

Preditores de Depressão em Docentes do Ensino Privado

Luciana Gisele Brun
Janine Kieling Monteiro

Resumo: Professores são acometidos por depressão acima da média populacional. Este estudo buscou identificar quais fatores do contexto trabalho e vivências de prazer e sofrimento no trabalho são preditivos de depressão em professores do ensino privado do Rio Grande do Sul. Realizou-se uma pesquisa quantitativa explicativa com uma amostra de 197 professores com sintomas de depressão de todos os níveis de ensino privado. Os instrumentos utilizados foram a Escala de Indicadores de Prazer e Sofrimento no Trabalho, a Escala de Avaliação do Contexto de Trabalho e o Inventário Beck de Depressão. A coleta de dados foi realizada, inicialmente, *online* e depois por Correio. Foi realizada análise de regressão linear por método *stepwise*. Como resultados, identificou-se que as variáveis preditoras de depressão foram: esgotamento emocional e realização socioprofissional. Considerou-se que as vivências de frustração, insegurança e estresse contribuem diretamente para a falta de identificação e de orgulho pelo trabalho docente.

Palavras-chave: depressão; professores; setor privado.

Depression and teaching: a study in the private sector

Abstract: Teachers are affected by depression above the population average. This study sought to identify which factors of the work context and experiences of pleasure and suffering at work are predictive of depression in private school teachers in Rio Grande do Sul. An explanatory quantitative research was carried out with a sample of 197 teachers with symptoms of depression. all levels of private education. The instruments used were the Scale of Indicators of Pleasure and Suffering at Work, the Scale of Assessment of the Work Context and the Beck Depression Inventory. Data collection was carried out, initially, online and then by post. Linear regression analysis was performed using the stepwise method. As a result, it was identified that the variables predictive of depression were emotional exhaustion and socio-professional achievement. It was considered that the experiences of frustration, insecurity and stress directly contribute to the lack of identification and pride in the teaching work.

Keywords: depression; teachers; private sector.

Introdução

Diversos estudos, têm evidenciado a depressão como uma das doenças ocupacionais que mais causa o afastamento do trabalho, o absenteísmo, o presenteísmo e a rotatividade entre os professores (Gomes & Quintão, 2011; Almeida, Pereira, & Duarte, 2012; Correia et al., 2012; Batista, Carlotto & Moreira, 2013; Sacandolaro, Wietzikoski, Gerbasi, & Sato, 2015; Silva & Carvalho, 2016). Esta, entre outras formas de adoecimento mental, tem levado a profissão docente a ser considerada de alto risco pelos órgãos internacionais (Organização Internacional do Trabalho [OIT], 2017).

Na população em geral, a depressão é uma das principais doenças mentais incapacitantes da atualidade, fazendo com que a Organização Mundial da Saúde escolhesse este tema para uma campanha internacional de conscientização em 2017, chamada *Let's*

Talk (Organização Mundial da Saúde [OMS], 2017). O Brasil é o segundo país com maior incidência populacional desta doença entre as Américas (5,8%), atrás apenas dos Estados Unidos (5,9%).

Entre os sinais de depressão podem estar às alterações do sono e do apetite, bem como a ansiedade, a angústia e a lentificação e/ou agitação motora e do pensamento. De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde (Organização Pan-Americana da Saúde [OPAS], 2018), os episódios depressivos serão mantidos na futura classificação internacional de doenças (CID-11) a ser lançada em 2019. Os episódios depressivos (CID-10, F32) são caracterizados por um quadro clínico de:

“[...] humor triste, perda do interesse e prazer nas atividades cotidianas, sensação de fadiga aumentada, dificuldade de concentração, baixa autoestima e autoconfiança, desesperança, ideias de culpa e inutilidade; visões desoladas e pessimistas do futuro, ideias ou atos suicidas” (Ministério da Saúde do Brasil & Organização Pan-Americana da Saúde, 2001, p. 178).

Existem sete categorias diagnósticas para os transtornos depressivos no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5, 2014). São elas: o transtorno disruptivo da desregulação do humor, o transtorno depressivo maior (inclui episódio depressivo), a distímia, o transtorno disfórico pré-menstrual, induzido por substância/medicamento, devido à outra condição médica, especificado e não especificado. As diferenças entre os diagnósticos de depressão são o seu tempo de duração, o momento ou a sua etiologia, basicamente (DSM-5, 2014).

Entretanto, a depressão pode variar entre um estado afetivo normal diante de um luto, por exemplo, considerado saudável apesar da presença de sofrimento, até um transtorno mental incapacitante. Como um estado de humor reativo a uma situação estressante, os pensamentos depressivos permitem a reelaboração e, conseqüentemente, o acionamento das estratégias de enfrentamento necessárias. Entretanto, como uma doença mental, transtorno afetivo ou do humor, a depressão traz prejuízos significativos à qualidade de vida, além de grande sofrimento emocional (Borges, 2010).

Além desta variação da depressão, ela ainda pode se apresentar como uma comorbidade ou um sintoma de outra condição médica. Nestes casos, esta doença aparece associada a outro quadro clínico maior que promove o sintoma depressivo. Entre os fatores individuais para o desencadeamento de um quadro clínico da depressão, estão os fatores biogenéticos e psicossociais, que ainda se encontram insuficientemente explicados pela ciência (DSM-5, 2014).

