

FACULDADE UNIDA DE VITÓRIA

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES

MARIA ANGELA SABINA SOARES



IMPLEMENTAÇÃO EMPÍRICA DE ALGUMAS AÇÕES PREVENTIVAS NA SAÚDE
MENTAL LABORAL DOCENTE: PROFESSORES DE ENSINO RELIGIOSO DO
ENSINO FUNDAMENTAL I NAS SÉRIES INICIAIS EM VILA VELHA – ES

MARIA ANGELA SABINA SOARES

IMPLEMENTAÇÃO EMPÍRICA DE ALGUMAS AÇÕES PREVENTIVAS NA SAÚDE
MENTAL LABORAL DOCENTE: PROFESSORES DE ENSINO RELIGIOSO DO
ENSINO FUNDAMENTAL I NAS SÉRIES INICIAIS EM VILA VELHA – ES



Trabalho de Conclusão de Curso na forma de
Dissertação de Mestrado Profissional como
requisito parcial para obtenção do grau de
Mestre em Ciências das Religiões. Faculdade
Unida de Vitória. Programa de Pós-Graduação
em Ciências das Religiões.

Área de Concentração: Religião e Sociedade.

Linha de Atuação: Religião e Espaço Público.

Orientador: Sergio Luiz Marlow

Soares, Maria Angela Sabina

Implementação empírica de algumas ações preventivas na saúde mental laboral docente / Professores de Ensino Religioso do Ensino Fundamental I nas Séries Iniciais em Vila Velha – ES / Maria Angela Sabina Soares. -- Vitória: UNIDA / Faculdade Unida de Vitória, 2024. viii, 75 f. ; 31 cm.

Orientador: Sergio Luiz Marlow

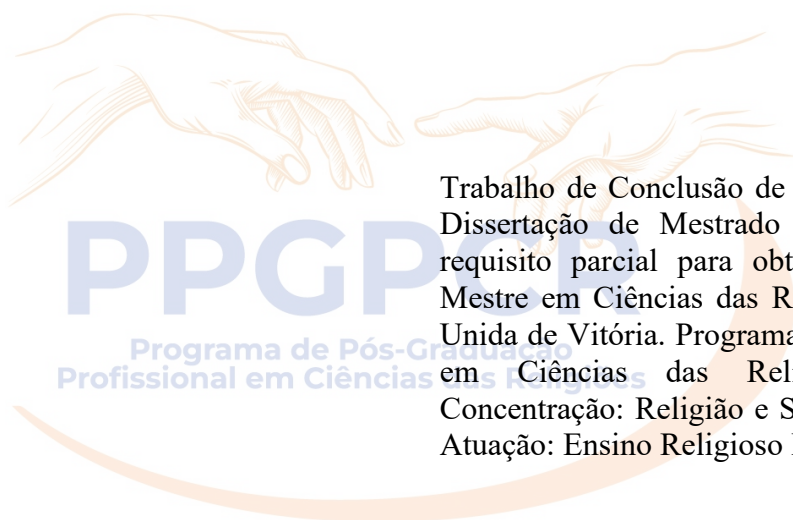
Dissertação (mestrado) – UNIDA / Faculdade Unida de Vitória, 2024.

Referências bibliográficas: f. 70-75

1. Ciência da religião. 2. Religião e Espaço Público. 3. Ensino religioso. 4. Professores. 5. Saúde mental. 6. Saúde mental docente. - Tese. I. Maria Angela Sabina Soares. II. Faculdade Unida de Vitória, 2024. III. Título.

MARIA ANGELA SABINA SOARES

TÍTULO: SAÚDE MENTAL LABORAL DOCENTE:
IMPLEMENTAÇÃO DE AÇÕES PREVENTIVAS JUNTO A PROFESSORES DE ENSINO
RELIGIOSO DAS SÉRIES INICIAIS EM VILA VELHA - ES



Trabalho de Conclusão de Curso na forma de Dissertação de Mestrado Profissional como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Ciências das Religiões. Faculdade Unida de Vitória. Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões. Área de Concentração: Religião e Sociedade. Linha de Atuação: Ensino Religioso Escolar.

Data: 20 set. 2024.

Sergio Luiz Marlow, Doutor em História Social, UNIDA (presidente).

Francisco de Assis Souza dos Santos, Doutor em Teologia, UNIDA.

Monique Ferreira Monteiro Beltrão, Doutora em Ciência da Educação.

RESUMO

O presente estudo tem o objetivo geral de sensibilizar as instituições públicas no Município de Vila Velha, para implementação de projetos reais, legitimados com ações benéficas no combate ao mal docente, propondo um trabalho de atendimento diferenciado aos professores de ER com multiprofissionais (psicólogos). Como objetivos específicos, foram traçados os seguintes: estudar os desafios enfrentados pelo(a) professor(a) de ER e sua trajetória histórica desde o período colonial até os dias atuais; criar espaços nas formações docentes de ER na perspectiva da proposta de práticas dialógicas, possibilitando dinâmicas de amparo e acolhimento; investigar e analisar no município de Vila Velha sintomas psicossomáticos na classe docente de ER que podem afetar saúde mental; propor ações preventivas e significativas como forma de amenizar os impactos sofridos por fatores externos tais como: dupla ou tripla jornada de trabalho, estresse, depressão, intolerância religiosa, desvalorização salarial, preconceito com o componente curricular de ER e os(as) professores(as) envolvidos com ela, ao longo da trajetória profissional. Dessa forma, pretende-se elucidar a seguinte problemática: “Como as demandas específicas do ER nas séries iniciais do Ensino Fundamental I impactam a saúde mental dos professores, especialmente considerando os desafios relacionados à diversidade religiosa no Brasil e as pressões adicionais impostas pela pandemia do COVID-19?”. A metodologia de pesquisa escolhida foi a fenomenológica, que tem na psicologia uma das suas áreas de atuação, uma vez que esta proporciona relacionar a minha vivência pessoal-existencial com a profissionalidade, como meu existir enquanto pessoa diante de conflitos internos e uma complexidade e oscilações de sentimentos. “ir ao próprio fenômeno para desvendá-lo, tal como se mostra em si mesmo, independente de teorias a seu respeito”. Por fim, conclui-se que o ER é uma disciplina ainda desvalorizada, que por muitas vezes, tende a não valorizar e reconhecer a importância dos profissionais que atuam na área.

Palavras-chaves: Ensino religioso. Professores. Saúde mental.

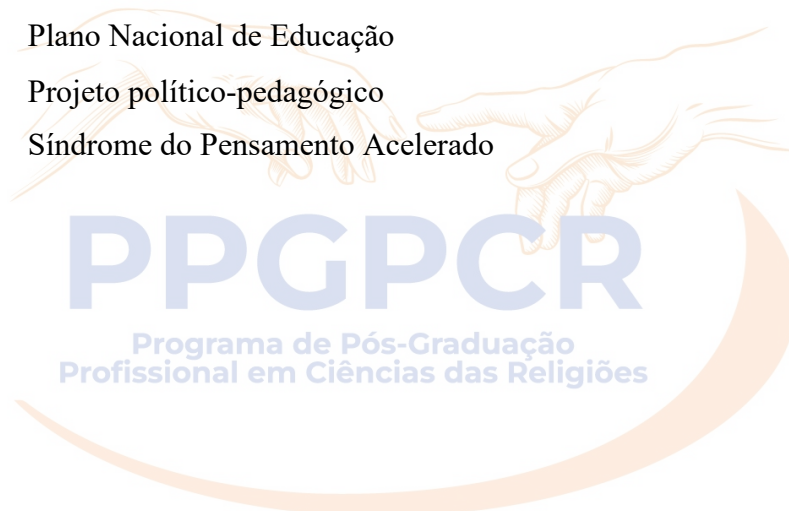
ABSTRACT

The present study has the general objective of sensitizing public institutions in the Municipality of Vila Velha, to implement real projects, legitimized with beneficial actions in the fight against teaching evil, proposing a differentiated service work for RE teachers with multi-professionals (psychologists). As specific objectives, the following were outlined: studying the challenges faced by RE teachers and their historical trajectory from the colonial period to the present day; create spaces in RE teaching training from the perspective of proposing dialogical practices, enabling dynamics of support and reception; investigate and analyze psychosomatic symptoms in the RE teaching class in the municipality of Vila Velha that may affect mental health; propose preventive and significant actions as a way of mitigating the impacts suffered by external factors such as: double or triple working hours, stress, depression, religious intolerance, salary devaluation, prejudice against the RE curricular component and teachers) involved with her, throughout her professional career. In this way, we intend to elucidate the following problem: "How the specific demands of ER in the initial grades of Elementary School I impact the mental health of teachers, especially considering the challenges related to religious diversity in Brazil and the additional pressures imposed by the coronavirus pandemic COVID-19?". The research methodology chosen was phenomenological, which has psychology as one of its areas of activity, as it allows me to relate my personal-existential experience with professionalism, such as my existence as a person in the face of internal conflicts and complexity and oscillations. of feelings. "go to the phenomenon itself to unveil it, as it appears in itself, independent of theories about it". Finally, it is concluded that RE is a discipline that is still undervalued, which often tends not to value and recognize the importance of professionals who work in the area.

Keywords: Religious teaching. Teachers. Mental health.

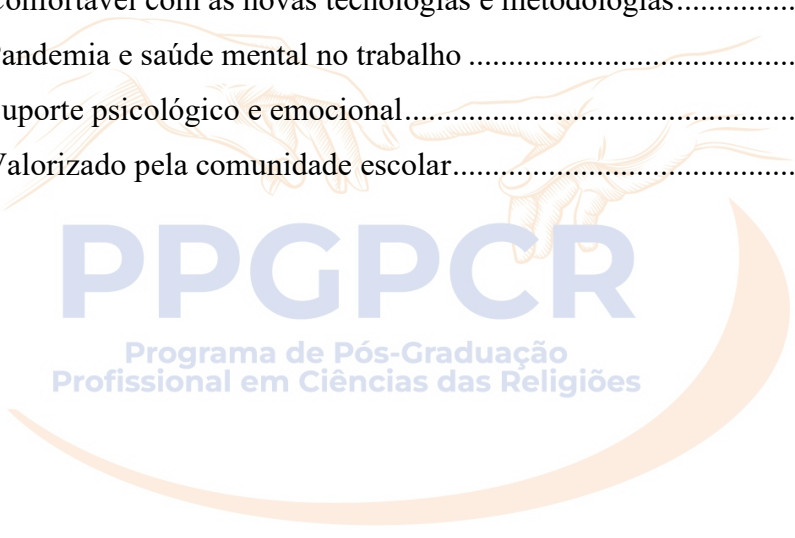
LISTA DE SIGLAS

BNCC	Base Nacional Comum Curricular
CEB	Câmara da Educação Básica
CNE	Conselho Nacional de Educação
DCNs	Diretrizes Curriculares Nacionais
ER	Ensino Religioso
ES	Espírito Santo
ESPII	Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional
FONAPER	Fórum Nacional Permanente de Ensino Religioso
LDB	Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
OMS	Organização Mundial da Saúde
PNE	Plano Nacional de Educação
PPP	Projeto político-pedagógico
SPA	Síndrome do Pensamento Acelerado



LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Gênero dos participantes	52
Gráfico 2. Faixa etária dos participantes	53
Gráfico 3. Tempo de atuação.....	54
Gráfico 4. Carga de trabalho.....	55
Gráfico 5. Condições de trabalho	56
Gráfico 6. Frequência em que se sente pressionado.....	57
Gráfico 7. Comportamento desafiador por parte dos alunos	58
Gráfico 8. Apoio institucional	59
Gráfico 9. Como a idade afeta a capacidade	60
Gráfico 10. Confortável com as novas tecnologias e metodologias.....	61
Gráfico 11. Pandemia e saúde mental no trabalho	62
Gráfico 12. Suporte psicológico e emocional.....	63
Gráfico 13. Valorizado pela comunidade escolar.....	64



PPGPCR
Programa de Pós-Graduação
Profissional em Ciências das Religiões

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	9
1 O PROFESSOR DE ENSINO RELIGIOSO E OS DESAFIOS ENFRENTADOS NO EXERCÍCIO DE SUA PROFISSÃO.....	12
1.1 A previsão do Ensino Religioso no ordenamento jurídico brasileiro.....	12
1.2 Os desafios enfrentados pelos professores de Ensino Religioso	23
2 SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR DE ENSINO RELIGIOSO DURANTE A PANDEMIA DO CORONAVÍRUS	32
2.1 Considerações sobre saúde mental	32
2.2 A saúde mental dos(as) professores(as) de ER durante a pandemia de Covid-19	40
3 ANÁLISE DAS CONDIÇÕES DE SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES DE ENSINO RELIGIOSO: UM ESTUDO EM VILA VELHA – ES.....	52
3.1 Aspectos metodológicos	52
3.1 Discussão dos resultados	53
CONCLUSÃO.....	68
REFERÊNCIAS	70
ANEXOS	76

PPGPCR
Programa de Pós-Graduação
Profissional em Ciências das Religiões

INTRODUÇÃO

A implementação de medidas preventivas em relação à saúde mental dos docentes é uma urgência evidente, especialmente quando se considera o contexto dos professores de Ensino Religioso (ER) nas séries iniciais do Ensino Fundamental I. No panorama educacional brasileiro, o ER desempenha um papel de grande relevância ao proporcionar uma compreensão mais abrangente das diversas crenças presentes na sociedade, fomentando a tolerância e o respeito à diversidade.

