

CLUSTER: [Health Tech]

CURSO: [Psicologia]

PANDEMIA DA COVID-19: FATORES ESTRESSORES E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DE PROFESSORES

João Gabriel Salvadego; Matheus Henrique Vivian; Luis Henrique Paloski

1 Estudante do curso de Psicologia. IMED. salvadego2000@gmail.com

2 Estudante do curso de Psicologia. IMED. matheusvivian62@gmail.com

3 Orientador. Doutorado em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Docente do Curso de Psicologia da IMED. luis.paloski@imed.edu.br

1 Introdução

Antes mesmo da pandemia, a educação brasileira apresentava grandes índices de desigualdades, o que só veio a ser agravado com o evento. Dentre os fatores a serem destacados, está a falta de capacitação dos professores para utilizarem as ferramentas digitais e tecnológicas não apenas para ministrarem as aulas, mas também para programá-las e prepará-las (Paludo, 2020).

Dificuldades ainda permeiam o trabalho do profissional da docência, tais como infraestrutura adequada, preparo profissional em diversos aspectos e tempo de estudo e pesquisa (Dalcin & Carlotto, 2017). Os docentes encontram-se limitados por diversos fatores como, por exemplo, a carência de materiais, estrutura apropriada na casa do profissional, carga horária e serviços de internet (Paludo, 2020).

O estresse tende a aumentar conforme aumenta a carga horária, maior número de alunos e tempo de docência em escola pública. Assim como o mau comportamento dos estudantes, a falta de condições mínimas no trabalho, expectativas das famílias e falta de envolvimento no que se refere a decisões da instituição de ensino (Dalcin e Carlotto, 2017).

Nessa perspectiva, esse estudo tem o objetivo de investigar os fatores relacionados ao estresse de professores brasileiros, bem como as estratégias adotadas para lidar com a situação. Pretende-se, também, investigar a presença de sintomas de ansiedade, depressivos e de estresse.

2. Método

O presente estudo se trata de uma revisão assistemática da literatura sobre os fatores geradores de estresse para os docentes, levando-se em consideração o histórico da área da educação no país e sua situação atual. As buscas ocorreram sobretudo nas plataformas BVS (Biblioteca Virtual de Saúde) e Scielo (Scientific Electronic Library Online) e com o uso do Google Acadêmico.

Para este fim, priorizou-se especialmente artigos de 2020 e 2021, sendo o período abrangido pela pandemia do COVID-19 e, em consequência, abrangendo as problemáticas elencadas. Os descritores utilizados foram verificados e selecionados com o uso DeCS - Descritores em Saúde, sendo eles “Pandemias” AND “Docentes” AND “Esgotamento profissional” AND “Estresse psicológico” AND “Educação” AND “Adaptação psicológica”.

3. Resultados e Discussão

A classe dos professores e demais profissionais da Educação está diretamente exposta às consequências psicológicas desencadeadas pela pandemia, sendo que o atual cenário pode estar relacionado a prejuízos na saúde mental (Ribeiro, Scorsolini-Comin&Dalri, 2021). Especificamente aos docentes, mostra-se certo aumento nas atividades educacionais como organização de turmas e atividades ou solicitações por partes de alunos/pais (Barros & Vieira, 2021). Além disso, pode-se verificar que há necessidade de formação dos docentes quando se trata de utilização de ferramentas tecnológicas digitais (Barros & Vieira, 2021).

Entre eles os professores que alertam a sobrecarga de atividades e desvalorização diante da família não presente no ambiente escolar, falta de gestão entre escola, pais, alunos e professores. A importância da presença de profissionais capacitados para ouvir docentes em sofrimento psicológico, não apenas para ouvi-los, mas também promover a saúde mental, prevenir sofrimentos e conflitos (Almeida et al., 2021).

Diante da situação referente a crise sanitária causada pela COVID-19 e com consequências que acarretam até ao psicológico, os docentes continuam exercendo o seu trabalho, e muitas vezes cumprindo uma carga maior de atividades que explica casos de depressão, ansiedade e estresse (Santos, Silva & Belmonte, 2021). O rumo incerto do cenário pandêmico exige maior flexibilidade e resiliência por parte dos docentes, sendo que a incerteza continuará como um fator gerador de estresse (Kim & Asbury, 2020).