Entretanto, a depressão também pode ser causada por fatores decorrentes do trabalho, e surgir a partir destes, ou ser uma condição prévia do trabalhador agravada ou desenvolvida pelas peculiaridades daquele contexto laboral em específico. Nos dois casos a depressão está associada ao contexto de trabalho, e causada pelos fatores de risco psicossociais ou substâncias químicas tóxicas ao corpo humano, constituindo um nexo causal com o ambiente laboral. O medo do desemprego, as frustrações e perdas sucessivas, as exigências por aumento do desempenho e o excesso de competição estão entre os fatores de risco psicossociais associados (Ministério da Saúde do Brasil & Organização Pan-Americana da Saúde, 2001).

Entre as categorias profissionais mais estudadas, os professores recebem destaque nos estudos sobre depressão e outras doenças mentais associadas como *burnout*, estresse e ansiedade (Corrêa & Rodrigues, 2017). Em Portugal, por exemplo, um estudo empírico realizado por Gouveia (2010) apresentou correlações significativas e positivas entre *burnout*, ansiedade e depressão evidenciando que aqueles professores que apresentam *burnout*, também apresentam ansiedade e depressão (Gouveia, 2010). Outro estudo português evidenciou a depressão relacionada ao gênero feminino, a maior carga horária e sentimento de insegurança (Gomes & Quintão, 2011).

Entre os estudos nacionais, entretanto, a maior parte destes foi realizada na rede pública de ensino e tratam de estudos teóricos. Raros são os estudos empíricos com levantamento de dados em campo e que tenham investigado a depressão de professores entre seus objetivos (Diehl & Marin, 2016). Mais comuns são os estudos sobre o adoecimento mental docente que identificam a depressão entre os seus resultados (Brasil et al., 2016).

Neste sentido, o estudo realizado por Batista et al. (2013), com professores do ensino fundamental da rede pública, identificou que em 51% dos casos a depressão foi o principal motivo entre os afastamentos do trabalho por adoecimento mental. Também neste estudo as mulheres, entre 40 e 49 anos de idade, integravam o grupo com maior número de afastamentos por depressão.

Por fim, uma pesquisa realizada com 106 professores da rede pública e privada, que atuavam no ensino fundamental e médio, identificou que 35% deles faziam uso de algum tipo de medicamento antidepressivo enquanto trabalhavam e mantinham a sua rotina. Destes, 86,8% eram mulheres (Segat & Diefenthaler, 2013).

A hipótese deste estudo é que a alta prevalência de depressão entre os professores possa ser desencadeada ou agravada pelo tipo de vivências de prazer e sofrimento e pelas características do contexto de trabalho do ensino privado. Diante deste cenário questiona-se: o que está contribuindo para a depressão dos professores no contexto de trabalho do ensino privado?

O objetivo geral deste artigo foi identificar quais os aspectos do contexto de trabalho (organização, condições e relações sócioprofissionais) e vivências de prazer e sofrimento no trabalho (realização profissional, liberdade de expressão, reconhecimento e esgotamento profissional) são preditivos de depressão em professores do ensino privado do estado do Rio Grande do Sul/Brasil.

Método

O estudo possui um método quantitativo e delineamento explicativo (Creswell, 2007). Foi realizado a partir de um recorte de um Projeto Maior intitulado “Saúde dos Professores do Ensino Privado do Rio Grande do Sul” realizado por um grupo de pesquisa integrado pela autora e coordenado pela Profª. Dra. Janine Kieling Monteiro. O projeto teve o apoio financeiro e de divulgação do Sindicato dos Professores do Ensino Privado (SINPRO) do Rio Grande do Sul, Matriz Porto Alegre e Sedes Noroeste e Caxias do Sul (SINPRO/RS, SINPRO/NOROESTE, SINPRO/CAXIAS). Trata-se de uma pesquisa de campo tipo *survey* de desenho transversal (Gil, 2010; Shaughnessy, Zechmeister & Zechmeister, 2012).

Participantes

A definição foi por amostragem aleatória simples, já que todos os professores contatados tiveram a mesma chance de participarem da pesquisa (Shaughnessy et al., 2012). Com um universo de aproximadamente 28.601 docentes que atuam em todos os níveis do ensino privado do Rio Grande do Sul - RS, Brasil no momento da pesquisa. A amostra de participantes do estudo foi constituída por todos os professores cujos e-mails estavam cadastrados no Sindicato na data da pesquisa, sindicalizados e não sindicalizados. Responderam a primeira coleta *online* 740 professores que, ao final do questionário foram consultados sobre sua disponibilidade em participar de mais uma etapa da pesquisa.

Aceitaram participar desta segunda etapa em torno de 300 professores que receberam *kits* com o instrumento já selados para o envio e para o retorno. Destes *kits* enviados obteve-se 210 retornos (taxa de resposta de 70%). Entre estes, aqueles instrumentos com as respostas incompletas foram invalidados e retirados da análise. Os resultados válidos somaram um total final de 197 sujeitos. Tendo em vista o número de questões do Instrumento BDI-I (21 itens) e a proporção mínima de observações por variável 5:1 pode-se considerar a amostra válida para a análise dos resultados (Hair, Black, Babin, Anderson & Tatham, 2009).

Os sujeitos que integraram a amostra deste estudo atuavam em diferentes cidades do Estado e tinham idade entre 18 e 72 anos, com média de 44 anos (DP = 11, CV = 26%) sendo 133 mulheres (68%) e 64 homens (32%). O estado civil de 70% dos professores era casado (n = 137), seguido de 18% (n = 36) solteiro, 11% (n = 21) separado ou divorciado e 1% (n = 3) viúvo. A maioria possuía filhos 61% (n = 120). A maior parte da amostra atuava no Ensino Superior, 72% (n = 141), seguida de Ensino Médio 15% (n = 30), Ensino Fundamental 9% (n = 17) e Educação Infantil 5% (n = 9).