Os professores(as) de ER assumem uma função fundamental na formação integral dos estudantes, não apenas transmitindo conhecimentos sobre tradições religiosas, mas também orientando sobre valores éticos e morais. Esta responsabilidade adicional sublinha a importância do professor(a) não apenas como um disseminador(a) de conteúdo, mas como um agente na construção de um ambiente educacional saudável e inclusivo.

No entanto, os desafios enfrentados por docentes de ER são notáveis. A pluralidade de crenças religiosas e a necessidade de abordar o tema de maneira não sectária demandam habilidades específicas e um entendimento aprofundado da diversidade religiosa. A sobrecarga de trabalho e as particularidades do Ensino religioso, pode impactar negativamente a saúde mental desses profissionais.

A pandemia do COVID-19 exacerbou esses desafios. A transição para o ensino remoto, a ansiedade relacionada à saúde e as incertezas sobre o futuro educacional geraram um fardo adicional para os professores de ER. A adaptação rápida a novas tecnologias e a busca por métodos eficazes de ensino à distância tornaram-se uma realidade inesperada, contribuindo para o estresse e a exaustão emocional.

Diante desse cenário, a implementação de ações preventivas na saúde mental laboral docente se torna imperativa. Programas de apoio psicológico, workshops de gerenciamento do estresse e a promoção de espaços de diálogo e compartilhamento de experiências podem ser ferramentas essenciais. Além disso, o reconhecimento institucional da importância do ER, acompanhado de medidas que reduzam a carga de trabalho excessiva, pode contribuir significativamente para a promoção da saúde mental dos professores de ER, garantindo assim um ambiente educacional mais saudável e eficaz.

Nesse sentido, o presente estudo tem como objetivo geral de sensibilizar as instituições do Município de Vila Velha, para implementação de projetos reais, legitimados com ações benéficas no combate ao mal docente, propondo um trabalho de atendimento diferenciado aos professores de ER com multiprofissionais. Como objetivos específicos, foram traçados os

seguintes: estudar os desafios enfrentados pelo(a) professor(a) de ER e sua trajetória histórica desde o período colonial até os dias atuais; criar espaços nas formações docentes de ER na perspectiva da proposta de práticas dialógicas, possibilitando dinâmicas de amparo e acolhimento; investigar e analisar no município de Vila Velha sintomas psicossomáticos na classe docente de ER que podem afetar saúde mental; propor ações preventivas e significativas como forma de amenizar os impactos sofridos por fatores externos tais como: dupla ou tripla jornada de trabalho, estresse, depressão, intolerância religiosa, desvalorização salarial, preconceito com o componente curricular de ER e os(as) professores(as) envolvidos com ela, ao longo da trajetória profissional.

Com base no exposto, pretende-se elucidar a seguinte problemática: “Como as demandas específicas do ER nas séries iniciais do Ensino Fundamental I impactam a saúde mental dos professores, especialmente considerando os desafios relacionados à diversidade religiosa no Brasil e as pressões adicionais impostas pela pandemia do COVID-19?”

Esta formulação do problema de pesquisa destaca a interseção entre o papel dos(as) de ER, a diversidade religiosa no contexto brasileiro, os desafios específicos enfrentados por tais profissionais e os efeitos da pandemia na saúde mental laboral. Essa questão orientará a pesquisa para a análise detalhada desses aspectos, buscando compreender melhor o impacto da profissão e das circunstâncias externas na saúde mental docente de ER nas séries iniciais do Ensino Fundamental I.

A hipótese subjacente é de que é possível que os professores de ER enfrentem um aumento significativo nos níveis de estresse, ansiedade e exaustão emocional devido à complexidade das demandas do ER, à necessidade de lidar com a diversidade religiosa e às mudanças abruptas causadas pela pandemia. A implementação de ações preventivas, como programas de apoio psicológico e espaços de diálogo, pode contribuir para mitigar esses impactos e promover uma melhor saúde mental laboral entre esses profissionais.

A metodologia de pesquisa escolhida foi à fenomenológica, que tem na psicologia uma das suas áreas de atuação, uma vez que esta proporciona relacionar a minha vivência pessoal-existencial com a profissionalidade, como meu existir enquanto pessoa diante de conflitos internos e uma complexidade e oscilações de sentimentos. “ir ao próprio fenômeno para desvendá-lo, tal como se mostra em si mesmo, independente de teorias a seu respeito”¹.

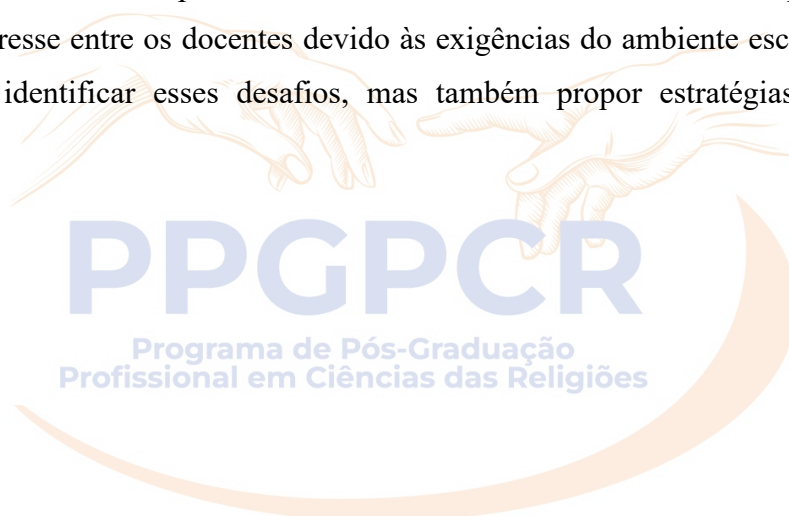
A identificação com esta perspectiva de análise e abordagem pode ser confirmada no que reflete sobre o percurso de uma retrospectiva das experiências e as suas significações

¹ FORGUIERI, Yolanda Cintrão. *Psicologia Fenomenológica: fundamentos, métodos e pesquisa*. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2004, p. 11.

concomitantemente aos desafios de ser professor(a) de ER e a sua luta constantemente de autoafirmação no que diz respeito do “ser” professor no que diz respeito do “eu” interior.

A dissertação está estruturada em três capítulos distintos. O primeiro capítulo se concentra nos desafios enfrentados pelos docentes de ER, começando com uma análise do lugar desse componente no ordenamento jurídico brasileiro e depois explorando os desafios específicos encontrados pelos professores ao lecionar essa disciplina. O segundo capítulo aborda os componentes fundamentais da saúde mental, fornecendo uma base conceitual essencial para entender a análise mais detalhada que será feita no terceiro capítulo sobre a saúde mental dos professores de Ensino Religioso.

E por fim, o terceiro capítulo, delineia-se um estudo voltado para a compreensão e enfrentamento dos desafios concernentes à saúde mental dos professores de ER do Ensino Fundamental I, com foco particular nas séries iniciais. Reconhecendo a prevalência de altos níveis de estresse entre os docentes devido às exigências do ambiente escolar, o estudo busca não apenas identificar esses desafios, mas também propor estratégias eficazes para sua mitigação.



1 O PROFESSOR DE ENSINO RELIGIOSO E OS DESAFIOS ENFRENTADOS NO EXERCÍCIO DE SUA PROFISSÃO

O presente capítulo busca compreender os desafios enfrentados pelos docentes de ER no exercício de suas atribuições profissionais. Para tanto, inicialmente, será feita uma análise a respeito do Componente Curricular de ER no ordenamento jurídico brasileiro, de forma a entender suas principais previsões e sua importância. Posteriormente, será feita uma análise a respeito dos desafios que o docente de ER tem enfrentado ao lecionar.

1.1 A previsão do Ensino Religioso no ordenamento jurídico brasileiro

O Componente Curricular de ER faz parte da história da educação brasileira, passando por diferentes concepções e normatizações, as quais estiveram diretamente relacionadas ao contexto político, social e educacional de cada época. Conforme Teresinha Mocellin, explorar uma análise retrospectiva histórica é fundamental para compreender a complexa realidade atual do ensino religioso.²

O ER origem atrelada ao ensino da religião dos colonizadores portugueses, desconsiderando outras práticas, especialmente, da população nativa, a indígena³. A cultura colonizadora, que se autoproclamava como superior, não apenas deixou de reconhecer a valiosa contribuição dos indígenas e dos africanos escravizados, mas também os despojou de seu potencial de sabedoria e, em certa medida, relegou suas culturas.⁴

Assim, desde a chegada dos jesuítas no Brasil, por volta do ano de 1549, a educação religiosa mostra-se presente no país. A finalidade principal dos jesuítas era promover, por intermédio dos ensinamentos religiosos, a concordância aos costumes e à cultura dos colonizadores portugueses.⁵

Posteriormente, com a Proclamação da República, que ocorreu no ano de 1889, o ER passou por transformações drásticas no Brasil. Antes desse momento histórico, o ER só

² MOCELLIN, Teresinha Maria. *Ensino Religioso: história, interpretação, perspectivas*. 2. ed. São Paulo: Edições 70, 2023, p. 17.

³ ARAUJO, Maria Dalva de Oliveira. *Laicidade e Ensino Religioso: desafio aos docentes e à formação humana*. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso e a sala de aula*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 135-148, p. 137.

⁴ MOCELLIN, Teresinha Maria. *Ensino Religioso: história, interpretação, perspectivas*. 2. ed. São Paulo: Edições 70, 2023, p. 20.

⁵ BORIN, Luiz Claudio. *História do Ensino Religioso no Brasil*. Santa Maria: Universidade Federal de Santa Maria, 2018, p. 12.

poderia ou deveria ser ministrado em alguns estabelecimentos escolares específicos, ou seja, nas escolas confessionais, não mais nas mantidas pelo Estado. A liberdade, um dos ideais da Revolução Francesa, foi colocada em prática por meio da laicização do Estado.⁶

O ER apenas se institucionalizou no ano de 1931, com a reforma Francisco Campos sendo oficializado na constituição de 1934 como disciplina. Com essa previsão, o ER passa a ser obrigatório para o estado e optativo ou facultativo para o(a) aluno(a), mesmo tendo no cenário político e educacional, opiniões contrárias que defendiam a laicidade do ensino na escola pública⁷. Aqui, o ER era ministrado por pessoas voluntárias ligadas a alguma religião e que se dispunham a lecionar nas escolas públicas. Essa orientação se manteve até meados de 1960.⁸

Posteriormente, a partir da década de 1980, as transformações socioculturais que acarretaram mudanças paradigmáticas no campo educacional também refletiram de maneira direta no Ensino Religioso. Em função dos promulgados ideais de democracia, inclusão social e educação integral, diversos setores da sociedade civil passaram a reivindicar a abordagem do conhecimento religioso e a concretização da diversidade religiosa no âmbito dos currículos escolares.⁹

Com a Constituição Federal de 1988, diversos direitos foram assegurados de maneira expressa, momento no qual a educação no geral e a disciplina de ER sofreram mudanças significativas. Esse período é um momento de redemocratização, em que novas perspectivas e tendências políticas e públicas são estabelecidas em diversas áreas, incluindo o âmbito educacional.¹⁰

Esse componente curricular é considerado uma parte essencial da formação da educação básica, do Ensino Fundamental, conforme a Constituição de 1988:

Art. 210. Serão fixados conteúdos mínimos para o ensino fundamental, de maneira a assegurar formação básica comum e respeito aos valores culturais e artísticos, nacionais e regionais.

