em alguns dias, a previsão anunciada foi confirmada: não havia nem um grama de açúcar nas lojas. Todas as informações de ordem social ou econômica correm esse risco de transformarem-se em “previsões auto-realizadas”-tanto melhor se os acontecimentos previstos forem desejáveis, mas tanto pior caso contrário. A previsão de um acontecimento favorece de modo irresistível sua realização. Thomas Hobbes, em sua época, já destacava esse estado de fato: “a previsão é frequentemente a principal causa do acontecimento previsto”.

Em acordo com o autor precisamos desenvolver boas construções mentais para o futuro, pois se construirmos processos mentais negativos correremos sérios riscos de vivenciá-los, por isso devemos estar sempre desviando os nossos pensamentos de coisas que nos faz sofrer, muitas vezes sofremos por antecipação, criando problemas que talvez nunca venha a se concretizar, ou então que ocorra devido as nossas predições.

A depressão é uma doença que deixa o indivíduo perturbado, angustiado, ansioso, sem expectativa, suas vontades de sonhar, buscar meios para atingir objetivos não fazem parte do mundo do deprimido, o pessimismo invade o seu psicológico, e nada parece fazer sentido, a forma de ver e se relacionar com o mundo é diferente de antes do surgimento da doença.

Para tratar à depressão a pessoa toma remédios para que as crises sejam

controladas, muitos realizam um tratamento inadequado por acreditarem que ficarão dependentes, e nesse sentido SOLOMON 2010, enfatiza que uma das preocupações ao tratamento da depressão é o uso de remédios à vida inteira, e por esse motivo não utilizam os remédios diariamente para controlar os efeitos destrutivos da depressão, o autor coloca que os efeitos colaterais dos remédios são insignificantes comparados ao efeito letal da depressão não tratada. As pessoas entram e sai do tratamento para a cura ou controle das crises, elas sentem medo da dependência e com isso deixam o tratamento, voltando a sentir os horrores incessantes da doença.

Para tratarmos e entendermos as causas do quadro depressivo das educadoras entrevistadas criamos o capítulo a seguir, as respostas das mesmas serão embasado teoricamente.

## **CAPÍTULO 02**

### **DEPRESSÃO E PROFESSOR A RELAÇÃO**

Segundo ROUSSELET (2009, p. 03)

a depressão pode-se manifestar em diferentes momentos do ciclo de vida de uma pessoa. Pode ser entendida, no senso comum, como qualquer manifestação de tristeza ou pode se constituir em um problema de saúde pública, pelo grau de sofrimento e pelas altas taxas de suicídio.

LAFER, ALMEIDA, FRÁGUAS e MIGUEL (2000), citado por ROUSSELET (2009), coloca que na perspectiva biomédica, é considerada doença, e como tal é classificada pela organização mundial de saúde (OMS) de acordo com a classificação internacional dos transtornos mentais e do comportamento”.

Segundo ROUSSELET (2009),

quando a pessoa esta deprimida pode apresentar sintomas como rebaixamento do humor, redução da energia e diminuição da atividade. existe alteração da capacidade de experimentar o prazer, perda de interesse, diminuição da capacidade de concentração, associadas em geral á fadiga.

Para sabermos qual relação sintomas depressivos têm com a profissão de professor entrevistamos 04 professoras e três diretores, onde obtivemos as seguintes respostas:

Ao perguntar para as educadoras o tempo que exerce a profissão e qual a doença que as fizeram se afastar da sala de aula, as mesmas responderam que: o tempo é entre 10 a 20 anos e o afastamento das mesmas é por depressão.

Para responder se a depressão está relacionada somente com sua profissão ou se existiu outros fatores para o surgimento da mesma, elas disseram que:

Entrevistada 01 acredito que sim é muita preocupação com a aprendizagem dos alunos, barulho, crianças com dificuldade de aprendizagem.

Entrevistada 02: não especificamente, existem vários fatores, tais como: genéticos, biológicos e psicossociais. A depressão é uma doença que todos têm, porém a mesma só se desenvolve por muita pressão psicológica, problema familiar, traumas, perda de um ente querido minha entre muitos outros problemas que constitui para o agravamento da doença, na qual muitas vezes se intensifica mais na sala de aula, devido estar em contato com situações que trazem stress como a

carga horaria de quarenta horas semanais, encontros pedagógicos aos sábados, pouco tempo para dedicar a família, violências na sala de aula, cobrança e transferência da educação dos filhos para o professor, o bombardeio da informação, a cobrança da direção e principalmente a falta de reconhecimento da atividade do professor profissionalmente e financeiramente, devido aos salários baixos os mesmos precisam trabalhar até três períodos para garantir uma sobrevivência mais digna.

Entrevistada 03: não é somente a profissão existem outros fatores também que contribui.