Estes dados foram similares à proporção de professores que compõe cada um dos grupos de ensino, de acordo com dados fornecidos pelo SINPRO/RS. Os professores que trabalham em mais de uma Instituição de Ensino somam 61 (31%) sujeitos, dentre eles 42 (62%) em outra escola pública e 26 (38%) em outra escola privada. Além disso, 39 professores (36%) exercem outra atividade remunerada além da docência para complementar a renda. A renda mensal dos professores está distribuída da seguinte forma na amostra, em ordem crescente: 7 (4%) professores recebem até um salário mínimo, R\$ 1.276; 43 recebem entre R\$ 1.277 e R\$ 3.828 (22%), 55 recebem entre R\$ 3.829 – R\$ 6.380 (28%), 49 recebem entre R\$ 6.381 e R\$ 10.208 (25%), 27 recebem entre R\$ 10.209 e R\$ 14.036 (14%) e 14 recebem mais de R\$ 14.037 (7%).

Quanto à saúde, 12% dos professores estiveram afastados do trabalho no ano anterior a pesquisa (2014/2015), por mais de 15 dias (n = 24). Entre os motivos de afastamento do trabalho 19% (n = 4) foram por adoecimento mental e 81% (n = 17) por motivos diferentes, como: licença maternidade e problemas de coluna. Entre o total de professores 71 informaram ter doenças crônicas (37%), sendo que 4 deles informaram depressão crônica. No ano anterior a pesquisa (2014/2015), os professores que procuraram atendimento psicológico ou psiquiátrico somaram 74 sujeitos (36%) sendo 18 deles por motivo de depressão (25%). A depressão foi o principal motivo por busca de atendimento psicológico e psiquiátrico. O instrumento BDI, no entanto, indicou a presença de sintomas depressivos em 35% dos professores (n = 69).

Procedimentos Éticos

O projeto foi encaminhado e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Unisinos tendo em vista sua versão completa desenvolvida pelo grupo de pesquisa maior (Projeto: N° CEP 15/079, VERSÃO DO PROJETO: 12/06/2015, VERSÃO DO TCLE: 12/06/2015, CAAE KAE45706115.5.0000.5344). O parecer do comitê o considerou favorável ética e metodologicamente conforme Resolução 466/2012 do Conselho Nacional da Saúde.

Procedimentos de coleta de dados

Uma mensagem de convite por e-mail foi enviada inicialmente para todos os professores cadastrados nos Sindicatos contendo um *link* para a participação na pesquisa. Posteriormente, foi realizada bola de neve com o apoio das redes sociais Facebook, LinkedIn e Whatsapp. Duas ondas de coleta transversal foram realizadas, uma no final do ano de 2015 e outra no início do semestre do ano seguinte, 2016.

Na primeira etapa de coleta online, os participantes acessaram o *link* para o *Google Forms* contendo os instrumentos: questionário sociodemográfico e laboral, Escala de Avaliação do Contexto de Trabalho (EACT) e a Escala de Indicadores de Prazer e Sofrimento no Trabalho (IEPST) (Mendes & Ferreira, 2007). Na segunda etapa da coleta, os professores que informaram interesse e registraram o endereço, receberam um *kit* que foi enviado via Correio. Dentro de um envelope continham as instruções de preenchimento, uma folha de aplicação do instrumento BDI-I e dois Termos de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE, e outro envelope com selo pré-pago. Na folha de instruções havia explicações ao participante para que ele/ela depositasse o envelope com o *kit* preenchido no Correio de volta aos pesquisadores, contendo o BDI-I preenchido e um dos TCLE assinado, enquanto o outro TCLE assinado permaneceria com ele. A segunda etapa de coleta foi realizada por meio do Correio pelo fato do instrumento utilizado não ter recebido autorização dos autores e editores para aplicação *online*.

Instrumentos

Foram utilizados na primeira coleta *online*: 1) questionário sociodemográfico e laboral, a Escala de avaliação do contexto do trabalho (EACT) e a Escala de indicadores de prazer e sofrimento no trabalho (EIPST). O questionário sociodemográfico e laboral buscou levantar algumas questões para caracterização da amostra e também para avaliar variáveis específicas do contexto laboral e da saúde do professor, tais como: idade, escolaridade, sexo, tempo de trabalho, tempo na instituição, carga horária, número de alunos atendidos, se tem problema de saúde, se toma alguma medicação, etc.

O EACT e o EIPST são escalas do Inventário sobre o Trabalho e Risco de acidente – ITRA, validado por Mendes e Ferreira em 2003 (Mendes & Ferreira, 2007) que é composto por quatro escalas independentes. Conforme os autores, os objetivos do ITRA são: 1) Investigar as características do contexto de trabalho; 2) Levantar os riscos de sofrimento psíquico no trabalho; 3) Identificar os danos físicos e psicossociais decorrentes do trabalho; 4) Comparar a relação entre as dimensões analisadas do trabalho e diferentes grupos

demográficos; 5) Identificar relações causais entre os diferentes fatores das diferentes escalas; 6) Oferecer subsídios para etapas posteriores de pesquisa e investigação, bem como guiar a elaboração de políticas de saúde ocupacional.