⁶ BORIN, Luiz Claudio. História do Ensino Religioso no Brasil. Santa Maria: Universidade Federal de Santa Maria, 2018, p. 16.

⁷ GONÇALVES, Jorge Carvalho. *A gestão escolar perante ao desafio de ofertar o componente curricular Ensino Religioso na escola pública*. Tese (Mestrado em Ciências da Religião) – Faculdade Unida de Vitória, Vitória, 2018, p. 37.

⁸ AFFONSO, Luciane Marina Zimerman; CANFIELD, Ráisa Lammel; MÖBS, Adriane da Silva Machado; SANTOS, Valter Borges dos; SILVA, Itala Daniela da. *Políticas Educacionais e Base Nacional Comum Curricular de Ensino Religioso*. Porto Alegre: SAGAH, 2021, p. 49..

⁹ BRASIL. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: Conselho Nacional da Educação, 2018, p. 435.

¹⁰ AFFONSO, Luciane Marina Zimerman; CANFIELD, Ráisa Lammel; MÖBS, Adriane da Silva Machado; SANTOS, Valter Borges dos; SILVA, Itala Daniela da. *Políticas Educacionais e Base Nacional Comum Curricular de Ensino Religioso*. Porto Alegre: SAGAH, 2021, p. 49..

§1º O ensino religioso, de matrícula facultativa, constituirá disciplina dos horários normais das escolas públicas de ensino fundamental.¹¹

No dia 20 de dezembro de 1996, foi promulgada a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), Lei n. 9.396/1996. O art. 33 que trata do ER repetiu práticas confirmadas desde o Brasil colônia sem considerar avanços quanto a linguagem, identidade e novas posturas e práticas do cotidiano de professores. Nesse sentido, movimentos de professores e em extensão, de várias representações de segmentos da sociedade envolvidos na compreensão de um ER de respeito pela liberdade e diversidade religiosa, conseguem a implementação de uma nova lei que altera a redação do art. 33 da LDB, segundo Lurdes Caron e Lourival Martins Filho.¹²

Com a nova redação do art. 33 pela Lei n. 9.475, de 22 de julho de 1997, passa-se a prever:

Art. 33. O ensino religioso, de matrícula facultativa, é parte integrante da formação básica do cidadão e constitui disciplina dos horários normais das escolas públicas de ensino fundamental, assegurado o respeito à diversidade cultural religiosa do Brasil, vedadas quaisquer formas de proselitismo. (Redação dada pela Lei nº 9.475, de 22.7.1997)

§1º Os sistemas de ensino regulamentarão os procedimentos para a definição dos conteúdos do ensino religioso e estabelecerão as normas para a habilitação e admissão dos professores. (Incluído pela Lei nº 9.475, de 22.7.1997)

§2º Os sistemas de ensino ouvirão entidade civil, constituída pelas diferentes denominações religiosas, para a definição dos conteúdos do ensino religioso. (Incluído pela Lei nº 9.475, de 22.7.1997).¹³

Nota-se que, a partir da redemocratização do país, posterior à ditadura militar, e com a promulgação da Carta Magna de 1988 e com a nova redação do artigo 33 da LDB de 1997, reconheceu-se expressamente a diversidade religiosa no país, impondo o respeito à multiplicidade de culturas, etnias e religiões que compõem a sociedade brasileira. Com base na legislação atual, o ER busca promover uma nova perspectiva epistemológica, direcionando-se a uma abordagem pedagógica que valoriza a diversidade cultural e religiosa.

O ER continua a ser de matrícula facultativa para a família, mas constitui um componente obrigatório para a escola, afirmando que é parte integrante da formação básica do cidadão e da cidadã. A cidadania implica conhecer, dialogar, compartilhar conhecimentos, bem como entender direitos e deveres. Neste sentido, o currículo do ER deve abranger algum

¹¹ BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil (1988). Brasília, DF: Senado Federal, 1988. [online]

¹² CARON, Lurdes; MARTINS FILHO, Lourival. Ensino religioso: uma história em construção. In: SILVEIRA, Emerson Sena da; JUNQUEIRA, Sérgio. *O Ensino Religioso na BCC*. Petrópolis: Vozes, 2020, p. 21.

¹³ BRASIL. Lei n. 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília: Presidência da República. [online].

tipo de conhecimento sobre as tradições religiosas, sendo proibida na escola quaisquer formas de proselitismo, adesão ou prática de uma religião específica¹⁴. O ER não é o ensino de religião e, sim, um componente curricular e uma área de conhecimento.

Assim, um passo importante para o componente curricular de ER foi a separação entre Igreja e Estado assegurada na Constituição Federal de 1988 que permitiu, motivou e potencializou a sua construção como disciplina/componente escolar, separada da doutrinação religiosa e nem confundida com o ensino de uma ou mais religiões, buscando reconhecer a liberdade e a pluralidade espiritual. Neste sentido, permitiu contextualizar o cenário abordando o respeito a todos os cultos e inibindo manifestações oficiais sobre a validade de qualquer posição religiosa¹⁵.

Nesse sentido, João Décio Passos aduz que a discussão a respeito do ER não está inscrita na esfera do debate sobre o direito ou não à religiosidade, mas do direito à educação de qualidade que prepare a(o) cidadã(o) para visões e opções conscientes e críticas em seus tempos e espaços¹⁶. Maria de Lourdes Sanches Vulcão e Kátia de Nazaré Santos Fonseca afirmam a importância do estado laico e que o Ensino Religioso, seja ministrado como componente curricular com recursos públicos, priorizando conteúdos que envolvam as ciências e a cultura¹⁷. A Resolução da Câmara da Educação Básica (CEB) Nº 2, de 07 de abril de 1998, já incluiu o ER como área do conhecimento¹⁸. A Resolução nº 4, de 13 de julho de 2010 reconheceu o ER como componente curricular, veja-se:

Art. 14. A base nacional comum na Educação Básica constitui-se de conhecimentos, saberes e valores produzidos culturalmente, expressos nas políticas públicas e gerados nas instituições produtoras do conhecimento científico e tecnológico; no mundo do trabalho; no desenvolvimento das linguagens; nas atividades desportivas e corporais; na produção artística; nas formas diversas de exercício da cidadania; e nos movimentos sociais. § 1º Integram a base nacional comum nacional: a) a Língua Portuguesa; b) a Matemática; c) o conhecimento do mundo físico, natural, da realidade social e política, especialmente do Brasil, incluindo-se o estudo da História

¹⁴ ULRICH, Claudete Beise; GONÇALVES, José Mário. O estranho caso do Ensino Religioso: contradições legais e questões epistemológicas. *Estudos Teológicos*, São Leopoldo, v. 58, n. 1, p. 14-27, 2018, p. 20.

¹⁵ JUNQUEIRA, Sérgio Rogério Azevedo. *O Processo de Escolarização do Ensino Religioso no Brasil*. Petrópolis: Vozes, 2002, p. 13.

¹⁶ PASSOS, João Décio. A intolerância religiosa: mecanismos e antídotos. *Revista REVER*, São Paulo, ano 17, n. 3. 2017, p. 11-27, p. 12.

¹⁷ VULCÃO, Maria de Lourdes Sanches; FONSÊCA, Kátia de Nazaré Santos. Ensino Religioso num país laico: entre a ciência e a fé. In: REIS, Marcos Vinicius de Freitas; SARDINHA, Antonio Carlos; JUNQUEIRA, Sérgio. *Diversidade e o campo da educação: diálogos sobre (in)tolerância religiosa*. Macapá: UNIFAP, p. 73-93, 2017, p. 89.

¹⁸ BRASIL. *Resolução CEB nº 2, de 7 de abril de 1998*. Institui as Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental. A resolução utiliza, de forma equivocada, o termo educação religiosa, mas aqui se refere ao Ensino Religioso.

e das Culturas Afro-Brasileira e Indígena, d) a Arte, em suas diferentes formas de expressão, incluindo-se a música; e) a Educação Física; f) o Ensino Religioso¹⁹.

Portanto, o referido artigo estabelece uma base sólida para uma educação que visa não apenas o desenvolvimento acadêmico, mas também o crescimento pessoal e a participação cívica dos estudantes brasileiros.

§ 2º Tais componentes curriculares são organizados pelos sistemas educativos, em forma de áreas de conhecimento, disciplinas, eixos temáticos, preservando-se a especificidade dos diferentes campos do conhecimento, por meio dos quais se desenvolvem as habilidades indispensáveis ao exercício da cidadania, em ritmo compatível com as etapas do desenvolvimento integral do cidadão²⁰.

Ainda, a Resolução nº 7, de 14 de dezembro de 2010, que fixou as Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental de 9 (nove) anos, o Ensino Religioso, os artigos 14 e 15 salientam:

Art. 14 O currículo da base nacional comum do Ensino Fundamental deve abranger, obrigatoriamente, conforme o art. 26 da Lei nº 9.394/96, o estudo da Língua Portuguesa e da Matemática, o conhecimento do mundo físico e natural e da realidade social e política, especialmente a do Brasil, bem como o ensino da Arte, a Educação Física e o Ensino Religioso.

Art. 15 Os componentes curriculares obrigatórios do Ensino Fundamental serão assim organizados em relação às áreas de conhecimento: I – Linguagens: a) Língua Portuguesa; b) Língua Materna, para populações indígenas; c) Língua Estrangeira moderna; d) Arte; e e) Educação Física; II – Matemática; III – Ciências da Natureza; IV – Ciências Humanas: a) História; b) Geografia; V – Ensino Religioso²¹.

Na BNCC, o ER é reconhecido, expressamente, como área de conhecimento, juntamente com as Linguagens (Língua Portuguesa, Arte, Educação Física e Língua Inglesa), Matemática, Ciências da Natureza e Ciências Humanas²². Embora o ER esteja presente no currículo brasileiro do ER há muitos anos, apenas nas últimas décadas ele adquiriu características semelhantes às das demais disciplinas curriculares²³.

¹⁹ BRASIL. *Resolução nº 4, de 13 de julho de 2010*. Define Diretrizes Curriculares Nacionais Gerais para a Educação Básica. Brasília: Ministério da Educação, Conselho Nacional da Educação Básica, Câmara da Educação Básica, 2010, p. 6.

²⁰ BRASIL. *Resolução nº 4, de 13 de julho de 2010*. Define Diretrizes Curriculares Nacionais Gerais para a Educação Básica. Brasília: Ministério da Educação, Conselho Nacional da Educação Básica, Câmara da Educação Básica, 2010, p. 6.

²¹ BRASIL. *Resolução nº 7, de 14 de dezembro de 2010*. Fixa Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental de 9 (nove) anos. Brasília: Ministério da Educação, Conselho Nacional da Educação Básica, Câmara da Educação Básica, 2010, p. 4.

²² BRASIL. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: Ministério da Educação, 2018, p. 27.

²³ FERREIRA, Renan da Costa; BRANDENBURG, Laude Erandi. O Ensino Religioso e a BNCC: possibilidades de se educar para a paz. *Revista Caminhos*, Goiânia, v. 17, n. 2, p. 508-522, 2019, p. 510.

Como documento normativo, a BNCC esclarece que o ER deve atender a alguns objetivos. Dessa forma, de acordo com a BNCC, o ER deve ter os objetivos:

- a) Proporcionar a aprendizagem dos conhecimentos religiosos, culturais e estéticos, a partir das manifestações religiosas percebidas na realidade dos educandos;
- b) Propiciar conhecimentos sobre o direito à liberdade de consciência e de crença, no constante propósito de promoção dos direitos humanos;
- c) Desenvolver competências e habilidades que contribuam para o diálogo entre perspectivas religiosas e seculares de vida, exercitando o respeito à liberdade de concepções e o pluralismo de ideias, de acordo com a Constituição Federal;
- d) Contribuir para que os educandos construam seus sentidos pessoais de vida a partir de valores, princípios éticos e da cidadania²⁴.