Entrevistada 04: acredito que a depressão esta relacionada também a outros fatores externos a sala de aula, sabemos que os professores sofrem desgaste físico e psicológico constante, pois os mesmos precisam acompanhar as mudanças, transformações e avanços na sociedade, porém as escolas não tem se adaptado a estas mudanças e isto exige uma sobrecarga do professor que esta em contato direto com os alunos, o professor sempre fica com a responsabilidade.

Segundo SOLOMON (2010, p.28),

Embora a depressão seja descrita pela imprensa popular e pela indústria farmacêutica como uma doença de efeito único tal como a diabete, não o é. Na verdade, é surpreendentemente diferente da diabete, os diabéticos não produzem insulina suficiente, e a diabete é tratada com o aumento e a estabilização da insulina na corrente sanguínea. A depressão não é a consequência de um nível reduzido de nada que possamos medir. Aumentar os níveis de serotonina no cérebro dispara um processo que consequentemente ajudam muitas pessoas deprimidas se sentirem melhor, mas não porque tenham um nível baixo de serotonina. Uma elevação sustentada e a longo prazo do nível de serotonina tem alguns efeitos que melhoram os sintomas depressivos.

Blanch Ribas (2003), citado por CAVALHEIRO (2011, p.03), afirma que as modernas concepções do trabalho e da atividade laboral configuram a representação de dois extremos: por um lado algo bom, positivo e desejável, e, por outro, algo mal, negativo e indesejável.

Considerando o trabalho como uma grande possibilidade de garantir a própria sobrevivência e de atingir conquistas que nos estimulam, podemos dizer que o trabalho engrandece o ser humano, grande parte das nossas buscas está diretamente ligada ao trabalho. Vivemos em uma era que lutamos mais e mais para atingirmos os nossos objetivos, quanto maior o sonho, maiores são as lutas, e as conquistas nem sempre são fáceis, a divisão do lucro nos nosso país é desigual.

Tratando de profissões, podemos afirmar que ser educador no Brasil requer muita garra, pois os salários não são vantajosos, e sendo assim muitos educadores trabalham por mais de um período. A profissão de educador exige muito, o professor precisa planejar suas aulas diárias, participar de encontros, procurar meios diferenciados para os alunos que apresentam dificuldades de aprendizagens, além de enfrentar grandes desgastes nas suas aulas com alunos que apresentam um comportamento contrário a regras da escola.

Para saber como as educadoras descobriram a doença foi perguntado a elas como descobriu a doença e qual foi a reação ao deparar com o problema.

Educadora 01 muita resistência, você só se entrega quando não dá mais conta do trabalho. Sentia muita dor de cabeça, pensava que estava com um tumor na cabeça, fiz ressonância magnética, procurei outras doenças. O médico disse que eu estava com depressão.

02 “sofri muito quando descobri que estava com a doença, por ser uma doença que tem sintomas diferentes das outras, muitas vezes é confundida com vagabundagem, preguiças e muitos outros adjetivos que por falta de conhecimento do assunto as pessoas jogam e comentam. Minha vontade era ficar trancado sem ver ninguém, e o mundo que antes era colorido você começa a ver cinza, você não tem forças nem para conversar, falta o fôlego, ficam cansado, as pessoas começam a se afastar, você passa a ser encarada como uma inútil, se tornando cada vez mais difícil sua recuperação. Não tem coisa pior na vida do que você exercer sua profissão com entusiasmo, procurando sempre fazer o melhor para o desenvolvimento dos seus alunos e de repente se deparar com esse problema tão difícil que você começa a se sentir tão inferior que sua autoestima vai lá a baixo”.

Entrevistada 03, descobri a doença ao ir ao médico devido eu sentir fortes e constantes dores de cabeça que quase me enlouqueciam, sintomas como crises nervosas, insônia, formigamento e dormência, crise de choro, isolamento e outros. Quando o médico diagnosticou a “distimia” e passou os remédios psicotrópicos, não resisti ao tratamento, porque eu já estava em um estado crítico da doença. O que aconteceu foi que eu demorei a aceitar que estava doente e a procurar um tratamento, até porque naquele período a depressão era pouco conhecida. Eu cheguei a pensar que estava ficando louca. As pessoas em volta também não

entendiam, falavam que eu era enjoada, chata, frescurenta, que não queria era trabalhar, e vários outros estereótipos.

Entrevistada 04: no meu caso demorei aceitar, mas o quadro foi piorando, quando tive uma crise nervosa fiquei isolada foi quando procurei ajuda.

Segundo SOLOMON (2010, p. 18),

A depressão se alimenta do próprio ar, crescendo apesar do seu desligamento da terra nutridora. Mesmo as pessoas que se apoiam numa fé que lhes promete uma existência diferente no além não podem evitar a angústia neste mundo; o próprio Cristo foi o homem dos sofrimentos. Contudo, vivemos numa época de paliativos crescentes. Nunca foi tão fácil decidirmos o que sentir e o que não sentir. Há cada vez menos desconfortos inevitáveis para os que têm como evitá-los. Entretanto, apesar das afirmações entusiasmadas das ciências farmacêuticas, a depressão não pode ser varrida enquanto formos criaturas conscientes de nosso próprio eu. Na melhor das hipóteses, ela pode ser contida – e contê-la é tudo que os atuais tratamentos para depressão almejam.