Para esta pesquisa, as escalas do ITRA utilizadas foram as seguintes:

Escala de avaliação do contexto do trabalho (EACT) a qual analisa três fatores: organização do trabalho (11 questões com confiabilidade de 0,72), relações sócioprofissionais (10 itens com confiabilidade de 0,87) e condições de trabalho (10 itens de confiabilidade 0,89). A escala é de cinco pontos, onde 1=nunca, 2=raramente, 3=às vezes, 4=frequentemente, 5=sempre. A escala é do tipo *likert* composta de cinco pontos que vão de 1 a 5 (1=nunca, 2=raramente, 3=às vezes, 4=frequentemente, 5=sempre) (Mendes & Ferreira, 2007).

Escala de indicadores de prazer e sofrimento no trabalho (EIPST) composta por quatro fatores dois para avaliar o prazer – realização profissional (9 itens de confiabilidade de 0,93) e liberdade de expressão (8 itens de confiabilidade de 0,80) – e dois para analisar o sofrimento no trabalho – falta de reconhecimento (8 itens de confiabilidade de 0,87) e esgotamento emocional (7 itens de confiabilidade de 0,89). É uma escala tipo *likert* de 7 pontos (0 a 6) que avalia a ocorrência das vivências dos indicadores (de 0=nenhuma vez, 1=uma vez, até 6=seis ou mais vezes). Tem por objetivo avaliar nos últimos seis meses a ocorrência das vivências de indicadores de prazer e sofrimento.

Além destes, ainda foi utilizado o **Inventário Beck de Depressão (BDI-I)** em sua versão impressa (enviado via Correio). Este consiste em uma escala de autorrelato com 21 itens, de múltipla escolha, apresentados na forma de afirmativas e destinados a medir a severidade de depressão, em adultos e adolescentes (Beck & Steer, 1993, trad. Cunha, 2001). O instrumento mostrou características satisfatórias de consistência interna (entre 0,79 e 0,90), validade discriminante, validade de critério, validade concorrente e fidedignidade no teste-reteste. A avaliação do somatório das respostas segue a seguinte interpretação para a intensidade de sintomas depressivos: mínima: de 0 a 11; leve: de 12 a 19; moderada: de 20 a 35 e severa: acima de 36.

Procedimentos de análise de dados

Os dados foram analisados por meio de estatísticas com o uso do *Software StatisticalPackage for the Social Sciences* SPSS versão para Windows versão 20. Inicialmente, foram calculados os escores dos subfatores das escalas EIPST e EACT, os quais foram utilizados como variáveis independentes. Como variável dependente foi utilizado o somatório bruto dos resultados do BDI. Buscando uma avaliação quanto à ordem em que os previsores são acrescentados ao modelo, conforme Field (2009) adotou-se uma análise de regressão múltipla por método passo a passo - *Stepwise*.

Com base nas correlações estatísticas, o próprio SPSS já seleciona as variáveis que melhor se ajustam aos modelos. Para este caso, identificou-se que as variáveis sociodemográficas e laborais não apresentaram relações significativas com a depressão, não sendo utilizadas em nenhum modelo gerado. Em todos os testes estatísticos, para a avaliação da significância utilizou-se um nível de confiança de 95% ($p < 0,005$).

Resultados

As análises de regressão linear por método passo a passo geraram dois potenciais modelos de predição da depressão em professores do ensino privado, para todos os níveis de ensino incluídos na amostra. A Tabela 1 apresenta o teste Anova com a significância de cada modelo gerado. Pode-se observar que todas as variáveis se mostram significativas ao nível de confiança de 95%.

Tabela 1
Apresentação do Teste Anova para os modelos gerados

	Modelo	Soma dos Quadrados	df	Quadrado Médio	Z	Significância*
1	Regressão	3790,977	1	3790,977	72,171	0,000
	Resíduo	8877,129	169	52,527		
	Total	12668,105	170			
2	Regressão	4904,263	2	2452,132	53,061	0,000
	Resíduo	6763,842	168	46,213		
	Total	12668,105	170			

Nota. *Resultados menores que 0,05 (95% de intervalo de confiança) representam diferenças significativas.

Na análise realizada, observou-se que duas variáveis (presentes nas subescalas) do EIPST e do EACT foram relacionadas significativamente ao modelo de explicação da depressão. Pode-se verificar na Tabela 2 que as variáveis inseridas na análise estatística que apresentaram predição para depressão foram respectivamente: Esgotamento Emocional e Realização Profissional. Os demais fatores das Escalas, relacionados ao contexto de trabalho e às vivências de prazer e sofrimento no trabalho do professor, apresentaram correlação com efeito pequeno ou não apresentaram correlação com a variável dependente (depressão). Estes fatores foram: relações socioprofissionais, organização do trabalho, condições de trabalho, liberdade de expressão e falta de reconhecimento.

Tabela 2
Coefficientes dos modelos de predição para depressão em professores do ensino privado

Modelo / Coeficientes do Modelo	Coeficientes não padronizados		Coef. Padron.	Significância*
	B	Erro Padrão	Beta	
1	(Constante)	3,652	1,038	0,001
	[Esgotamento Emocional]	2,677	0,280	0,547
2	(Constante)	12,345	2,021	0,000
	[Esgotamento Emocional]	1,647	0,302	0,379
	[Realização Profissional]	-1,668	0,340	0,341

Nota. *Resultados menores que 0,05 (95% de intervalo de confiança) representam diferenças significativas.