Ao examinar os objetivos, torna-se evidente a presença de elementos essenciais para o desenvolvimento de uma cultura de paz. Notadamente, esses objetivos buscam valorizar as diversas tradições religiosas, garantir o direito à liberdade de crença, promover os Direitos Humanos, fomentar o pluralismo de ideias, princípios e valores éticos. Esses elementos são fundamentais para a construção de uma sociedade que promova a tolerância, o respeito à diversidade e a convivência harmoniosa entre diferentes grupos e indivíduos²⁵.

O ER é concebido como um componente curricular que se compromete com a proibição do proselitismo, que consiste na tentativa de converter alguém a uma determinada crença por meio de coerção. Essa proibição visa promover o respeito pela diversidade cultural e religiosa presente no Brasil. Tal medida visa garantir que os estudantes possam manter suas próprias convicções e posicionamentos em relação a diferentes religiões, permitindo-lhes explorar essas questões de forma crítica, o que, por sua vez, pode influenciar sua abordagem em outras esferas da vida²⁶.

A inclusão do ER é obrigatória em todo o território nacional. Em São Paulo, especificamente, essa obrigatoriedade é limitada ao ensino fundamental, especialmente ao nono ano. Entretanto, para se adequar à legislação federal, a rede de ensino paulista estabeleceu a obrigatoriedade também para as séries iniciais do ensino fundamental, respeitando o caráter facultativo estabelecido por lei²⁷.

²⁴ BRASIL, 2018, p. 436.

²⁵ FERREIRA; BRANDENBURG, 2019, p. 511.

²⁶ SANTOS, Milton Silva dos. Religião e demanda: o fenômeno religioso em escolas públicas. 2016. Tese (Doutorado em Antropologia Social) – Universidade de Estadual de Campinas, Campinas, 2016. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/322533>. Acesso em: 20 abr. 2024.

²⁷ SANTOS, Milton Silva dos. Religião e demanda: o fenômeno religioso em escolas públicas. 2016. Tese (Doutorado em Antropologia Social) – Universidade de Estadual de Campinas, Campinas, 2016. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/322533>. Acesso em: 20 abr. 2024.

Milton Santos²⁸ delinea quatro fases empíricas do ensino religioso: primeiro, uma abordagem ²⁸ jurídica que normatiza sua implementação nas escolas públicas; segundo, os diferentes modelos epistemológicos que se enquadram nas transformações históricas do ensino religioso; terceiro, a reflexão sobre os materiais de apoio destinados aos professores; e, por fim, a aplicação dessas questões de pesquisa na realidade da vida social. O autor esclarece que seu trabalho não visa oferecer soluções para todas as questões não abordadas, mas sim demonstrar as experiências observadas nos diversos estados brasileiros.

Os direitos concedidos aos alunos somente podem ser adequadamente garantidos por meio da formação inicial de seus professores nos respectivos componentes curriculares, e o ER não foge a essa premissa. Nesse contexto, a Constituição da República (CRF/88) desempenha um papel fundamental. Embora não seja uniformemente oferecida em todos os estados brasileiros, ela é adotada como uma disciplina de referência para a formação inicial e aplicação do ER, proporcionando epistemologias, métodos e abordagens próprios, que atendem à necessidade de estudos científicos sobre religiões nas escolas públicas e privadas²⁹.

As religiões, enquanto objeto dessa disciplina acadêmica, não são elementos estranhos ou ausentes na realidade como um todo; pelo contrário, continuam a ocupar espaços significativos em todas as esferas da atividade humana. Portanto, compreender a dinâmica estabelecida pelas religiões, ou melhor, pelos seres humanos, não se resume apenas a descrever como as coisas são ou poderiam ser, mas sim a explicar por que as coisas permanecem como estão³⁰.

Nos estados brasileiros, o ER é oferecido nas escolas públicas de forma obrigatória, embora os alunos tenham a faculdade de cursá-lo. Essa situação pode causar constrangimento aos estudantes que optam por não o cursar, ao mesmo tempo em que os mantém distantes do conhecimento sobre religiões, preservando sua perspectiva familiar. No entanto, o ER pode ser valioso tanto no campo experimental quanto no campo educacional, destacando-se como uma disciplina formadora de cidadãos³¹.

É importante destacar que o autor acima menciona a discriminação enfrentada pelo ER em Pernambuco, onde a falta de informações, inclusive por parte de diretores e professores,

²⁸ SANTOS, Milton Silva dos. *Religião e demanda: o fenômeno religioso em escolas públicas*. 2016. Tese (Doutorado em Antropologia Social) – Universidade de Estadual de Campinas, Campinas, 2016. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/322533>. Acesso em: 20 abr. 2024.

²⁹ OLIVEIRA, Fábio Roberto. O ensino religioso na escola: uma indagação difícil. *Revista Científica Semana Acadêmica*, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. 01-13, 2019.

³⁰ SANTOS, Rodrigo Oliveira. Ciência da Religião e Ciência da Religião Aplicada à Educação. *Revista de Educação ANEC*, Brasília, v. 45, n. 158, p. 87-104, 2019.

³¹ SANTOS, Rodrigo Oliveira. Ciência da Religião e Ciência da Religião Aplicada à Educação. *Revista de Educação ANEC*, Brasília, v. 45, n. 158, p. 87-104, 2019.

resulta em uma abordagem limitada das diversas religiões na sala de aula. Essa diversidade religiosa deve ser vista como uma oportunidade de formação cidadã, permitindo que os alunos desenvolvam o poder de discernimento, que posteriormente será aplicado em suas vidas³².

As discussões em torno do ER na escola pública ainda estão em curso e são absolutamente necessárias. Algumas considerações foram apresentadas sobre essa temática e esperamos que este trabalho venha a contribuir para que ela não fique despercebida dentro da escola e possa suscitar novos estudos e pesquisas capazes de gerar as reflexões necessárias para a definição dessa problemática³³.

Diante da falta de profissionais com formação em Ciências da Religião, muitas escolas permitem que professores licenciados em Sociologia e Filosofia ministrem aulas de ER no ensino médio, enquanto nos anos do ensino fundamental, a autorização é concedida a licenciados em História. Em alguns estados, também é concedida autorização para licenciados que possuam pós-graduação em Ciências da Religião ou em Ensino Religioso, buscando assim garantir a oferta da disciplina nas escolas sem a necessidade de suspensão.

Diante disso, o Componente Curricular de ER é importante e parte integrante para a formação básica de todo cidadão, tendo em vista que não se pode reduzir a escola e à educação tão somente à perspectiva de preparação para o trabalho. Primeiramente, deve-se pensar uma educação inclusiva e integral, em que todas as habilidades cognitivas são consideradas importantes, das diversas linguagens – das línguas, do lúdico na arte e do corpo –, da matemática, das ciências da natureza, das ciências humanas do espaço-tempo, através da história e da geografia.³⁴

De acordo com Paulo Agostinho N. Baptista “o ER é tempo e espaço de reflexões críticas sobre os conhecimentos religiosos e as filosofias de vida da humanidade, da brasilidade e da regionalidade. Preocupa-se com as atitudes de reconhecimento e respeito às alteridades e todo tipo de diversidade”³⁵.

Assim, o Componente Curricular de ER, quando baseado nos saberes históricos, geográficos, sociais e filosóficos, pode proporcionar aos discentes uma compreensão adequada do mundo à sua volta. Contudo, isso tudo só faz sentido se os direitos humanos básicos não

³² OLIVEIRA, Fábio Roberto. O ensino religioso na escola: uma indagação difícil. *Revista Científica Semana Acadêmica*, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. 01-13, 2019.

³³ OLIVEIRA, Fábio Roberto. O ensino religioso na escola: uma indagação difícil. *Revista Científica Semana Acadêmica*, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. 01-13, 2019.

³⁴ BAPTISTA, Paulo Agostinho N. Ensino Religioso: de volta para o futuro. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso na prática*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 19. ³⁵ BAPTISTA, Paulo Agostinho N. Ensino Religioso: de volta para o futuro. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso na prática*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 22.

forem transgredidos, o que implica respeitar a coexistência humana, a vida dos outros, as suas opiniões e os seus pontos de vista³⁶.

Existe ³⁵a oportunidade de promover a educação para a compreensão do outro, em um modelo educacional que não encare a diversidade como uma ameaça, mas sim como uma característica enriquecedora. Nesse sentido, a ênfase na nova abordagem do ER deve ser colocada na busca sincera de diálogo e no respeito pelo que é considerado diferente. De fato, a promoção de hegemonias e a perpetuação de estereótipos religiosos não se coadunam com os objetivos desta proposta da BNCC³⁶.

Portanto, na BNCC, “o Ensino Religioso passa a ter como objeto de estudo o conhecimento religioso que, em um primeiro momento, não compactua com tendências confessionais e catequéticas e permanece como oferta obrigatória para as instituições de ensino público, sendo facultativo para o corpo discente”³⁷. De acordo com a BNCC:

O conhecimento religioso, objeto da área de Ensino Religioso, é produzido no âmbito das diferentes áreas do conhecimento científico das Ciências Humanas e Sociais, notadamente da(s) Ciência(s) da(s) Religião(ões). Essas Ciências investigam a manifestação dos fenômenos religiosos em diferentes culturas e sociedades enquanto um dos bens simbólicos resultantes da busca humana por respostas aos enigmas do mundo, da vida e da morte. De modo singular, complexo e diverso, esses fenômenos alicerçaram distintos sentidos e significados de vida e diversas ideias de divindade(s), em torno dos quais se organizaram cosmovisões, linguagens, saberes, crenças, mitologias, narrativas, textos, símbolos, ritos, doutrinas, tradições, movimentos, práticas e princípios éticos e morais. Os fenômenos religiosos em suas múltiplas manifestações são parte integrante do substrato cultural da humanidade³⁸.

Dessa maneira, nota-se que o ER, em uma visão transdisciplinar, não deve ter a finalidade de transpor conteúdos enciclopédicos e muito menos doutrinários ou um ensino catequético, mas sim o desenvolvimento de processos de aprendizagem participativos, de construção de conhecimentos significativos através do diálogo e projetos de pesquisa, em conexão com as pautas de estudo e engajamento dos cientistas da religião.³⁹

³⁵ AFFONSO, Luciane Marina Zimerman; CANFIELD, Ráisa Lammel; MÖBS, Adriane da Silva Machado; SANTOS, Valter Borges dos; SILVA, Itala Daniela da. *Políticas Educacionais e Base Nacional Comum Curricular de Ensino Religioso*. Porto Alegre: SAGAH, 2021, p. 49.

³⁶ FERREIRA, Renan da Costa; BRANDENBURG, Laude Erandi. O Ensino Religioso e a BNCC: possibilidades de se educar para a paz. *Revista Caminhos*, Goiânia, v. 17, n. 2, p. 508-522, 2019, p. 511.

³⁷ FERREIRA, Renan da Costa; BRANDENBURG, Laude Erandi. O Ensino Religioso e a BNCC: possibilidades de se educar para a paz. *Revista Caminhos*, Goiânia, v. 17, n. 2, p. 508-522, 2019, p. 510.

³⁸ BRASIL, 2018, p. 436.

³⁹ ARAGÃO, Gilbraz de Souza. Dos magistérios eclesiásticos para os magistérios acadêmicos. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso na prática*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 16.

Isso porque o ER “adota a religião como seu objeto de estudo em toda sua complexidade, numa perspectiva ética, que assume o estudo da religião do ponto de vista externo, ou seja, aquilo que pode ser observado e constado enquanto um fato humano”⁴¹.

O ⁴⁰ER plural que se apoia no diálogo e a pesquisa tem como objeto a pluralidade. Isto significa “que o sentido do termo pluralidade não pode ser entendido de modo reduzido, mas sim compreendido como um elemento que amplia consciência para as diferenças e que vai além da condição fraterna entre os seres humanos”⁴¹.