Em acordo com o autor a ciência apresenta meios para controlarmos os fatores que nos deixam deprimidos, mas, contudo o sofrimento que estamos expostos neste mundo é tão alto que ninguém está livre de sentir sentimentos de aflição, agonia, ansiedade, tristeza, infelicidade por não conseguir lidar com as dores que lhes atormentam.

Segundo SOLOMON (2010, p. 19),

a depressão tem sido dividida em menor (leve ou distímica) e maior (severa). A depressão leve é uma coisa gradual e permanente que mina as pessoas como a ferrugem enfraquece o ferro. É pesar demais para uma causa pequena demais, dor que se apodera das outras emoções e amontoa sobre elas. A grande depressão é a matéria dos colapsos nervosos. Se imaginarmos uma alma de ferro que se desgasta de dor e enferruja com a depressão leve, então a depressão severa é o assustador colapso de toda estrutura.

Desta forma, os dois tipos de depressão apresentam sintomas que impedem os indivíduos a terem suas condições de pessoas e profissionais prejudicados.

Todas as professoras entrevistadas disseram que tiveram dificuldade para aceitar que estavam com depressão, e SOLOMON (2010, p. 24), relata que:

o diagnóstico é tão complexo quanto à doença. Os pacientes perguntam aos médicos o tempo inteiro: "estou deprimido?", como se o resultado fosse obtido através de exame de sangue. O único modo de descobrir se está deprimido é escutar e observar a si mesmo, examinar seus sentimentos e pensar sobre eles. Se você se sente mal a maior parte do tempo, está deprimido. Caso se sinta mal a maior parte do tempo com motivo, também está deprimido, embora mudar os motivos possa ser a melhor maneira de avançar, em vez de simplesmente deixar de lado a circunstância e atacar a depressão. Se esta o incapacita, então é grave.

A depressão é uma doença que deixa o indivíduo perturbado, angustiado, ansioso, sem expectativa, suas vontades de sonhar, buscar meios para atingir objetivos não fazem parte do mundo do deprimido, o pessimismo invade o seu psicológico, e nada parece fazer sentido, a forma de ver e se relacionar com o mundo é diferente de antes do surgimento da doença. Para tratar à depressão a pessoa toma remédios para que as crises sejam controladas, muitos realizam um tratamento inadequado por acreditarem que ficarão dependentes, e nesse sentido SOLOMON (2010, p. 20), diz que

as pessoas se preocupam com os efeitos colaterais sofridos por tomar remédio à vida inteira, só que os efeitos colaterais disso parecem ser muito, muito insignificantes comparados com o caráter letal da depressão não tratada.

Conforme o autor as pessoas entram e sai do tratamento para a cura ou controle das crises, elas sentem medo da dependência e com isso deixam o tratamento, voltando a sentir os horrores incessantes da doença.

Para sabermos se o município tem dado alguma importância motivacional para que mais professores não venham sofrer depressão perguntamos qual tem sido o apoio e a motivação oferecida pela educação do município para combater essa problemática, as professora responderam:

Entrevistada 01, nós não temos saída, pois as salas tem um número muito alto de alunos, isso afeta a saúde do professor.

Entrevista:02 Nenhuma, não temos apoio, nada que motive, as salas com superlotação, alunos com defasagem, pega qualquer professor para alfabetizar, por exemplo os alunos avançam nas fases mas foi mal preparado no início.

Entrevistada03: nenhum apoio e nenhuma motivação. A classe da educação tem reenviado algumas mudanças, como a valorização do piso e aplicação das 30 horas semanais para que os professores não se obriguem a triplicar sua jornada de trabalho, porém a administração tem se negado a negociar e não apresenta nenhuma proposta para combater essa problemática.

Entrevistada 04: em minha opinião nenhuma, pois os professores trabalham a semana toda, nos sábados quando não são letivos, os mesmos tem que participar de encontros pedagógicos, não oferece profissional qualificado para o atendimento psicológico nas escolas nem com os alunos muito menos com os professores.

Quando um professor entra em depressão tem que esperar vários dias para um agendamento de uma consulta e depois encarar 1200 km até Cuiabá, para passar por um neurologista ou um psiquiatra, onde recebe um atestado de afastamento e começa o tratamento. A partir daí e cada um para si e Deus para todos. Não temos atividades de lazer nas escolas e nem no município, para que os mesmos possam relaxar pelo ou menos no fim de semana. Muitos professores por não conseguirem se adaptar em sua atividade novamente acabam sendo infiltrados nas escolas e ficam apenas cumprindo horário sem ter uma atividade específica para realizar os mesmos acabam se sentindo incapaz e prejudicam muito sua recuperação.