O resumo dos seis modelos está apresentado na Tabela 3. É possível verificar que o Modelo 2, além de abranger o maior número de variáveis independentes, apresenta o melhor R² ajustado (0,380). Assim, pode-se concluir que o modelo explica aproximadamente 38% do aumento da depressão no grupo de professores.

Tabela 3
Resumo dos modelos de predição

Modelo	R	R quadrado	R quadrado ajustado	Erro padrão da estimativa	Durbin-Watson
1	0,547	0,299	0,295	7,248	
2	0,262	0,387	0,380	6,798	0,913

Sobre os coeficientes de predição, Field (2009) explica que o β padronizado refere-se à importância de cada previsor. Quanto maior o valor absoluto, mais importante é o previsor. Assim, analisando os modelos gerados e apresentados na Tabela 2, é possível verificar que as variáveis possuem um nível de importância equivalente.

Destaca-se, no entanto, o “esgotamento emocional” como o previsor com um nível de importância maior em relação aos outros ($\beta=0,547$). O previsor “Realização Profissional”, entretanto, representa um sinal negativo para o coeficiente beta negativo ($\beta=-0,341$) indicando sua inversão, ou seja, quanto menor a realização profissional maior é a chance de depressão.

Discussão

Pode-se observar nas análises realizadas que os três fatores avaliados pela Escala de avaliação do contexto do trabalho (EACT): organização do trabalho, relações socioprofissionais e condições de trabalho, não entraram nos modelos de predição de depressão.

A análise realizada mostrou que são as vivências de prazer e sofrimento no trabalho, as maiores influenciadoras do adoecimento docente por depressão. Quanto mais frequentes são as vivências de esgotamento emocional maiores as chances de depressão nos professores. O esgotamento emocional é concebido pelo Inventário sobre Trabalho e Riscos de Adoecimento - ITRA, como um fator negativo que contribui para o adoecimento do trabalhador. Para esta avaliação, os docentes registraram a quantidade de vezes, nos últimos seis meses, que vivenciaram situações no trabalho que geraram as seguintes consequências: esgotamento emocional, estresse, insatisfação, sobrecarga, frustração, insegurança e medo.

A realização profissional é caracterizada pelas experiências de prazer vividas no trabalho que geram gratificação, orgulho e proporcionam a identificação do trabalhador com o seu trabalho de acordo com o ITRA (Mendes & Ferreira, 2007). O instrumento inclui a avaliação da satisfação, da motivação, do orgulho pelo que faz, do bem-estar, da valorização, do reconhecimento, da identificação com as tarefas, e da gratificação pessoal com as atividades realizadas no trabalho como itens que compõem a realização profissional. Observou-se que os resultados da análise de regressão realizada mostram uma

associação negativa, ou seja, quanto menor a realização profissional maior a depressão em docentes do ensino privado.

As situações que levam ao estresse docente, na pesquisa de Sá et al. (2018, p. 200), são “[...] a falta de autonomia na execução do trabalho, a deficiência na divulgação de informações sobre decisões organizacionais, falta de informações sobre as tarefas no trabalho, tipo de controle existente no trabalho e o tempo insuficiente para realizar o volume de trabalho.” Tais estressores necessitam ser identificados no ambiente de trabalho docente. Borges, Santos, Saraiva & Pocinho (2018) apontam como estressores no trabalho docente os conflitos interpessoais, a baixa remuneração, a estagnação na carreira e a inadequação da estrutura dos estabelecimentos de ensino.

Silva, Pereira, Novello e Silveira (2018) igualmente enfatizam a rotina corrida e a demanda excessiva de trabalho docente, como, ainda, o convívio com discentes, pais e colegas que também podem gerar, às vezes, algum tipo de conflito. Em seu estudo com professores de matemática, a consequência disto é a desmotivação com a carreira devido à desvalorização da profissão, seja pelo não reconhecimento pelo salário, como pelo acúmulo de serviço, como se a profissão não fosse desgastante.

No entanto, A docência é uma das profissões mais estressantes na atualidade, conforme apuram Sá et al. (2018). Contudo, as pessoas são diferentes entre si, o que leva à necessidade de se ponderar que cada pessoa possui a sua forma de lidar com as situações estressantes, no sentido de que para uns algo pode ser estressante, e para outros, nem tanto. (Sá et al., 2018, p. 206).

A depressão, nesse sentido, tira o docente da sala de aula, levando-o a uma vida de tristeza e, até, conforme Paula (2018), ao risco de suicídio. Isso porque “a identidade do docente fica comprometida levando-o até a perder a sua visão de mundo, e a visão de pertencimento.” (Paula, 2018, p. 76). O autor constatou, ainda, em pesquisa realizada com docentes, que o transtorno depressivo adquirido no ambiente escolar e nas suas relações impossibilitam o desenvolvimento do seu potencial pedagógico.

Em revisão bibliográfica realizada por Montalvão, Cortez & Grossi-Milani (2018), o esgotamento emocional (ou exaustão emocional) e a baixa realização profissional aparecem como duas das três dimensões da Síndrome de Burnout (a outra é a da despersonalização). Para o esgotamento emocional, contribuem a vivência com baixa remuneração, pouco reconhecimento e medo de demissão devido às crises econômicas. Ressaltam as autoras que o esgotamento emocional se dá, principalmente, em docentes do sexo feminino (Montalvão et al., 2018, p. 6). São, portanto, conforme Vilela, Garcia e Vieira (2013), as vivências de sofrimento dos docentes que levam ao esgotamento emocional.