Assim, em sociedade democráticas, em que o Estado é laico e a liberdade religiosa é assegurada de forma expressa em documentos nacionais e internacionais, as religiões devem se articular na sociedade civil, para colaborarem no debate sobre os valores comuns da sociedade e combinarem atitudes em defesa do bem comum, e não se associar em mútuo apadrinhamento com o poder estatal para defesa das suas igrejas. Em sociedades livres, uma religião não deve formar partido político (nem ter concessão de meios de comunicação social), mas sim educar os seus membros para traduzirem os valores de sua fé em uma práxis ética para todos os partidos.⁴²

Nesse sentido, observa-se que a valorização da diversidade cultural religiosa brasileira, principalmente no cotidiano escolar, requer uma série de mudanças e adaptações, como o desenvolvimento de práticas pedagógicas subsidiadas pelo conhecimento coerente das diferentes culturas e religiosidades⁴³. Assim, nas escolas, o ER deve promover o aprendizado dos alunos, assim como os demais aspectos de pressupostos morais⁴⁴. Isso porque a força ética das religiões pode contribuir para a formação de uma cultura de paz e de tolerância entre os seres humanos, sendo que o Ensino Religioso, enquanto Componente Curricular pode

⁴⁰ SANTOS, Rodrigo Oliveira dos. As duas faces da educação: do proselitismo cristão ao Ensino Religioso como promotor dos Direitos Humanos das mulheres. In: MARANHÃO, Fº. Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso na prática*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 66.

⁴¹ NOGUEIRA, Sandra Vidal; BEISE, Claudete Ulrich; SILVA, Edeson dos Anjos. Ensino Religioso Plural na Educação Básica: uma área do conhecimento humano em consolidação. *Revista Caminhos*, Goiânia, v. 18, p. 2844, 2020, p. 31.

⁴² ARAGÃO, Gilbraz de Souza. Dos magistérios eclesiásticos para os magistérios acadêmicos. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso na prática*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 16.

⁴³ AFFONSO, Luciane Marina Zimerman; CANFIELD, Ráisa Lammel; MÖBS, Adriane da Silva Machado; SANTOS, Valter Borges dos; SILVA, Itala Daniela da. Políticas Educacionais e Base Nacional Comum Curricular de Ensino Religioso. Porto Alegre: SAGAH, 2021, p. 122

⁴⁴ SILVA, João Bernardino da; SILVA, Lorena Bandeira da. Relação entre religião, espiritualidade e sentido da vida. *Revista Logos & Existência*, São Paulo, v. 3, n. 2, p. 203-215, 2014, p. 66.

potencializar o respeito entre as pessoas, fomentando a convivência harmoniosa entre convicções religiosas diferentes.⁴⁵

Diante de um Estado laico e da garantia da liberdade religiosa, o Componente Curricular de ER deve ser espaço de aprendizagem e compartilhamento de experiências pedagógicas, de trocas e intercâmbios permanentes, de convivência harmônica da diversidade, de acolhimento das identidades, sejam elas culturais, espirituais, religiosas ou não religiosas.⁴⁶

Entretanto, importante mencionar que a laicidade do Estado Brasileiro no âmbito do componente curricular ER implica considerar que esta expressão não designa, necessariamente, desconsiderar a existência das práticas religiosas ou sua inexistência na sociedade. Pelo contrário, sinaliza que é necessário articular o trabalho de modo abrangente, contemplando as diversas experiências vivenciadas pela humanidade, especialmente, partindo das experiências dos próprios estudantes quer sejam religiosas, ou não. Tais experiências práticas devem ser trabalhadas no cotidiano escolar propiciando uma convivência harmoniosa, em qualquer situação.⁴⁷

Necessário se faz lembrar que, segundo proposta curricular da BNCC, o ER é ofertado como componente curricular nos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental. As competências específicas a serem desenvolvida no componente curricular Ensino Religioso, no Ensino Fundamental, segundo a BNCC

1. Conhecer os aspectos estruturantes das diferentes tradições/movimentos religiosos e filosofias de vida, a partir de pressupostos científicos, filosóficos, estéticos e éticos.
2. Compreender, valorizar e respeitar as manifestações religiosas e filosofias de vida, suas experiências e saberes, em diferentes tempos, espaços e territórios.
3. Reconhecer e cuidar de si, do outro, da coletividade e da natureza, enquanto expressão de valor da vida.
4. Conviver com a diversidade de crenças, pensamentos, convicções, modos de ser e viver.
5. Analisar as relações entre as tradições religiosas e os campos da cultura, da política, da economia, da saúde, da ciência, da tecnologia e do meio ambiente.
6. Debater, problematizar e posicionar-se frente aos discursos e práticas de intolerância, discriminação e violência de cunho religioso, de modo a assegurar os direitos humanos no constante exercício da cidadania e da cultura de paz.⁴⁹

⁴⁵ SCARANO, Renan Costa Valle; DORETO, Daniella Tech; ZUFFO, Sílvia; SCHEIFLER, Anderson Barbosa; OLIVEIRA, Carolina Bessa Ferreira de; AFFONSO, Ligia Maria Fonseca; SCHOLZE, Martha Luciana. *Direitos humanos e diversidade*. Porto Alegre; SAGAH, 2018, p. 146.

⁴⁶ BAPTISTA, Paulo Agostinho N. Ensino Religioso: de volta para o futuro. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). O ensino religioso na prática. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 19.

⁴⁷ ARAGÃO, Gilbraz de Souza. Dos magistérios eclesiais para os magistérios acadêmicos. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). O ensino religioso na prática. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 17 ⁴⁹ BRASIL, 2018, p. 437.

Todas essas competências estão relacionadas com o reconhecimento da diversidade cultural e religiosa e com a necessidade de promoção do respeito a tal diversidade, por intermédio do diálogo em sala de aula, o que permite proporcionar uma cultura de paz e harmonia. Para o desenvolvimento destas competências são sugeridas as unidades temáticas a serem trabalhadas no Ensino Fundamental: identidades e alteridades, manifestações religiosas, crenças religiosas e filosofias de vida. Cada unidade temática, tem os seus objetos de conhecimento e habilidades.⁴⁸

Desta feita, o ER como componente curricular “por ser considerado facilitador de uma educação dialógica, inventiva, reflexiva e humana, provoca discussões sobre o sentido da vida, cujas referências estão no estudo sobre as tradições e culturas religiosas que acontecem na história”⁴⁹, devem fazer parte do projeto político-pedagógico (PPP) da escola.

Diante do exposto, considerando a importância do Componente Curricular de ER, observa-se, também, a importância do docente, que deve atuar em conformidade com os instrumentos legais brasileiros, de maneira a atingir os objetivos propostos. Diante desse contexto, o tópico subsequente direciona-se para os desafios enfrentados por docentes de ER.

1.2 Os desafios enfrentados pelos professores de Ensino Religioso

Diante de um cenário marcado pelas inúmeras formas de violência e intolerância, a educação desempenha papel significativo para a formação integral e o desenvolvimento do ser humano e a construção da(o) cidadã(o), buscando à edificação da sociedade solidária expressamente prevista na Constituição de 1988 como objetivo da República Federativa do Brasil. Visto isso, os ambientes coletivos educacionais são espaços privilegiados para promover a eliminação de qualquer forma de preconceito, racismo e discriminação, fazendo com que crianças, adolescentes e jovens possam compreender e se envolver conscientemente em ações que reconheçam e valorizem a diversidade e o respeito entre os diferentes grupos culturais.⁵⁰

Como visto, o Componente Curricular de ER exerce um papel relevante, sendo capaz de colaborar para a construção de uma cultura de paz, para a tolerância e o respeito à

⁴⁸ BRASIL, 2018, p. 438-441.

⁴⁹ HOLMES, Maria José Torres. Ensino Religioso e diversidade religiosa: desafios e perspectivas em sala de aula. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). O ensino religioso e a sala de aula. Florianópolis: AMAR; FOGO, p.12-20, 2021, p. 49.

⁵⁰ CONSELHO NACIONAL DO MINISTÉRIO PÚBLICO, 2016, p. 23. ⁵³ CLAUDIO, 2021, p. 88.

diversidade. Entretanto, para que tais objetivos sejam atingidos, é preciso que a atuação do docente seja adequada. Assim:

Esse componente curricular necessita de profissionais de formação adequada ao desempenho de sua ação educativa, considerando que o conhecimento religioso para estudo do fenômeno religioso na escola situa-se na complexidade da questão religiosa e na pluralidade brasileira. Assim, faz-se necessária uma formação específica nas quais sejam contemplados, entre outros, os conteúdos de culturas e tradições religiosas; escrituras sagradas; teologias comparadas; ritos e *ethos*, garantindo-lhe a formação adequada ao desempenho de sua ação educativa.⁵¹

Diante do exposto, nota-se que o(a) professor(a) de ER desempenha um papel crucial no contexto educacional, contribuindo para o desenvolvimento integral dos(as) alunos(as) e promovendo uma compreensão mais ampla e profunda das dimensões religiosas e éticas da vida. Portanto, o ER deve ser ministrado por intermédio da utilização de uma abordagem crítica e transdisciplinar, levando em conta a pluralidade de religiões existentes na sociedade.

Dessa forma, o Componente Curricular de ER é capaz de abordar uma pluralidade de temas educativos relacionados à diversidade cultural e religiosa do Brasil e, simultaneamente, apresentando, no processo de Ensino-Aprendizagem, que as religiões podem ser fontes de espaços para o diálogo e, principalmente, de respeito e humanização para não se transformem em fontes de opressão e exclusão, seguindo o caminho da intolerância e do desrespeito para com as diferenças⁵¹. Assim:

O professor, nessa perspectiva, precisa compreender a situação social e religiosa dos educandos a fim de construir com eles conteúdos programáticos contextuais, precisa interagir criticamente com o contexto concreto das religiões na vida dos educandos em seus aspectos desumanizadores e opressivos, promovendo uma tomada de consciência desmistificadora das religiões.⁵²

Diante disso, é possível observar que profissionais de ER tem uma grande contribuição a dar, apresentando aos discentes questões que estão no cerne da vida, motivando-os para desenvolver a religiosidade presente em cada um, orientando-os para a descoberta de critérios éticos, para a ação dialógica e para o processo de aproximação e de relação com as diferentes expressões religiosas.⁵³

⁵¹ HOLMES, Maria José Torres. Ensino Religioso e diversidade religiosa: desafios e perspectivas em sala de aula. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). O ensino religioso e a sala de aula. Florianópolis: AMAR; FOGO, p.12-20, 2021, p. 56.

⁵² ARAGÃO, Gilbraz de Souza. Dos magistérios eclesiásticos para os magistérios acadêmicos. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). O ensino religioso na prática. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021, p. 17.

⁵³ MOCELLIN, Teresinha Maria. *Ensino Religioso: história, interpretação, perspectivas*. 2. ed. São Paulo:

Visto isso, em um contexto de prática pedagógica, é importante que o(a) professor(a) desenvolva os conteúdos sobre fenômenos religiosos respeitando as características de cada estudante, de acordo com cada série em que ele está inserido. Deve-se procurar estabelecer ligações entre as diferentes religiões, com textos sagrados, personagens, ritos e tradições dos povos que compõem a identidade brasileira. Desse modo, o(a) docente deve primar pela valorização da religião dos seus educandos em um contexto de diálogo.⁵⁴

Há um processo histórico que provoca o aumento das exigências do(a) professor(a) em suas responsabilidades. Sua tarefa vai além do domínio cognitivo e além do saber a matéria que leciona. A sociedade contemporânea exige profissional eficaz, um facilitador da aprendizagem, organizador de trabalho de grupo, com especial atenção para o aspecto afetivo e psicológico dos(as) estudantes.⁵⁵

A abordagem dos conhecimentos de professores(as) de ER abrangem uma variedade de teorias, metodologias e habilidades. Esses conhecimentos são compostos por diversas fontes e incorporam elementos como o entendimento teórico, as habilidades práticas (“saber fazer”) e as novas concepções sobre as práticas pedagógicas. Esses elementos fundamentam o trabalho dos(as) professores(as) no ambiente escolar.⁵⁶

Embora reconheça-se a importância do docente de ER, é inegável que este passa por inúmeras dificuldades e desafios em sua prática pedagógica, refletindo as complexidades associadas ao ensino de temas religiosos e éticos. Lidar com a diversidade de crenças religiosas dos(as) alunos(as) e garantir um ambiente respeitoso, inclusivo e não proselitista pode ser desafiador. Os(as) professores(as) precisam equilibrar a apresentação imparcial das diferentes tradições religiosas, evitando favorecer uma em detrimento de outras.

Ainda, muitos professores de ER não recebem uma formação adequada para lidar com a diversidade de temas religiosos, sendo acometidos por diversos fatores, como por exemplo, a falta de materiais educacionais apropriados e a preparação insuficiente podem dificultar a entrega de aulas eficazes.

