



Saúde Mental e Trabalho Docente: outros modos de estar no mundo!

Cris Nunes | Psicólogo
Mestre e Doutorando Psicologia



O que significa
passar uma vida
trabalhando como
professor(a)?

E, depois de tantos
anos, o que
permanece dessa
experiência?



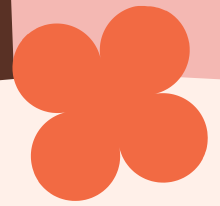


Antes da saúde mental - a **experiência!**

O trabalho docente **produz** histórias, vínculos, identidades, memórias, reconhecimentos, cansaços, sentidos...

Qual a **relação** dos professores com o próprio trabalho?





A docência é atravessada por paradoxos:

prazer ↔ sofrimento

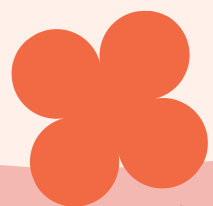
autonomia ↔ controle

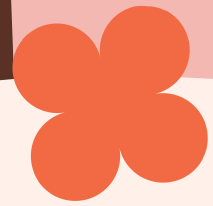
reconhecimento ↔ invisibilidade

realização ↔ exaustão

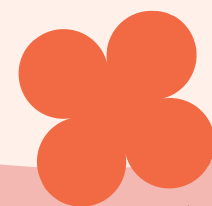
vocação ↔ cobrança

trabalho ↔ vida





“Eu não encontrei uma docência simplesmente adoeecedora. Eu encontrei uma experiência muito mais complexa: uma profissão que pode produzir sofrimento, mas que também produz sentido, prazer, reconhecimento e realização.”



NENHUM TRABALHO,
SEJA ELE QUAL FOR,
OCUPA NA VIDA DO
SUJEITO UM ESPAÇO DE
NEUTRALIDADE!

Christophe Dejours

O trabalho docente **convoca**: o corpo, a inteligência, os afetos, a criatividade, o julgamento, as relações, a história pessoal...

Existe neutralidade nesse trabalho? É possível passar ileso por essa experiência?

**ONDE ESTÁ O
SOFRIMENTO DOS
PROFESSORES?**

O **sofrimento** está no próprio **trabalho**!

Publicações, orientações, aulas, projetos, burocracia, cargos indicadores, produtividade...

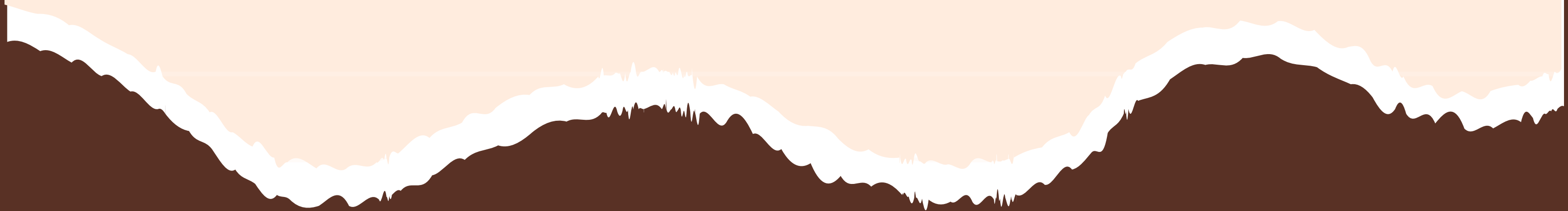
Ensinar, escutar, acompanhar, formar, pensar, cuidar, criar vínculos...

O sofrimento não é simplesmente o oposto do prazer ou realização. Ele faz parte da relação entre sujeito e trabalho.

A questão é: O que fazer com esse sofrimento? Quando há possibilidade de transformação o sofrimento pode ganhar outro destino.

Saúde Mental não é apenas autocuidado.

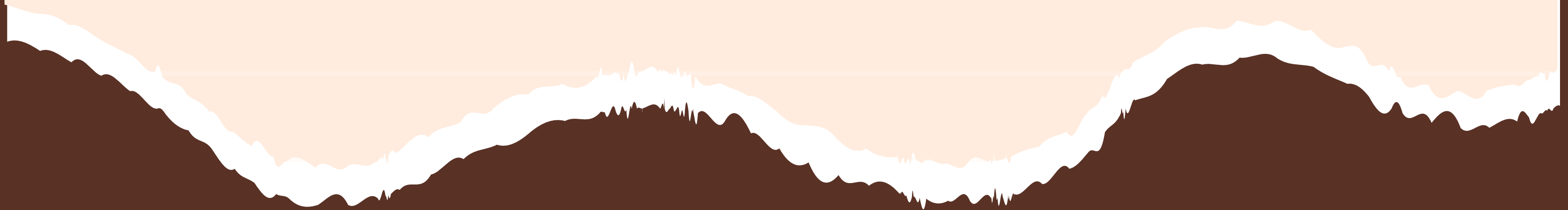
Não podemos individualizar um sofrimento produzido coletivamente!