O esgotamento emocional, caracterizado pela sensação de exaustão emocional e física, na qual a pessoa percebe que não possui forças suficientes para continuar a trabalhar. De acordo com Carlotto (2002, p. 23), trata-se de uma falta ou carência de energia, levando ao sentimento de infelicidade consigo próprias, e de insatisfação com o desenvolvimento profissional. Esse esgotamento (ou exaustão emocional) possui nas relações estabelecidas no ambiente de trabalho (organizacionais e/ou afetivas) maior peso do que outros aspectos, como os pecuniários (Costa & Silva, 2019). As autoras concluíram, em pesquisa realizada com docentes, que o magistério tem se constituído numa profissão produtora de adoecimento. Destacam, ainda, que não somente o adoecimento acomete

o docente, mas a escola como um todo adoce também, interferindo na formação de cidadãos e cidadãs (Costa & Silva, 2019, p. 24).

Nesse sentido, faz-se urgente refletir acerca do lugar das emoções na constituição da práxis docente. Para tanto, conforme Souza, Ramos, Oliveira, Dugnani e Medeiros (2019) é importante que haja condições materiais que favoreçam os espaços de fala, escuta e reflexão, para que auxiliem os docentes na ressignificação das dificuldades vividas na escola, além de contribuir para a ampliação dos sentidos e significados conferidos para a atividade profissional. Segundo as autoras:

Os espaços em que os conflitos e tensões não são compreendidos como parte indissociável dos processos de ensino-aprendizagem e do desenvolvimento, e que são tomados como eventos que precisam, a todo custo, ser evitados e/ou controlados, não favorecem que o sujeito conheça de forma crítica a sua realidade, o que pode levá-los à idealização dos modos de relação na escola, tendo em sua base a busca pela harmonia, o que pode promover o adoecimento coletivo dos profissionais da escola. (Souza et al., 2019, p. 242).

Assim, as práticas formativas e novos modos de relacionamento com o contexto escolar são importantes para uma reconfiguração de significados e sentidos (Souza et al., 2019). Sampaio e Stobäus (2017) corroboram a assertiva afirmando que se deve promover ambientes que favoreçam qualitativamente a reflexão acerca da realidade que leva ao adoecimento. Enfatizam a importância da formação docente igualmente contemplar as temáticas do mal-estar e do bem-estar docente, a fim de que estes profissionais entendam melhor as situações vivenciais. Sugerem que haja uma

[...] contextualização da formação acadêmica e inicial com as demandas da escola, otimização da formação docente visando a prevenção de mal-estar e promoção do bem-estar docente, aprimoramento dos processos de interação entre instituições e sujeitos envolvidos no processo formativo na licenciatura e institucionalização de apoios a docentes iniciantes. (Sampaio & Stobäus, 2017, p. 240).

Silva et al. (2018, p. 8) da mesma forma defendem a formação para enfrentar as situações adversas. Destacam a promoção de formações continuadas, abordando temas como motivação e estratégias para lidar com o estresse, seja individual, como coletivamente. Sugere, ainda, a inserção de profissionais da saúde nas escolas para acompanharem os professores.

Os espaços coletivos de deliberação podem ser uma saída para esta situação, conforme sugerido pela teoria da PdT. Na clínica da cooperação, reúnem-se os grupos de trabalhadores em sessões que debatem e procuram elaborar soluções para as dificuldades do trabalho. Entre os benefícios destas sessões, estão a ressignificação das situações causadoras de sofrimento no trabalho, o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento que permitam as vivências de prazer no trabalho dos professores (Carvalho & Vasconcelos, 2014).

Enfim, o sistema educacional ainda não oferece serviços adequados, nem equipe especializada, para dar suporte ao docente, porém, cobra eficiência, resultados positivos e fazem exigências desgastantes no que diz respeito às competências didática, administrativa,

comunicacional e intelectual, ocasionando o esgotamento das forças mentais e físicas (Moura, Ribeiro, Castro & Nunes, 2019).

A atividade docente é uma atividade laboral que requer a utilização dos aspectos físicos e mentais, além de contemplar os fatores sociais, políticos e culturais. Necessita de espaços para a reflexão tanto durante a formação como na prática. Sugere-se que o currículo contemple, durante a formação da pessoa docente, momentos de reflexão sobre o bem-estar do profissional, enfatizando os potencializadores do mal-estar (a precarização das condições de trabalho, os salários defasados e indignos, a desvalorização da profissão, etc.) como forma de alerta.

A pessoa docente debilitada em sua saúde em decorrência da atividade laboral acaba por, em consequência, afetar toda a sua vida social. A transformação do estado atual dos docentes e suas práticas pedagógicas necessitam ser constantemente repensadas, considerando, principalmente, as transformações sociais e econômicas. Alia-se a isso as várias mudanças no que tange as transformações na área política nacional educacional, o que reflete uma instabilidade e insegurança nos rumos da educação.

Considerações finais

Os modelos de regressão linear elaborados confirmam que há uma correlação estatística significativa ($p < 0,05$) para as variáveis: esgotamento emocional e realização profissional. Para o modelo que abrangeu todas estas variáveis independentes, o R^2 ajustado foi calculado em 0,380. Ou seja, o aumento do esgotamento e a diminuição da realização profissional dos professores explicam conjuntamente aproximadamente 38% do aumento da depressão no grupo de professores.