O progresso das ciências e as mudanças sociais demandam uma revisão profunda dos conteúdos curriculares, especialmente aqueles que se mostram obsoletos, abrindo espaço para

Edições 70, 2023, p. 94.

⁵⁴ SCARANO; DORETO; ZUFFO; SCHEIFLER; OLIVEIRA; AFFONSO; SCHOLZE, 2018, p. 147.

⁵⁵ MOCELLIN, Teresinha Maria. *Ensino Religioso: história, interpretação, perspectivas*. 2. ed. São Paulo: Edições 70, 2023, p. 92.

⁵⁶ MOCELLIN, Teresinha Maria. *Ensino Religioso: história, interpretação, perspectivas*. 2. ed. São Paulo: Edições 70, 2023, p. 95.

aqueles considerados essenciais para a sociedade do futuro. Isso exige que os(as) professores(as) estejam atualizados, passem por processos de reciclagem e estejam bem-informados.⁵⁷

Por esse motivo, “o debate sobre o currículo escolar é uma necessidade permanente, principalmente na atualidade devido os grandes problemas que a sociedade vem enfrentando com relação à discriminação e intolerância religiosa no espaço escolar”⁵⁸. Neste sentido, através de uma formação adequada em Ciências da Religião, o(a) docente consegue aprimorar a cidadania e a humanização do(a) educando(a), afastando, na prática e na teoria, a tendência de aglutinação entre educação da religiosidade e educação da(o) cidadã(o), certamente se valendo do conhecimento dos valores preservados pelas tradições religiosas e da própria religiosidade⁵⁹. O conhecimento dos(as) professores(as) é diversificado e caracterizado pela pluralidade,

pois incorpora, no próprio exercício profissional, uma variedade de conhecimentos e habilidades provenientes de fontes diversas e com diferentes nuances. Além disso, é temporal, uma vez que é adquirido ao longo de uma história de vida e carreira profissional. A afirmação de que o conhecimento docente é temporal implica reconhecer que ensinar envolve aprender a ensinar, ou seja, adquirir gradualmente os conhecimentos necessários para desempenhar o trabalho docente⁶⁰.

O reconhecimento do ER como área de conhecimento passa por redefinições epistemológicas e metodológicas buscando conquistar seu novo *status* e credibilidade junto ao meio científico e escolar. No meio acadêmico vem se desenhando fortemente tal esforço. “Cursos de Ciências da Religião com licenciatura em ER), curso de formação docente, curso de especialização e pós-graduação estão formando e qualificando educadores na perspectiva de um novo paradigma para o ER no país”⁶¹.

Assim, a formação do docente de ER requer, também, uma sólida fundamentação epistemológica que ultrapassa os currículos das disciplinas indispensáveis que sustentam as

⁵⁷ MOCELLIN, Teresinha Maria. *Ensino Religioso: história, interpretação, perspectivas*. 2. ed. São Paulo: Edições 70, 2023, p. 92.

⁵⁸ FOSTER, Eugênia da Luz; CUSTÓDIO, Elivaldo Serrão. Educação para o respeito às diferenças étnico-raciais e religiosas: tensões, avanços e desafios. In: REIS, Marcos Vinicius de Freitas; SARDINHA, Antonio Carlos;

⁵⁹ ANDRADE, Rosana C. R. *Ensino religioso e formação docente: uma análise a partir do curso de graduação em Ciências da Religião da Unimontes, no período de 2001 a 2012*. Tese (Doutorado em Ciência da Religião). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo/PUC-SP, São Paulo, 2016, p. 65.

⁶⁰ MOCELLIN, Teresinha Maria. *Ensino Religioso: história, interpretação, perspectivas*. 2. ed. São Paulo: Edições 70, 2023, p. 97.

⁶¹ SILVA, 2018, p. 58.

habilitações pedagógicas, construída a partir das interações entre Filosofia, Pedagogia e Ciência da Religião⁶².

No Brasil, até 1990, a formação dos docentes de ER era organizada e concretizada, quase totalmente, pelas instituições religiosas cristãs. Existiam os cursos de Teologia, Ciências Religiosas, Catequese, Educação Cristã e similares, desenvolvidos em parceria com os sistemas de ensino⁶³. A partir da segunda metade dos anos noventa, a discussão da profissionalização docente foi implementada e o cenário foi alterado com a elaboração final e homologação da nova Lei de Diretrizes, a organização do Fórum Nacional Permanente de ER (FONAPER), a alteração do Artigo 33 da Lei nº 9.394/96 e a busca de uma disciplina que assumisse o novo perfil⁶⁴.

Isso porque, considerou-se a insuficiência da formação do docente no modelo em que os sistemas de ensino estavam condicionados aos dogmas religiosos. Nesse sentido:

Essas propostas não graduavam os professores em conformidade com os profissionais da educação de outras disciplinas, gerando impasses e dificuldades na vida funcional dos mesmos. Os professores das outras disciplinas tinham suas graduações reconhecidas pelo MEC, o que lhes dava direito ao ingresso por concurso público e, conseqüentemente, de adesão a um plano de carreira funcional. Os professores de Ensino Religioso, embora muitas vezes formados por cursos de caráter teológico, não tinham reconhecimento por parte do MEC. Por imperativo da legislação, eram-lhes negados os acessos funcionais na área do magistério, sendo apenas permitida a contratação de seus serviços em caráter temporário.⁶⁵

Em 2010, as Resoluções 04⁶⁶, quando pela primeira vez teve assento nesse documento oficial do MEC, e 07⁶⁷ da Câmara de Educação Básica do Conselho Nacional de Educação reconheceram o ER como área de conhecimento da Base Nacional Comum Ensino Fundamental. O parágrafo primeiro do Artigo 14 da Resolução 07 determina que o ER integra a Base Nacional Comum na Educação Básica:

§ 1º Integram a base nacional comum nacional: a) a Língua Portuguesa;
b) a Matemática;

⁶² ANDRADE, Rosana C. R. Ensino religioso e formação docente: uma análise a partir do curso de graduação em Ciências da Religião da Unimontes, no período de 2001 a 2012. Tese (Doutorado em Ciência da Religião). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo/PUC-SP, São Paulo, 2016, p. 65. ⁶⁶ JUNQUEIRA, 2010, p. 63.

⁶³ JUNQUEIRA, Sérgio. *Diversidade e o campo da educação: diálogos sobre (in)tolerância religiosa*. Macapá: UNIFAP, 2017, p. 33-38.

⁶⁴ JUNQUEIRA, 2010, p. 66.

⁶⁵ JUNQUEIRA, 20120, p. 63.

⁶⁶ BRASIL. Ministério da Educação. *Resolução nº 4, de 13 de julho de 2010*. [Define Diretrizes Curriculares Nacionais Gerais para a Educação Básica]. Brasília: Governo Federal. 2010. [n.p.] [online].

⁶⁷ BRASIL. Ministério da Educação. *Resolução nº 7, de 14 de dezembro de 2010*. [Fixa Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental de 9 (nove) anos]. Brasília: Governo Federal. 2010. [n.p.] [online].

- c) o conhecimento do mundo físico, natural, da realidade social e política, especialmente do Brasil, incluindo-se o estudo da História e das Culturas Afro-Brasileira e Indígena,
- d) a Arte, em suas diferentes formas de expressão, incluindo-se a música;
- e) a Educação Física;
- f) o Ensino Religioso.

No mesmo sentido, o Artigo 15 também discrimina o ER como componente curricular obrigatório do Ensino Fundamental:

Artigo 15. Os componentes curriculares obrigatórios do Ensino Fundamental serão assim organizados em relação às áreas de conhecimento: I - Linguagens:

- a) Língua Portuguesa;
- b) Língua Materna, para populações indígenas;
- c) Língua Estrangeira moderna;
- d) Arte; e
- e) Educação Física;
- II - Matemática;
- III - Ciências da Natureza; IV - Ciências Humanas: a) História; e
- b) Geografia;
- V - Ensino Religioso.

A respeito do reconhecimento do ER como componente curricular e área do conhecimento do Ensino Fundamental, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), documento de caráter normativo que determina o conjunto de aprendizagens essenciais a serem desenvolvidas durante a Educação Básica, para assegurar aos alunos o direito de aprendizagem e desenvolvimento, como preceitua o Plano Nacional de Educação (PNE).⁶⁸

Ainda, sintetiza que o artigo 210 da Constituição Federal de 1988 e o alterado artigo 33 da Lei nº 9.394/1996 (LDB) estabeleceram os princípios e os fundamentos das epistemologias e pedagogias do ER, cuja função, enquanto componente da formação educacional básica do cidadão, é garantir o respeito à diversidade religiosa, sem proselitismos. Mais tarde ER como uma das cinco áreas de conhecimento do Ensino Fundamental de 09 (nove) anos.⁶⁹

Com sua homologação, a BNCC passou a determinar os conteúdos a serem administrados em todas as áreas do conhecimento nas redes de ensino e nas escolas particulares, que passaram a construir currículos com base nas aprendizagens essenciais estabelecidas no referido documento⁷⁰. E, por consequência, em diferentes regiões do país, foram elaboradas propostas curriculares, cursos de formação inicial e continuada e materiais didático- pedagógicos que contribuíram para a construção da área do Ensino Religioso.⁷¹

⁶⁸ BRASIL, 2018, p. 7. [online].

⁶⁹ BRASIL, 2018, p. 435 [online].

⁷⁰ BRASIL, 2018, p. 8.

⁷¹ BRASIL, 2018, p. 435.

Frente às novas discussões e demandas do Ensino Religioso, torna-se imperativo considerar a formação inicial (licenciaturas) e continuada (contextos de práticas) dos professores, a fim de refletir de maneira teórica e metodológica sobre a diversidade religiosa. Isso possibilitará traçar caminhos e ações pedagógicas a partir do trabalho colaborativo na construção e desenvolvimento de projetos pedagógicos e planejamentos de aulas. É essencial que esses conteúdos sejam abordados na perspectiva de conscientização da diversidade religiosa em sua plenitude, reconhecendo, respeitando e valorizando as múltiplas crenças, formas de pensamento, comportamento e modos de vida no mundo, sejam ou não religiosas, mas legítimas e dignas de direitos⁷².

Portanto, refletir sobre os debates sobre a diversidade religiosa no componente curricular do ER de forma pedagógica implica compreender que as ações educativas devem ser atrativas e criativas, utilizando ferramentas didáticas e metodológicas que promovam o processo de ensino e aprendizagem em relação ao fenômeno religioso. Isso envolve a promoção de ciclos contínuos de relações dialógicas entre os conhecimentos científicos e práticos na construção e produção dos conhecimentos escolares, contribuindo assim com a função educativa do ER de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs) de Ciências da Religião⁷³.

Diante disso, é fundamental que as abordagens dos conhecimentos científicos produzidos nos cursos de Ciências da Religião para o trabalho do Ensino Religioso, à luz da diversidade religiosa, estejam sempre atualizadas diante das mudanças sociais, possibilitando reflexões constantes sobre a prática cotidiana. Isso permite refletir sobre as implicações e superar os desafios encontrados em relação a esse componente curricular, considerando as diversas dimensões que envolvem os campos das religiões.

Ao abordar o Ensino Religioso, é fundamental avaliar e interpretar questões religiosas em seus contextos, estudando as religiões como questão e não como um dado estático. Dessa forma, ao tratar do ER na direção das Ciências da Religião, busca-se potencializar e contemplar no âmbito educacional o ensino sobre as religiões em suas diversas expressões, filosofias de vida e a pluralidade de crenças, sejam religiosas ou não, presentes nos contextos sociais dos estudantes. O Ensino Religioso, fundamentado em bases científicas, integra um projeto mais

⁷² CECCHETTI, Élcio. Ensino Religioso: contextos e perspectivas atuais. *Revista de Estudos de Teologia e Ciências da Religião*, Belo Horizonte, v. 18, n. 55, p. 10, 2020.