Segundo SOLOMON (2010, p. 44)

o ritmo da vida, o caos tecnológico, a alienação das pessoas, o colapso da estrutura familiar, a solidão endêmica, o fracasso de sistemas de crença (religioso, moral, político, social qualquer coisa que parecia outrora dar significado e direção à vida) têm sido catastrófico.

Em acordo com o autor, esses fatores nos trazem desgaste, vivemos em mundo acelerado, a modernidade nos trouxe grandes transformações, meios tecnológicos que se inovam a cada dia, descobertas científicas, todos querem usufruir dos bens materiais que estão disponíveis no mercado, pensamos que o poder de compra nos trará conforto e ao deparar com a realidade, a dificuldade que temos para alcançar atingirmos nossos objetivos acabamos por ficar entristecidos.

A nossa vida moderna é de muito trabalho, buscas incessantes, que não terminam, e quando se trata da profissão a qual estamos tratando na pesquisa, a dos professores aí nos deparamos com os verdadeiros impactos que essa nos acarreta, as mudanças surgem, o educador já precisa estar ligado para conhecê-las, pois é esse profissional que prepara o sujeito para a vida, para o mundo do trabalho. O educador precisa estar aberto às mudanças, estar em constantes preparações para atender o aluno, que é fruto da inovação de cada dia, ou seja, os educadores que não estão abertos às mudanças, que não buscam se adaptar ao meio ao qual estamos vivendo já não conseguem atender esse aluno.

Além das inovações que se apresentam em uma velocidade muito grande ainda temos os problemas comportamentais que também são alarmantes nas salas de aula, Indisciplina, dificuldades de aprendizagens, somados a falta de apoio aos educadores como ajuda extraclasse de outros profissionais que ajudem a melhorar o desenvolvimento dos alunos. As educadoras entrevistadas falaram das dificuldades

de aprendizagens e do comportamento dos alunos como fatores que lhes causa angustias, desequilíbrio para lidar com essas dificuldades.

Neste sentido precisamos discutir a educação, intervirmos com o nosso pensamento, participarmos e buscarmos ações que reflita e aja sobre o sistema educacional ao qual estamos envolvidos. E sobre a nossa ação como sujeitos críticos capaz de interpretarmos e enxergarmos a alienação do sistema FREIRE (2005, p.44), diz que: *“Quanto mais às massas populares desvelam a realidade objetiva e desafiadora sobre a qual elas devem incidir sua ação transformadora, tanto mais se “inserirem” nela criticamente.”*

E em acordo com o autor, precisamos buscar transformar a nossa realidade, e no que tange a angustia encarada pelos educadores nas escolas podemos dizer que os fatores negativos não minimizam porque não há argumento suficiente para reflexão e ação, falamos e vivemos as dificuldades, sofremos e até nos desequilibramos mentalmente, mas pouco é feito pelos que podem ajudar a resolver os problemas educacionais, como oferecimento de apoio ao professor,

O autor, ainda coloca que, os professores como formadores de sujeitos críticos e democráticos, não podem ser alienados ao sistema, mais enxergar as alienações como forma de construir sua própria autonomia buscando formar e transformar sujeitos conscientes e lutadores por uma vida digna.

Para sabermos se existe preconceito quanto à doença foi perguntado às educadoras, se na opinião delas existe preconceito sobre a depressão, e se as mesmas já sofreram algum tipo.

Todas as quatro educadoras relataram que sofreram preconceitos, os mais comuns é desconfiança, frescura, doido, preguiça. Uma das professoras relatou que teve uma chefe que a chamava de doida porque tomava medicamentos controlados e há os que dizem que é doença da alma ou que são demônios, ouvimos comentários absurdos.

SOLOMON (2010, p. 43), explica que

a depressão tem estado presente desde quando o homem tomou consciência do próprio eu. Pode ser que a depressão exista mesmo antes dessa época, que macacos e ratos e talvez polvos tenha sofrido da doença antes de os primeiros humanoides acharem seu caminho para as cavernas. (...) nem a depressão nem o câncer de pele é uma criação do século XXI.

As taxas crescentes são sem dúvida alguma consequência da modernidade.

Em acordo com esse autor, e refletindo sobre o que as educadoras relataram, a depressão é uma doença terrível que deixa a pessoa desanimada, sem forças para exercer o seu trabalho, geralmente essas pessoas sentem reações psicossomáticas que as fazem pensar que estão com outras doenças, a pessoa fica sensível, chora com facilidade, e embasado em Solomon 2010, o sistema imunológico das pessoas com depressão fica prejudicado, ou seja, a imunidade também cai, e estas pessoas podem apresentar problemas respiratórios, de coração, entre outros, e essa doença pode levar a morte, não somente pelo suicídio, mas também pelos problemas de saúde acarretados pela mesma.