Este resultado é específico para professores do ensino privado e está relacionado a: pressão por desenvolvimento profissional (gerando a cobrança pelo aumento da sua titulação); modernização do processo de educação (promovendo necessidade de atualizações constantes e adaptações relacionadas as mudanças); falta de espaço para expressar opiniões e sentimentos acerca destas metamorfoses; ameaça do desemprego se não alcançar as metas de desempenho estabelecidas pelas Instituições de Ensino. Neste sentido, faz-se necessária a criação de espaços de diálogo com os professores para a valorização e o enfrentamento das dificuldades.

Sobre a criação de espaços de escuta genuínos, que permitam a liberdade de opiniões, é muito importante que não se configurem em ameaças de retaliação e perda do emprego. Para tanto, é preciso reorientar as chefias para a condução adequada e conjunta das avaliações docentes, buscando meios para apoiar satisfatoriamente a sua formação em equilíbrio com as outras tarefas (descontinuidade das tarefas), evitando a sobrecarga docente. Desta forma, é possível criar uma avaliação de desempenho mais justa para o professor, evitando o medo do desemprego.

Sobre a avaliação de desempenho docente, sugere-se retirar o professor do palco avaliativo cujas decisões (manutenção do emprego e formação) parecem incluir critérios arbitrários. Os gestores/chefias precisam desenvolver uma relação próxima e de confiança com seus professores e monitorar seu trabalho por meio das suas “entregas”, ou seja, rever os critérios de sucesso e eficácia do professor.

Considera-se que esta pesquisa aponta algumas prioridades de ação, mas não esgota ou prevê todos os desfechos do quadro clínico da depressão docente. Uma das restrições da pesquisa foi o tamanho da amostra que não é representativa da população de professores.

Para investigação futura sobre a depressão docente, sugere-se uma ampliação da amostra em nível nacional e uma comparação com outras categorias profissionais. Além disto, este estudo ainda pode ser expandido para outras nacionalidades, visto que a cultura e as relações trabalhistas podem exercer grande influência no suporte social e na incidência de depressão em professores.

Referências

- Almeida, C. M. A., Pereira, C. M. F., & Duarte, J. C. (2012). *Insônia, depressão e qualidade de vida em professores*. Dissertação de Mestrado do Instituto Politécnico de Viseu. Escola Superior de Saúde de Viseu, Unidade de Enfermagem de Saúde Pública, Familiar e Comunitária, Brasil.
- Batista, J. B. V. B., Carlotto, M. S., & Moreira, A. M. (2013). Depressão como Causa de Afastamento do Trabalho: Um Estudo com Professores do Ensino Fundamental. *Revista de Psicologia*, 44(2), 257-262.
- Borges, R. (2010). *Depressão*. In D.M.R. Glina, L. E. Rocha (org). Saúde mental no trabalho: da teoria à prática. São Paulo: Roca.
- Borges, S. L., Santos, C., Saraiva, A., & Pocinho, M. T. (2018). Avaliação de Fatores de Risco Psicossociais: estudo com docentes do ensino superior. *Revista Portuguesa De Investigação Comportamental E Social*, 4(1), 22-33.
- Brasil, C. C. P., Batista, M. H., Melo, K. S., Ibiapina, F. L. P., Brilhante, A. V. M., & Silva, R. M. (2016). O Contexto da Docência e sua Influência no Sofrimento Psíquico de Professoras do Ensino Fundamental. *Revista Brasileira Promoção a Saúde*, 29(2), 180-188.
- Carlotto, M. S. (2002). A síndrome de burnout e o trabalho docente. *Psicologia em estudo*, 7 (1), 21-29.
- Carvalho, G. M., & Vasconcelos, A. C. L. (2014). Clínica do Trabalho Aplicada a Trabalhadores de Ensino Superior Federal. *Rev. Polis e Psique*, 4(1), 146-160.
- Corrêa, C. R., & Rodrigues, C. M. L. (2017). Depressão e trabalho: revisão da literatura nacional de 2010 e 2014. *Negócios em Projeção*, 8(1), 65-74.
- Correia, F. M. S., Albuquerque, R. N., Martins, H. A. L., Lins, L. F., Lima, M. D. C., Dias, J. M. S., Silva, C. M., Santos, A. J., Santos, L. T., & Ribas, V. R. (2012). Participation in nighttime activities in the genesis of depression in public school teachers from the State of Pernambuco, Brazil. *Dementia&Neuropsychologia*, 6(4), 276-285.
- Costa, R. Q. F. da, & Silva, N. P. da. (2019). Níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino Infantil e Fundamental. *Pro-Posições*, 30, 1-29.
- Creswell, J. W. (2007). *Projetos de Pesquisa métodos qualitativo, quantitativo e misto*. (2º ed.) Porto Alegre: Artmed.