⁷³ CECCHETTI, Élcio. Ensino Religioso: contextos e perspectivas atuais. *Revista de Estudos de Teologia e Ciências da Religião*, Belo Horizonte, v. 18, n. 55, p. 10, 2020.

amplo de educação para a cidadania plena, cuja sustentação deve derivar dos próprios pressupostos educacionais.⁷⁴

Seguindo essa linha de pensamento, o trabalho pedagógico no ER visa mostrar que não há uma religião única e verdadeira a ser seguida, desconsiderando as demais existentes. Seu objeto de estudo reside na diversidade cultural religiosa, promovendo uma educação que considere as diferenças e igualdades em suas práticas pedagógicas. Assim, ao abordar as questões da diversidade religiosa de acordo com as unidades temáticas definidas na BNCC, o ER possibilita aos estudantes reconhecer a si mesmos, respeitar e interagir com diferentes identidades e realidades. Isso motiva a construção do pensamento crítico, reflexivo e humanizado sobre as questões que envolvem os estudos religiosos e sua relação com a vida dos estudantes em contextos sociais multi/interculturais⁷⁵.

O trabalho pedagógico no ER deve considerar que os estudantes chegam às salas de aula com histórias de vida, experiências, saberes e formas de interpretação do mundo. Portanto, ao falar sobre as religiões, é essencial compreender que os educandos já possuem visões, vivências e conhecimentos prévios sobre o assunto. Promover diálogos para compartilhar essas percepções e experiências pode despertar o interesse dos alunos em conhecer e aprender sobre as diversas formas de ser e crer no campo das religiões. Essa abordagem coletiva promove o respeito e o reconhecimento mútuo entre os estudantes, conforme preconizado pela BNCC, possibilitando a desconstrução de padrões de silenciamento, intolerâncias e preconceitos religiosos⁷⁶, veja-se:

[...] valorizando o pluralismo e a diversidade cultural presente na sociedade brasileira, facilita a compreensão das formas que exprimem o Transcendente na superação da finitude humana e que determinam, subjacentemente, o processo histórico da humanidade⁷⁷.

A promoção da socialização do conhecimento religioso como parte do patrimônio da humanidade é uma responsabilidade inalienável da escola. Conforme destacado pelo Fórum Nacional Permanente do Ensino Religioso ⁷⁸, a escola deve proporcionar aos educandos oportunidades para compreender os momentos específicos das diversas culturas, cujo substrato

⁷⁴ ARAGÃO, Gilbráz; SOUZA, Mailson Fernandes. Trajetórias e modelos do ensino religioso. *Paralellus*. São Paulo, v. 7, p. 425-438, 2016.

⁷⁵ CECCHETTI, Élcio. Ensino Religioso: contextos e perspectivas atuais. *Revista de Estudos de Teologia e Ciências da Religião*, Belo Horizonte, v. 18, n. 55, p. 10, 2020.

⁷⁶ BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília, 2018.

⁷⁷ FÓRUM PERMANENTE DO ENSINO RELIGIOSO. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Ensino Religioso*. São Paulo: AM Edições, 1997, p.52.

⁷⁸ FÓRUM PERMANENTE DO ENSINO RELIGIOSO, 1997, p.52.

religioso contribui para o desenvolvimento de uma cidadania autêntica. No entanto, um dos principais desafios para colocar em prática essa proposta do FONAPER é a falta de definição quanto à formação do professor para o Ensino Religioso.

Em 1999, o Conselho Nacional de Educação (CNE) emitiu o Parecer CP 097/99, abordando a formação de professores para o ER nas escolas públicas de ensino fundamental. Os pareceristas concluíram que não cabe à União determinar os conteúdos curriculares que orientam a formação religiosa dos professores, uma vez que isso interferiria na liberdade de crença e nas decisões de Estados e municípios em relação à organização dos cursos em seus sistemas de ensino. Portanto, não compete à União autorizar, reconhecer ou avaliar cursos de licenciatura em ER cujos diplomas tenham validade nacional.

Diante do contexto em que o ER deve ser reinterpretado, assumindo o papel de contribuir com a formação de um novo cidadão em vez de formar um religioso, torna-se necessário repensar a formação do professor que lecionará essa disciplina. É fundamental compreender que a educação enfrenta não um problema religioso, mas sim um problema pedagógico.

O ER tem estado sob a tutela das autoridades religiosas, limitando-se aos aspectos metodológicos e negligenciando a organização e o desenvolvimento efetivo do componente curricular. Nesse contexto, a atuação pedagógica do professor de ER é de suma importância para consolidar essa área como um campo de conhecimento, definindo seu lugar epistêmico e sua contribuição para superar os desafios da educação brasileira⁷⁹.

É essencial reconhecer os problemas que dificultam esse processo, pois eles representam grandes obstáculos para o aprofundamento nessa área e para o estabelecimento de uma base comum que contemple o saber necessário na formação de docentes.

Ao concluir este capítulo, observa-se a consolidação do ER nas escolas brasileiras, impulsionada pela homologação da BNCC e pela consequente elaboração de currículos e materiais pedagógicos. Contudo, a pandemia do Coronavírus trouxe à tona novos desafios, especialmente no que diz respeito à saúde mental dos professores. O capítulo posterior, adentra em uma análise profunda da saúde mental do professor de ER durante este período sem precedentes, buscando compreender suas necessidades e desafios específicos, bem como identificar estratégias eficazes de apoio para garantir um ambiente educacional saudável e produtivo.

⁷⁹ JUNQUEIRA, Sérgio; MENEGHETTI, Rosa. WASCHOWICZ, L. Ensino religioso e sua relação pedagógica. Petrópolis: Vozes, 2002, p. 29..

2 SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR DE ENSINO RELIGIOSO DURANTE A PANDEMIA DO CORONAVÍRUS

No atual cenário educacional, marcado por desafios sem precedentes, a saúde mental docente emerge como uma preocupação crucial. Este capítulo se dedicará a uma análise aprofundada da saúde mental dos professores de ER durante a pandemia do Coronavírus. Em meio às transformações rápidas e complexas impostas pela crise global de saúde, é imperativo compreender como os profissionais que desempenham um papel vital na formação ética e religiosa dos alunos enfrentam os impactos sobre seu bem-estar psicológico.

Antes de adentrar na especificidade do contexto do ER durante a pandemia, é fundamental estabelecer considerações abrangentes sobre saúde mental. Discutir-se-á os componentes fundamentais que definem a saúde mental, explorando fatores como o equilíbrio emocional, o estresse, a resiliência e as estratégias de enfrentamento. Essas reflexões oferecerão um pano de fundo essencial para a análise mais detalhada da saúde mental dos professores de ER.

2.1 Considerações sobre saúde mental

Importa mencionar que as primeiras representações de saúde e doença, na época dos povos sem escrita, a doença era vista como o resultado de influências de entidades sobrenaturais, externas, contra as quais a vítima comum, o ser humano não iniciado, pouco ou nada podia fazer. Dessa maneira, os demônios que se apossavam dos corpos, provocavam as doenças e, assim, deviam ser exorcizados. Em uma concepção seguinte, a doença participava das crenças religiosas, era obra dos deuses. Inicialmente era fruto do humor divino, independente do comportamento humano.⁸⁰

Diversos conceitos sobre saúde e doença podem ser percebidos ao longo da própria vida. O histórico das representações de saúde e doença é guiado pela inter-relação entre os corpos dos seres humanos e os demais seres que os cercam, sendo os elementos naturais e sobrenaturais habitantes destas representações, desde tempos imemoriais, provocando os sentidos e

⁸⁰ SEVALHO, Gil. Uma abordagem histórica das representações sociais de saúde e doença. *Caderno de Saúde Pública*, v. 9, n. 3, p. 349-363, 1993, p. 352.

impregnando a cultura e os espíritos. As doenças, epidemias, dor e sofrimento, estão indissolivelmente ligados a sentimento de culpa, medos, superstições e mistérios.⁸¹

Isso pode ser explicado porque o ser humano, desde os primórdios, já experienciava esta fé e exercia a sua crença e espiritualidade, por meio das suas relações com a natureza e com o mundo. As crenças, ao longo da história da humanidade, foram demonstradas a partir dos livros sagrados.⁸²

Esse período é chamado por José Augusto Barros de medicina mágico-religiosa, que predominou na antiguidade, no qual o adoecer era visualizado como resultado de transgressões de natureza individual ou coletiva, requerido para reatar o enlace com as divindades, o exercício de rituais que assumiam as mais diversas feições, conforme a cultura local. As relações com o mundo natural se baseavam em uma cosmologia que incluíam deuses caprichosos e espíritos e os indivíduos pensavam a doença em termos desses agentes, cabendo aos responsáveis pela prática médica da época aplacar essas forças sobrenaturais.⁸³

Desta feita, observa-se que a doença sempre afetou o ser humano e sempre foi objeto de investigação, análise e tentativas explicações. No passado, a doença era associada a alguma ação dos seres divinos. Em algumas culturas, também a doença era vista como castigo infligido pelo divino em decorrência de alguns comportamentos humanos. Nesses casos, o seu tratamento passou a ser realizado pela religião através de rituais e de indivíduos com poderes especiais para isso.⁸⁴

Para estes povos antigos, o deus ou os deuses eram os responsáveis diretos pelas mortes, pelas pestes, catástrofes e males que assolavam o indivíduo e a comunidade. Para obter a libertação de tudo foram estabelecidos ritos, cerimônias e práticas religiosas. Ao realizá-las ou delas participar, o fiel se libertava dos mesmos e alcançava os favores necessários para viver imunizado de tudo.⁸⁸

Durante a Idade Média, o mundo ocidental viveu um período influenciado significativamente pela Igreja Católica, no qual as representações de saúde e doença tinham um caráter fundamentalmente religioso. Até o século XII, quando tiveram início os diversos renascimentos dos conhecimentos pagãos, os árabes, no mundo islâmico, seguiam os

⁸¹ SEVALHO, Gil. Uma abordagem histórica das representações sociais de saúde e doença. *Caderno de Saúde Pública*, v. 9, n. 3, p. 349-363, 1993, p. 352.

⁸² SILVA, João Bernardino da; SILVA, Lorena Bandeira da. Relação entre religião, espiritualidade e sentido da vida. *Revista Logos & Existência*, São Paulo, v. 3, n. 2, p. 203-215, 2014, p. 205.

⁸³ BARROS, 2002, p. 68.

⁸⁴ BARTH, 2014, p. 103. ⁸⁸ BARTH, 2014, p. 103.

ensinamentos de Hipócrates e Galeno, enquanto a religiosidade dominava a cultura e os espíritos do mundo cristão.⁸⁵

Nessa época, ocorreu uma separação quase absoluta entre a religião e a medicina, que perdurou até aproximadamente a década de 1960, quando estudos epidemiológicos começaram a mostrar que pacientes mais religiosos apresentavam melhores desfechos clínicos que os que não praticavam uma religião.⁸⁶

Dessa maneira, verifica-se que nas sociedades ocidentais, os fenômenos da religião e da ciência possuem um histórico de conflitos que se estende ao âmbito da saúde. Desde a Revolução Científica, que teve origem no século XVI, o enfoque explicativo das doenças supervalorizou características físico-biológicas e buscou excluir aspectos psíquicos, sociais e espirituais, contribuindo para a supremacia do paradigma biomédico.⁸⁷

Entretanto, o declínio da Idade Média resultou da sedimentação gradativa de uma série de aspectos culturais no mundo ocidental. Com isso, abriu-se margem para uma racionalidade humanista de cunho profundamente individualista, a qual foi se impondo sobre o anonimato e o cerceamento da crítica e da criatividade que o catolicismo havia imposto em períodos

anteriores.⁸⁸

Para Barros, na medida em que “e o acesso ao consumo foi convertido no objetivo principal para o desfrute de níveis satisfatórios de bem-estar, bons níveis de saúde passaram a ser vistos como possíveis na estreita dependência do acesso a tecnologias diagnóstico-terapêuticas”⁹³. Nesse sentido, inseriu-se o conhecimento científico no estudo das doenças, passando o seu conhecimento a ser compreendidos por meio da ciência biomédica, com todas as suas técnicas.

As sociedades contemporâneas, impulsionadas pelo progresso econômico e tecnológico, têm experimentado uma série de avanços e conveniências em várias esferas da vida humana. A era moderna transcendeu as limitações geográficas, automatizou tarefas outrora complexas, aprimorou a medicina, educação e mobilidade, além de promover o desenvolvimento dos meios de comunicação, facilitando o acesso à informação. No entanto, mesmo com essas melhorias notáveis, emergiram novas problemáticas e debates que no passado não eram tão proeminentes, mas que agora ocupam um lugar de destaque na vida da geração

⁸⁵ SEVALHO, 1993, p. 353.