E existe um coletivo!

O que sustenta um professor?

colegas, amizades, estudantes, comunidade, espaços de fala,
cooperação, reconhecimento



QUEM É ESSE DOCENTE?

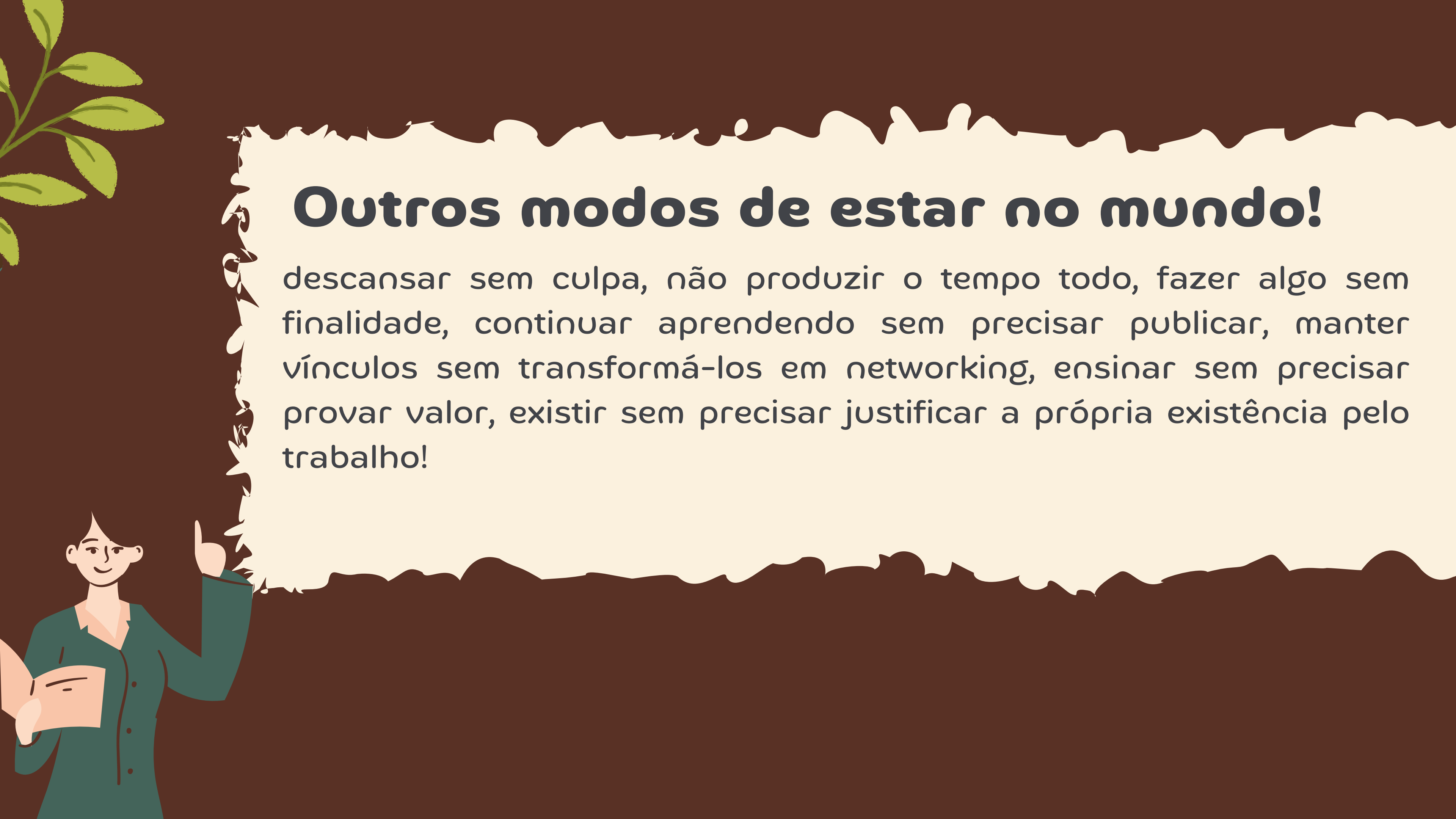
aspectos interseccionais

gênero, raça, classe, geração, sexualidade, deficiência,
território, posição institucional, trajetória profissional!