Apesar da questão de o adoecimento mental dos docentes nas instituições já ser um tema discutido anteriormente ao cenário pandêmico, sugere-se que com a pandemia existe a necessidade de novos estudos sobre as adaptações de docentes no cenário educacional (Oliveira & Santos, 2021). Junto a isso, torna-se indicado que a coordenação educacional de cada instituição forneça momentos aos docentes onde possam ter atendimento com multiprofissionais para o reparo e manutenção da saúde mental (Silva, Estrela, Lima & Abreu, 2020).

4. Considerações Finais

Considerando o histórico da Educação no território brasileiro, diversas questões ficam evidenciadas em seu trajeto, sendo um cenário que anteriormente já apresentava uma carência de atenção e investimentos. A pandemia acabou por enfatizar essas questões e ampliar dificuldades já presentes na área da Educação.

As dificuldades enfrentadas pelos professores se mostram as mais diversas, tanto emocionais (e.g., estresse, ansiedade, sentimentos de desvalia e cansaço), psicológicas e

contextuais (e.g., sobrecarga de atividades, limites difusos entre espaço profissional e pessoal). Dessa maneira, pode-se dizer que é um público em situação de vulnerabilidade em relação ao COVID-19 e às mudanças sociais e trabalhistas trazidas por ele.

Os professores continuaram como um público desassistido, muitos sem o devido preparo tecnológico que o cenário atual veio a requisitar. Desse modo, sugere-se maior reconhecimento dos profissionais da Educação e maiores pesquisas sobre as dificuldades e demandas específicas dos docentes. Ainda, complementar a isso, programas de intervenção com a finalidade de atender e fornecer recursos para que se possa melhorar as condições de trabalho durante a pandemia, elevando a qualidade de saúde mental ao lidar também com o sofrimento de ordem emocional, psicológica e às condições contextuais citadas.

Referências Bibliográficas

Almeida, P. M. L; Cruz, M. R. E; Alexandre, B. T; Carneiro, V. N. S; Carneiro, V. S;

Bezerra, O. H. M; ... Câmara, F. M. C. (2021). Saúde mental docente: um olhar para o profissional da rede pública de ensino. *Brazilian Journal of Development*, 7(2), 14769-14786. doi:10.34117/bjdv7n2-211

Barros, C. F; & Vieira, P. A. D. (2021). Os desafios da educação no período de pandemia.

Brazilian Journal of Development, 7(1), 826-849. doi:10.34117/bjdv7n1-056

Dalcin, L., & Carlotto, M. S. (2017). Síndrome de burnout em professores no Brasil:

considerações para uma agenda de pesquisa. *Psicologia em Revista*, 23(2), 745-771.

doi:10.5752/P.1678-9563.2017v23n2p745-770

Kim, L. E., & Absury, K. (2020). ‘Like a rug had been pulled from under you’: The impact of COVID-19 on teacher in England during the first six weeks of the OK lockdown.

British Journal of Education Psychology, 90(1), 1062-1083. doi: 10.1111/bjep.12381

- Oliveira, C. E; & Santos, M. V. (2021). Adoecimento mental docente em tempos de pandemia. *Brazilian Journal of Development*, 7(4), 39193-39199.
doi:10.34117/bjdv7n4-399
- Paludo, E. F. (2020). Os desafios da docência em tempos de pandemia. *Em Tese*, 17(2), 44-53. doi: 0000-0001-7308-6122
- Ribeiro, B. M. S. S., Scorsolini-Comin, F., & Dalri, R. C. M. B. (2021). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index Enferm*, 29(3). Recuperado de https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962020000200008&script=sci_arttext&tlng=en
- Santos, F. R. M. G; Silva, E; & Belmonte; R. B. (2021). COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 21(1), 237-243. doi:10.1590/1806-9304202100s100013
- Silva, F. A; Estrela; M. D. F; Lima, S; N; & Abreu, T. C. (2020). Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30(2), e300216. doi:10.1590/s0103-73312020300216