Em resposta ao preconceito que as educadoras disseram sofrer, principalmente em relação ao trabalho, é possível afirmar que os seres humanos estão dispostos ao julgamento, pois quando não temos o conhecimento do verdadeiro fundamento das coisas criamos deduções, e a depressão é uma doença que tem evoluído, principalmente na modernidade, mas essa pouca é discutida, as motivações e valorização dos professores é algo que quase não acontece, todas as conquistas para essa classe é fruto de grandes lutas.

Em relação ao nosso modo de pensar, segundo KOURILSKY (2004, p. 64), nossas percepções são modeladas em função de nossos modos de pensar, e assim é muito difícil para nós descobrir aquilo que é evidente, simplesmente porque nossas antigas formas de pensar bloqueiam nossa capacidade de ver aquilo que é velho com um novo olhar. Desta forma sabemos que a depressão sempre existiu, mas o conceito, e os medicamentos para tratá-la evoluíram, contudo a compreensão de algumas pessoas sobre o seu colega que se encontra com esta doença, é de preconceito, pois todas as educadoras entrevistadas disseram que sofreram preconceito, caracterizando a sua condição, como preguiça, vagabundagem, etc. as pessoas quando são diagnosticadas de acordo com as entrevistadas apresentam resistência para aceitar que o que elas têm é depressão, e se agoniam ainda mais quando percebem o preconceito dos outros.

Ao perguntarmos se essas professoras com quadro de depressão voltaram as suas atividades normais em sala de aulas, obtivemos as seguintes respostas: uma voltou após seis meses, outra está atuando como professora mais mudou de

ambiente, foi para uma creche, às outras duas sentem muita dificuldade de lecionar, uma delas voltou temporariamente, a mesma relatou que “eu já voltei as minhas” atividades normais por várias vezes e por resistência ao tratamento acabaram interrompendo, na qual me levou a ter novas recaídas e por ser uma pessoa que cobra muito de mim no trabalho, acabo não conseguindo levar até o final do ano e acabo me afastando novamente, pois sempre conservei a ideia de que se não é para fazer bem feito aquilo que a mim foi confiado é melhor eu não fazer e quando sinto que estou fracassando acabo entrando em pânico e tendo que me afastar.

As escolas também sofrem com a perda do profissional, quando este é acarretado por uma doença e tem que se afastar. Às vezes os gestores se indagam sobre o que poderiam ter feito para estimular mais este professor. E pensando em compreender a visão de alguns gestores de duas escolas do município e de uma gestora da zona rural que criamos o capítulo a seguir. O diretor é o principal responsável pela escola, e quando um funcionário se afasta por problemas de saúde esse profissional também sente o impacto na escola, os alunos precisam ter outro professor, rompendo todo o processo que foi iniciado, entre outros fatores.

### **CAPÍTULO 03**

#### **DEPRESSÃO DOS EDUCADORES, QUEM É O CULPADO? O QUE FAZER?**

A escola é um lugar de aprendizagens, de envolver-se e ser envolvido, um lugar onde as relações são profundas, este é um lugar capaz de ficar internalizado nas nossas memórias durante toda a nossa vida. Se pararmos para pensarmos na nossa vida, dificilmente deixaremos de nos lembrar da escola, um professor poderá nos deixar marcas profundas, tanto positivas, quanto negativas. O diretor tem um amplo papel na escola, esse precisa ter projetos que aumente a qualidade do trabalho ofertado. E pensando em compreender se nestas escolas há professores afastados com quadro depressivo, e a visão que estes têm sobre depressão e a relação com a profissão de educador, realizamos algumas perguntas.

Primeiramente perguntamos aos diretores se havia professor afastado por quadro depressivo e quantos eram.

Entrevistada: 01 uns seis professores.

Entrevistada: 02 na nossa escola temos dois funcionários afastados por doenças.

Entrevistada 03: sim 01

Entrevistada 04: não respondeu

Ao perguntarmos para os diretores, quais são os principais fatores que contribuem para a depressão, os mesmos relataram que:

Entrevistada 01 carga horaria excessiva, a desvalorização profissional a falta de autonomia do profissional dentro da sala de aula, a exigência da sociedade.

Entrevistada 02: é um conjunto de coisas, entre elas o principal é o stress.

Entrevistada 03: Os fatores são diversos entre eles vejo que a insatisfação de forma geral com a profissão por que muitas vezes as decisões sobre o trabalho não se encontra na nossa mão, vejo este fator como o mais agravante.

Entrevistada 04: pressão psicológica e decepção.

De encontro com as respostas dos diretores entrevistados, ROUSSELET (2009), diz que ser professor é uma das profissões mais estressantes na atualidade.

Geralmente as jornadas de trabalho são longas, com raras pausas de descanso ou refeições breves e em lugares desconfortáveis. No corre corre os horários são desrespeitados, perdem-se horas de sono alimenta se mal, e não há tempo para o lazer. São exigidos níveis de atenção e concentração para a realização das tarefas.