**As mesmas exigências não produzem os
mesmos efeitos em todos os corpos!**

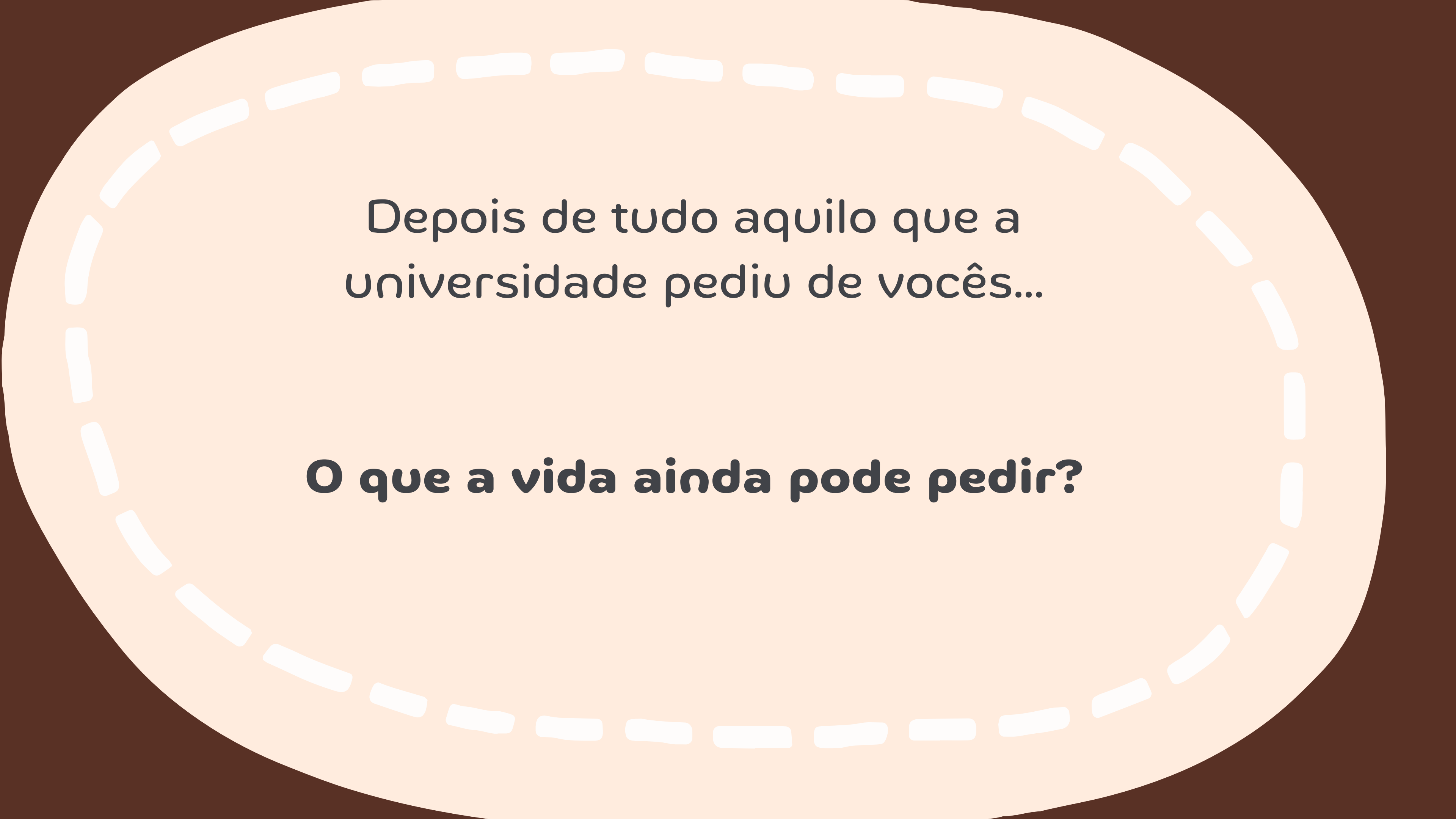
Quem sou eu quando o trabalho deixa de organizar meu cotidiano?

“Talvez a aposentadoria não seja apenas a saída de um trabalho. Talvez seja uma reorganização da própria relação com o tempo, com o reconhecimento e com quem se é.”



Outros modos de estar no mundo!

descansar sem culpa, não produzir o tempo todo, fazer algo sem finalidade, continuar aprendendo sem precisar publicar, manter vínculos sem transformá-los em networking, ensinar sem precisar provar valor, existir sem precisar justificar a própria existência pelo trabalho!



Depois de tudo aquilo que a
universidade pediu de vocês...

O que a vida ainda pode pedir?

O que eu levo?

Depois de tantos anos de docência:

Que marcas dessa trajetória eu quero continuar carregando?

O que eu deixo?

Depois de tantos anos de docência:

O que eu não quero mais carregar comigo?

Talvez outros modos de
estar no mundo sejam
justamente isso:
reconhecer o que ainda
nos move, encontrar
novas formas de viver e
permitir que aquilo que
já não precisa nos
acompanhar possa,
enfim, ficar para trás!



Obrigado!

Cris Nunes – Psicólogo



crisnunes.psi



55 9 99750411



cristiannunesrodrigues@gmail.com