- Cunha, J. A. (2001). *Manual da versão em português das Escalas Beck*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Diehl, L., & Marin, A. H. (2016). Adoecimento Mental em Professores Brasileiros: Revisão Sistemática da Literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(2), 64-85.
- DSM-5. (2014). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais*. (5ª ed.) Porto Alegre: Artmed.
- Field, A. (2009). *Descobrendo a estatística usando o SPSS*. Porto Alegre: Bookman.
- Gil, A. C. (2010). *Métodos e técnicas de pesquisa social*. São Paulo: Atlas.
- Gomes, A. P. R., & Quintão, S. R. (2011). Burnout, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. *Análise Psicológica*, 29(2), 335-344.
- Gouveia, C. J. B. (2010). *Burnout, Ansiedade e Depressão nos professores*. Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2009). *Análise multivariada de dados*. Porto Alegre: Bookman.
- Mendes, A. M., & Ferreira, M. C. (2007). Inventário sobre Trabalho e Risco de Adoecimento- ITRA: Instrumento auxiliar de diagnóstico de indicadores críticos no trabalho. In A. M. Mendes (Eds.). *Psicodinâmica do trabalho: teoria, método e pesquisas* (pp.111-126). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Ministério da Saúde do Brasil & Organização Pan-Americana da Saúde. (2001). *Doenças relacionadas ao trabalho. Manual de Procedimentos para os Serviços de Saúde Série A. Normas e Manuais Técnicos; n. 114*. Brasília/DF – Brasil. Retrieved from: <http://dtr2004.saude.gov.br/susdeaz/instrumento/arquivo/16_Doencas_Trabalho.pdf> em 29/10/2020.
- Montalvão, C. R., Cortez, L. E. R., & Grossi-Milani, R. (2018). Síndrome de Burnout e condições psicossociais em docentes do ensino superior. *ActaScientiarum. Human and Social Sciences*, 40(3), e36437.
- Moura, J., Ribeiro, J. C., Castro, A. Neta, & Nunes, C. P. (2019). A precarização do trabalho docente e o adoecimento mental no contexto neoliberal. *Revista Profissão Docente*, 19(40), 01-17.
- Organização Mundial da Saúde (2017, 3 de abril). *Tema do Dia Mundial da Saúde de 2017, depressão é debatida por especialistas em evento na OPAS/OMS*. Brasília (DF) Retrieved from: 29/10/2020 <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5391:tema-do-dia-mundial-da-saude-de-2017-depressao-e-debatida-por-especialistas-em-evento-na-opas-oms&Itemid=839>.
- Organização Internacional do Trabalho. (2017). *Mensagem Conjunta da UNESCO, da OIT, do UNICEF, do PNUD e da Education International, para o Dia Mundial dos Professores*. 5 de Outubro de 2017. OIT.
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2018) OMS divulga nova Classificação Internacional de Doenças (CID 11). Brasília (DF). OPAS. Retrieved from: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5702:oms-divulga-nova-classificacao-internacional-de-doencas-cid-11&Itemid=875> em 29/10/2020.

- Paula, L. H. (2018). *A Influência da depressão dos docentes em sua prática pedagógica no Ensino Fundamental de duas escolas Municipais da cidade de Santos - São Paulo – Brasil*. 2018. Dissertação acadêmica de Mestrado em Ciências da Educação. Universidad Autónoma de Asunción, Paraguai.
- Sá, S. C. A., Silva, R. M., Kimura, C. A., Pinheiro, G. Q., Guido, L. A., & Moraes-Filho, I. M. (2018). Estresse em docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada do entorno do Distrito Federal. *Rev. Cient. Sena Aire*, 7(3), 200-207.
- Sampaio, A. A., & Stobäus, C. D. (2017). Elementos de mal-estar docente na formação acadêmica e início da docência: potenciais fontes, consequências e estratégias de enfrentamento. *Linguagens, Educação e Sociedade*, Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação da UFP, 22(36), 240-266.
- Scandolaro, T. B., Wietzikoski, E. C., Gerbasi, A. R. V., & Sato, S. W. (2015) Avaliação dos níveis de estresse e depressão em professores da rede pública do município de Francisco Beltrão - PR. *Arq. Cienc. Saúde UNIPAR*, 19(1) 31-38.
- Segat, E., & Diefenthaler, H. S. (2013). Uso de medicamentos antidepressivos por professores de escolas de diferentes redes de ensino em um município do norte do Rio Grande do Sul. *Perspectiva*, 37(137), 45-54.
- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B., & Zechmeister, J. S. (2012). *Metodologia de pesquisa em Psicologia*. São Paulo: Penso.
- Silva, L. M. S. da, Pereira, F. D., Novello, T. P., & Silveira, D. da S. (2018). Relação entre a desvalorização profissional e o mal-estar docente. *RELACult- Revista Latino-Americana de Estudos em Cultura e Sociedade*, [S.l.], 4, 1-10.
- Silva, T. R., & Carvalho, E. A. (2016). *Depressão em professores universitários: uma revisão da literatura brasileira*, 28(1), 113-117.
- Souza, V. L. T. de; Ramos, V. R. L.; Oliveira, B. C. De; Dugnani, L. A. C., & Medeiros, F. P. (2019). Emoções e práxis docentes: contribuições da psicologia à formação continuada. *Revista Psicopedagogia*, 36(110), 235-245.
- Vilela, E. F., Garcia, F. C., & Vieira, A. (2013). Vivências de prazer-sofrimento no trabalho do professor universitário: estudo de caso em uma instituição pública. [versão eletrônica] *REAd. Rev. eletrôn. adm*, 19(2), 517-540.

Recebido em: setembro de 2018

Aceito em: dezembro de 2019

Luciana Gisele Brun: Psicóloga, Doutorado em Psicologia. Professora e Coordenadora do Curso de Psicologia da Faculdade IBGEN do Centro Universitário FTEC. Av. Praia de Belas, nº 1510, Praia de Belas, Porto Alegre/RS, CEP 90050-071. Fone: (51) 30149705.

Janine Kieling Monteiro: Psicóloga, Doutorado em Psicologia. Professora do PPG em Psicologia da Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), Av. Unisinos, 950, Cristo Rei, São Leopoldo/RS, CEP: 93022-750. Fone: (51) 35901122. E-mail: janinekm@unisinos.br.

E-mail para contato: lubrun@gmail.com