Para SOUZA (2011), citado por ROUSSELET (2009 p. 4)

a depressão difusa na escola de hoje provém da ausência de sentido instalada no coração do projeto escolar. Essa falta de significado da escola para os alunos possui esse reverso mal conhecido: se a escola não tem sentido para os alunos, inevitavelmente não fará sentido para os professores.

De acordo com ROUSSELETE (2009), em cada momento histórico acerca da constituição do sujeito são colocadas pela sociedade, um novo padrão de sujeito também se forma, no momento em que a geopolítica do mundo é modificada, em que as ideias de globalização ganham destaque, em que o avanço tecnológico torna-se obrigatório e novas formas de saber e fazer são liberadas. Difunde-se o surgimento de um novo ser humano: forte, intelectual, interativo, criativo, que tenha iniciativa, versátil, flexível e que demonstre domínio e competência emocional.

Em acordo com o autor, somos regidos por essas ideias de sermos, atendemos as expectativas da atualidade, temos destaques que em muitas vezes nos sugam, permitindo que esqueçamos que somos corpos que sentimos diversas reações, olhamos menos para nós mesmos, estamos condicionados a querer passar uma postura que sou forte, capazes de atingirmos o sucesso, e é aí que talvez o professor encontra muitas tensões, pois o nosso trabalho é de relacionamento, mediações para com o aluno, e infelizmente nem sempre o desejo do aluno no momento e de aprendizagem dos conteúdos que estamos explicando. Para o educador é difícil aceitar que o aluno não se desenvolva, pois sobre esta não aprendizagem também esta a sua auto avaliação, e a avaliação da escola.

A terceira pergunta é se na visão deles a depressão está relacionada somente com a profissão ou existem outros fatores que colaboram para o surgimento da doença.

Entrevistada 01 a sociedade atual está cobrando muito, por exemplo, a posição social, você é o que você tem isso afeta muito o psicológico, principalmente das mulheres, pois desempenha dois papeis na sociedade, o de profissional competente, o de esposa e mãe dedicada.

Entrevistada 02: com certeza existem outros problemas, mas sem dúvida, o dia-a-dia dos professores é o principal responsável pela depressão.

Entrevistada 03: não vejo que são diversos os fatores que levam a depressão e acabam culminando na escola.

Entrevistada 04: ao meu entender existem vários fatores para o surgimento de depressão.

De acordo com a entrevistada 01, ROUSSELET (2009), citando ROCHA e SARRIEIRA (2006), diz que:

As tarefas que integram o trabalho doméstico são muito diversificadas quanto a sua complexidade, indo desde serviços domésticos até os cuidados e a educação dos filhos. Soma-se a isso que o trabalho docente exige uma jornada dupla de trabalho, considerando que no espaço da universidade em si, não há tempo suficiente para desenvolver todas as atividades, como planejar aulas, corrigir trabalhos e provas, fazer pesquisas etc. essas professoras, além da pressão de seu ambiente de trabalho, provavelmente ainda possuem atividades sociais que as remetem não a dupla jornada, mas sim a uma tripla jornada de trabalho. Essa sobrecarga pode ser o estopim dos transtornos apresentados.

Conforme a autora, as professoras exercem um trabalho que já é pela grande complexidade da função desgastante e como se não bastasse ainda essa se sobrecarrega ainda mais com os fazeres domésticos, cuidando da casa e dos filhos sabemos que as mulheres estão cada vez mais deixando os seus lares para trabalhar, mas, contudo este deixando o lar, não se aplica no sentido real da palavra, as mulheres saem para trabalhar, mas, no entanto a sua função de dona de casa, mãe e esposa são integradas com mais uma função a do trabalho. Devido a grande ocupação que as professoras ocupam estas estão mais propicias a terem depressão, pois estas se sobrecarregam no trabalho escolar e em casa.

Segundo SOLOMON (2010, p. 261,) a biologia sozinha não explica a alta taxa de depressão nas mulheres. Há algumas diferenças biológicas na depressão entre homens e mulheres, há evidentes diferenças sociais entre as posições de força e poder entre os homens e as mulheres. Parte do motivo que explica elas sofrerem mais depressão que eles é que elas são destituídas de seus direitos de cidadania com mais frequência.

Analisando a folha da educação a qual analisamos para colhermos dados quanto aos números de professores que tem ou tiveram depressão nos últimos dois anos encontramos mais professoras do que professores, mas, contudo não é

possível na nossa realidade dizer que entre os professores do município os quadros depressivos atingem mais mulheres, pois não temos a mesma quantidade de homens e mulheres trabalhando na educação do município. A quantidade de homens (professores) é relativamente menor que (professoras). O que podemos afirmar é que as professoras ocupam uma carga excessiva de trabalho escolar e ainda ocupa outra jornada de trabalho em suas casas, o que pode aumentar o desgaste físico e mental.

SOLOMON (2010, p. 267), diz que a literatura ressalta muito as qualidades próprias da depressão das mulheres, e diz pouco sobre qualquer qualidade característica da depressão dos homens. Muitos homens deprimidos não são diagnosticados, porque tendem a lidar com sentimentos de depressão não se retraindo em um silêncio de desânimo, mas se retraindo no ruído da violência, no abuso de substância ou se tornando viciados em trabalho. As mulheres relatam duas vezes mais depressão que os homens, mas eles são quatro vezes mais propensos a cometer suicídio. Homens solteiros, divorciados ou viúvos têm uma taxa muito mais alta de depressão que os casados.

Analisando o que o autor diz sobre depressão em homens e mulheres, percebemos que os relatos são que as mulheres são mais atingidas pela depressão, no entanto o homem demonstra de outra forma a depressão, e nesse sentido os dois são acometidos por esta doença, o que diferencia é a forma como os dois externaliza suas angústias.

Perguntamos aos diretores se os professores que se afastam das salas de aula voltam as suas atividades normais, e eles falaram que:

Entrevistada 01: em minha opinião não consegue porque as diversidades comportamentais dos alunos requerem muita disposição e pelo que percebo nos colegas depressivos ficam mais lentos.

Entrevistada 02 geralmente não, pois com o retorno as atividades, os transtornos voltam e não conseguem permanecer o ano todo em sala de aula.

Entrevistada 03: não temos registro

Entrevistada 04: voltam, porém oscilam diante das atividades do dia-a-dia. Não voltam tão seguros como antes.

Segundo CAVALLHEIRO e TOLFO (2011),

o ambiente de trabalho do professor é um ambiente onde existe violência. Isso acaba gerando o que chamamos de estresse crônico. O nosso sistema simpático reage a situações estressantes e nos coloca em estado de alerta. Quando a situação de estresse passou, o sistema parassimpático é ativado para que o nosso corpo relaxe.

Para CAVALLHEIRO e TOLFO 2011

características específicas de trabalho ou a configuração de determinadas tarefas influenciam na manifestação de processo de adoecimento. Os transtornos mentais e comportamentais associados ao trabalho não são facilmente diagnosticados no momento da avaliação clínica.

Os diretores disseram que geralmente os educadores não voltam às atividades normais e os que voltam já não desempenham suas atividades como antes da doença, nesse sentido ROUSSELET (2009), coloca que quando deprimida a pessoa apresenta rebaixamento, redução do humor, da energia e diminuição da atividade. A pessoa sente dificuldade de concentração, diminuição da capacidade, diminuição da autoestima e da autoconfiança, associadas em geral à fadiga.

A quinta e última pergunta foi no sentido de saber qual a dificuldade encontrada em realizar seu trabalho diante dessa problemática e o que deve ser feito para reverter esse quadro entre os professores no município.

Entrevistada 01: a falta de um profissional médico competente para atuar na área. Aumentando o salário, pois daí o profissional não precisará ter uma carga horária tão longa. Aumentando a autonomia na sala e apoio dos pais e do município, principalmente nos casos mais extremos. Melhorando a estrutura dos âmbitos educacionais, disponibilizando suportes para melhorar o trabalho.

Entrevistada 02: diminuir a carga horária desse profissional, cada professor deveria trabalhar com 25 alunos no máximo por sala.

Entrevistada 03: melhorar as condições de trabalho, oferecer qualidade de vida como um projeto para que o mesmo possa ter um desempenho melhor, e a valorização profissional que é um dos fatores mais agravante.

Entrevistada 04: falta de substituto, quebra da sequência didática, o professor não consegue resolver pequenos problemas em sala de aula. Deve ser feito um projeto de qualidade de vida, abrangendo várias especialidades.

De acordo com a visão dos diretores há mudanças a serem feitas que pudessem mudar a realidade acometida em grandes transtornos para o ser

professor, e no que tange o aumento do salário e diminuição da carga horária podemos dizer que esses professores com melhores salários e menor carga horária teriam mais condições a uma vida de qualidade, e ter as suas salas com menos alunos é um ponto positivo á condição de trabalho, tanto para a qualidade da educação oferecida a esses alunos que tem por direito á educação, mas não só recebe-la, superlotando as salas, mas que também essa seja de qualidade valorizando tanto o aluno como sujeito, como o educador como profissional que merece ter sua condição humana respeitada.

Para Karl Marx (1985), *apud* COVEZZI e CASTRO (2006, p.19), “*o homem e a sociedade estabelecem relações sociais. As condições materiais permitem transformações do meio para garantir a própria sobrevivência.*” Os educadores precisam e necessitam usufruir dos bens materiais, sabemos que a desvalorização desta profissão no Brasil é grande, a profissão não é atrativa, como se não bastasse os baixos salários ainda há grandes possibilidades de transtornos psicológicos em prol de uma educação que precisa ser repensada, reestruturada e organizada, aplicando os recursos com planejamento, valorizando os seus profissionais e buscando resultados sólidos para aumentar os índices de qualidade.

## CONCLUSÃO

A pesquisa nos permitiu saber que embora as causas da depressão não estejam ligadas somente a profissão do professor esta também influencia, pois os desgastes da profissão são imensos. Segundo as educadoras e os diretores entrevistados o professor enfrenta muito estresse, as indisciplinas em sala, pouca atenção dos pais, superlotação, baixo salário, carga horaria excessiva, desvalorização profissional são os principais fatores que acarretam desgastes psicológicos no educador.

As educadoras entrevistadas trabalham na educação entre 10 e 20 anos, e desenvolveram um quadro depressivo, as mesmas fazem uso de antidepressivos e sentem dificuldades para enfrentarem as salas de aula, como faziam antes da doença. Sabemos que os professores são os principais responsáveis pela formação dos sujeitos, a sociedade cobra a cada dia mais e mais, os educadores devem estar abertos a novas propostas, dominar determinadas tecnologias, precisa estar em constantes formações, acaba por deixar de usufruir de momentos de lazer e atenção á família, e devido a todos os transtornos deixa de cuidar de si próprio, até que se depara doente, e geralmente até que se tenha um diagnostico o mesmo acredita ter outra doença, e ai vem a grande surpresa depressão.

Em acordo com os relatos das mesmas, alguns colegas são preconceituosos e dizem que é preguiça, vagabundagem, entre outras características, e esse profissional acaba por se afastar do trabalho. E quando voltam é para outra função, pois precisam se readaptar.

De acordo com as mesmas o município não tem motivado os professores para que sua saúde não seja comprometida. Segundo os diretores é preciso um projeto que vise à qualidade de vida, diminuição da carga horaria de quarenta horas semanais para 30 horas, além de melhorar o salário dos professores.

## BIBLIOGRAFIA

CAVALHEIRO, Gabriela e TOLFO, Suzana da Rosa. **Trabalho e depressão**. 2011. Disponível em: <www.scielo.br.>. Acesso em: 20 out. 2014.

COVEZZI, Marinete; CASTRO Sueli. **Sociologia e educação infantil**. Cuiabá edUFMT, 2006.

DINIZ, Abilio **Caminhos e escolhas: o equilíbrio para uma vida mais feliz**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2004.

FREIRE, Paulo **Pedagogia do oprimido**, Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2005

KOURILSKY, Belliard Françoise. **Do desejo ao prazer de mudar**. Trad. Sonia Augusto. 2. ed. Barueri: Manole, 2004.

MINICUCCI, Agostinho. **Relações humanas: psicologia das relações interpessoais**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 1992.

ROUSSELET, Felipe. **Estresse, depressão e ansiedade: os inimigos dos professores da rede pública de São Paulo**. 2009. Disponível em:<pepsic.bvalud.org/scielo.php? pid>. Acesso em: 20 out. 2014

SILVA, Maria Cecília da. **Aprendizagens e problemas**. São Paulo: Ícone, 1997.

SOLOMON, Andrew, **O demônio do meio dia: uma anatomia da depressão**. Trad. Myriam Campello. Rio de Janeiro: Objetiva, 2010.

## **ANEXOS**

**ANEXO 1- Entrevista com pessoas que foram afastadas por problemas de depressão:**

1-Ha quanto tempo você atua como educador no município? Qual a doença relacionada para seu afastamento ou desvio de função?

2- Em sua opinião a depressão está relacionada somente com sua profissão ou existem outros fatores que colaboram para o surgimento dessa doença?

3- A maioria das pessoas sente muita resistência em relação a essa doença. Como descobriu e qual foi sua reação ao deparar com esse problema?

4- Qual têm sido o apoio e a motivação oferecida pela educação do município para combater essa problemática?

6- Em sua opinião existe preconceito em relação essa doença? Já sofreu nalgum tipo de preconceito devido à manifestação dessas doenças em você?

5- Você conseguiu se recuperar e voltar suas atividades normais tranquilamente? Já teve alguma recaída ao deparar com as mesmas situações na qual te levaram a adoecer?

## **ANEXO 2 - Questionário realizado com os gestores das escolas**

ESCOLA: \_\_\_\_\_ GESTOR: \_\_\_\_\_

- 1- Entre os professores de sua escola, é possível afirmar quantos entraram com afastamento temporário, atestado ou desvio de função por doenças que se originam a depressão?
- 2- Em sua opinião, quais são os principais fatores responsáveis para o surgimento da depressão?
- 3- Ao seu entender os problemas de depressão entre os professores estão relacionados somente com a profissão ou existem outros fatores que colaboram para o surgimento da doença?
- 4- Diante as dificuldades encontradas, qual tem sido a motivação oferecida à educação do município para combater essa problemática?
- 5 - Os educadores afastados por essa doença conseguem se recuperar e voltar às atividades normais?
- 6- Como gestor, qual a dificuldade encontrada em realizar seu trabalho diante dessa problemática? Em sua opinião o que você acha que deve ser feito para reverter esse quadro entre os professores no município?