⁸⁶ LUCCHETTI, Giancarlo; LUCCHETTI, Alessandra Lamas Granero; AVEZUM JÚNIOR, Álvaro. Religiosidade, Espiritualidade e Doenças Cardiovasculares. *Rev Bras Cardiol*, v. 24, n. 1, p. 55-57, 2011, p. 55.

⁸⁷ GOBATTO, Caroline Amado; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. Religiosidade e Espiritualidade em oncologia: concepções de profissionais da saúde. *Psicologia USP*, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 11-34, 2013, p. 12. ⁸⁸ SEVALHO, Gil. Uma abordagem histórica das representações sociais de saúde e doença. *Caderno de Saúde Pública*, Maceió, v. 9, n. 3, p. 349-363, 1993, p. 355. ⁹³ BARROS, 2002, p. 76-77.

contemporânea. Entre essas questões, destacam-se os desafios relacionados à saúde mental e à qualidade de vida.

Conforme o Relatório Mundial de Saúde Mental da OMS (Organização Mundial da Saúde) de 2022, no ano de 2019, um bilhão de pessoas, incluindo 14% dos adolescentes em todo o mundo, viviam com transtornos mentais. Além disso, o relatório apontou que indivíduos com condições graves de saúde mental têm uma expectativa de vida entre 10 a 20 anos menor do que a média da população⁸⁹. A partir dessas estatísticas alarmantes, torna-se evidente que as questões relacionadas à saúde mental têm uma importância iminente na sociedade moderna, exigindo uma análise aprofundada de suas causas e consequências. Nesse contexto, torna-se igualmente crucial examinar a qualidade de vida das pessoas, visto que esse fator exerce uma influência significativa sobre o bem-estar cognitivo geral dos indivíduos.

Para uma pessoa ser saudável, necessita estar em harmonia e equilíbrio consigo mesma. A saúde é um bem que se busca permanentemente, é um direito humano. Nesse sentido, Ana Morales afirma:

Saúde é o completo bem-estar físico, social e mental, segundo definição da Organização Mundial de Saúde. O direito de todos a desfrutar o mais alto padrão atingível de saúde física e mental, ou seja, o direito à saúde foi reconhecido primeiramente pela Declaração Universal dos Direitos Humanos, há sessenta anos [...].⁹⁰

Assim, é possível observar que o direito à saúde é constitucionalmente assegurado.

Somando-se a isso, José Nunes afirma que:

Segundo a OMS, a saúde mental é um estado de bem-estar em que o indivíduo tem consciência das suas capacidades, é capaz de lidar com o stress normal da vida, trabalhar produtivamente e contribuir para a sua comunidade. Portanto, a saúde mental não é apenas a prevenção e o tratamento da doença mental, mas envolve todos os sectores da sociedade que afetem o bem-estar mental.⁹¹

Para o autor, a saúde mental é um equilíbrio em todos os aspectos da vida: físico, mental, social e espiritual. Segundo Nunes, os aspectos espirituais têm uma perspectiva exclusivamente cristã quando prioritários. Em termos práticos, manter a saúde mental envolve: ter atenção ao estilo de vida, buscando equilíbrio entre atividades laborais, de lazer e descanso; preservar o

⁸⁹ ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Relatório mundial sobre saúde mental: Transformando a saúde mental para todos*. 2022. [online].

⁹⁰ MORALES, Ana Paula. Saúde como direito humano. *Revista ComCiência*, v. 106 [online].

⁹¹ NUNES, José Mendes. Saúde Mental. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, p. 591-594, 2006, p. 592.

contato social, crucial para o bem-estar mental; periodicamente revisar a vida, ajustando objetivos às capacidades e circunstâncias; estar ciente da interação entre corpo e mente, considerando que alimentação, exercício e sono influenciam ambos; cultivar confiança nos outros para a preservação da saúde mental; ter consciência dos possíveis contratempos na vida, sem deixar que isso paralise, mantendo o equilíbrio entre precaução e ação; tomar iniciativas para resolver problemas, evitando procrastinação, obsessão e impulsividade⁹².

Sabe-se que a motivação é um estado de espírito positivo que eleva a pessoa humana. E, o professor enquanto ser humano, efetivamente ligado às emoções, vivenciou momentos difíceis durante a pandemia. O sentimento reforçado de negatividade compromete todo o seu corpo ainda que tudo esteja bem, as coisas mais simples e belas da vida perdem o seu valor, é um sinal de alerta que acendeu, sinalizando que tem algo de errado, há uma certa deficiência nos neurotransmissores responsáveis pela produção de hormônios como a serotonina que está baixa, começa apresentar sintomas como: irritabilidade, variação de humor, desânimo, tristeza, esgotamento físico e mental, um estresse excessivo que podem desencadear a síndrome de Burnout.

Neste ponto é importante trazer à tona algumas questões que afetam consideravelmente o contexto docente em geral, qual seja, a Síndrome de Burnout e a Síndrome do Pensamento acelerado. A Síndrome de Burnout, conhecida como Síndrome de Esgotamento Profissional, é caracterizada por esgotamento psicológico, despersonalização e redução da realização pessoal no trabalho, resultado da exposição do indivíduo a situações emocionalmente exigentes durante um longo período de tempo⁹³. Nesse sentido:

A Síndrome de Burnout se constitui no esgotamento físico e mental crônico que afeta, principalmente os profissionais da área de educação. É considerada um distúrbio emocional, acometida pela circunstância de um trabalho exaustivo e de cunho psicossocial que afeta o profissional e por consequência o ambiente de trabalho que está inserido, pois ocorre como uma resposta ao estresse interpessoal na situação de trabalho.

As respostas de somatizações são fenômenos muito frequentes e fortemente influenciadas pelas condições de vida dos indivíduos, pela qualidade de suas interações e pelas características ergonômicas do ambiente físico — nas quais as pessoas estão inseridas, interagindo-se, submetendo-se a elas e transformando-as. As somatizações são um sinal de

⁹² NUNES 2006, p. 592.

⁹³ TOMAZ, Henrique Cisne; TARJA, Fábio Solon; LIMA, Andrea Conceição Gomes; SANTOS, Marize Melo dos. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. *Revista Interface*, Botucatu, v. 24, p. 1-15, 2020, p. 5. ⁹⁹ MELO; GARCIA; PEREIRA, 2020, p. 34.

alerta e diagnóstico para as mais diversas intercorrências relativas à vida no trabalho, especialmente quanto a pré-requisitos, capacidades e competências esperadas e riscos ocupacionais.

Uma ⁹⁴ resposta psicossomática — uma queixa ou um sintoma — origina-se no momento da objetivação da tensão, carregada de aspectos subjetivos e socioculturais. Reconhece-se a importância das dimensões biológicas, psicológicas e sociais. No entanto, para este estudo, privilegia-se a dimensão psíquica e sua interface com a dimensão social — especialmente os elementos socioculturais⁹⁵.

Dessa forma, o trabalho, a saúde e o adoecimento estão interligados a vida dos indivíduos, pois a atividade ocupacional reflete tanto na saúde mental quanto na física. A saúde mental docente requer atenção e cuidados e acompanhamento de forma eficaz. De acordo com Mary Carlotto:

Na medida em que entendemos melhor este fenômeno psicossocial como processo, identificando suas etapas e dimensões, seus estressores mais importantes, seus modelos explicativos, podemos vislumbrar ações que permitam prevenir, atenuar ou estancar o burnout. Desta forma é possível auxiliar o professor para que este possa prosseguir concretizando seu projeto de vida pessoal e profissional com vistas à melhoria da qualidade de vida sua e de todos os envolvidos no sistema educacional.⁹⁶

Nesse sentido, é de vital importância a abordagem desse assunto, pois demonstra mais um desafio enfrentados pelos(as) professores(as) de ER, ou seja, um dos maiores desafios enfrentados pelos professores nos dias atuais, foi a chegada da pandemia o COVID-19, considerada o mal do século XXI.

Na sociedade contemporânea, vê-se com a velocidade impressionante do avanço tecnológico, proporcionando inúmeras facilidades para conectar as pessoas umas com as outras. Além disso, a sobrecarga de informações diárias contribui para dificuldades em assimilar o que é realmente essencial. Isso nos leva a impor a nós mesmos e às outras demandas além do necessário, resultando na Síndrome do Pensamento Acelerado (SPA), frequentemente confundida com transtornos de ansiedade e déficit de atenção.⁹⁷

⁹⁴ LIMONGI-FRANÇA, Ana Cristina. *Psicologia do trabalho: psicossomática, valores e práticas organizacionais*. São Paulo: Saraiva, 2008, p. 18.

⁹⁵ LIMONGI-FRANÇA, Ana Cristina. *Psicologia do trabalho: psicossomática, valores e práticas organizacionais*. São Paulo: Saraiva, 2008, p. 22.

⁹⁶ CARLOTTO, Mary Sandra. A Síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Psicologia em estudo*, Rio de Janeiro, v. 7, n. 1, p. 21 - 29, 2002, p. 24.

⁹⁷ GUTH, Clarissa de Moraes; VEITH, Carlos Alberto. Ansiedade no mundo contemporâneo e sua influência na educação. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, Maceió, v. 3, n. 2, p. 57-68, 2019, p. 58.

A Síndrome do Pensamento Acelerado (SPA) é definida pela rapidez do pensamento, redução da concentração e aumento da ansiedade, juntamente com uma compulsão por novos estímulos. Essa condição também resulta em uma hiperatividade funcional, não geneticamente determinada, sendo influenciada por diversos estímulos externos, como problemas físicos, hormonais, contextos profissionais ou acadêmicos, fatores familiares e relações sociais e pessoais. Esses elementos externos podem desencadear períodos de intensa atividade mental associados à SPA.⁹⁸

A SPA pode afetar indivíduos de todas as faixas etárias, desde crianças até idosos. Essa condição não apenas pode intensificar condições de saúde já existentes, mas também desencadear o surgimento de novas, especialmente em pessoas mais jovens. Em situações agudas, quando um paciente enfrenta insônia, isso pode resultar em frustração, levando a uma convivência prejudicada com familiares e a sociedade. Esse impacto na qualidade do sono pode desencadear uma série de desafios, afetando não apenas o bem-estar físico, mas também as relações sociais e o convívio diário.⁹⁹

Atualmente, a saúde mental é entendida como um estado de bem-estar psicológico, emocional e social no qual o indivíduo é capaz de lidar com as pressões da vida, trabalhar de forma produtiva, contribuir para a comunidade e realizar seu potencial. Esse conceito vai além da ausência de transtornos mentais e engloba aspectos positivos, como a capacidade de estabelecer relacionamentos saudáveis, tomar decisões conscientes, lidar com o estresse e adaptar-se a mudanças¹⁰⁰. Para Sampaio e Barroso,

Saúde mental denomina um campo de prática e um processo vital-existencial caracterizado por um estado-do-ser e que apresenta hierarquias internas e externas de determinação (...). O biológico, o social e o psicológico humano não representam “pedaços”, mas instâncias atravessadas e representadas umas pelas outras.¹⁰¹

A saúde mental é influenciada por diversos fatores, incluindo genética, ambiente social, experiências de vida e a qualidade das relações interpessoais. Manter um equilíbrio emocional, desenvolver resiliência diante de desafios e ter um apoio social adequado são aspectos

⁹⁸ MELO, Flávia Silva; CARVALHO, Vivian Daniela de. *A importância da psicoterapia: Síndrome do pensamento acelerado em profissionais da enfermagem*. Monografia (Graduação em Enfermagem) - Centro Universitário Campo Limpo Paulista, Campo Limpo Paulista, 2022, p. 6.

⁹⁹ LEMOS, Vanderson Lisboa Lemos. *Abordando a Síndrome do Pensamento Acelerado na Atenção em Saúde na Unidade Básica de Saúde (UBS) Delamare, Japeri-RS*. Dissertação (Especialista em Atenção Básica) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2023, p. 11.

¹⁰⁰ ARAÚJO, Tânia Maria de; TORRENTÉ, Mônica de Oliveira Nunes de. Saúde Mental no Brasil: desafios para a construção de políticas de atenção e de monitoramento de seus determinantes. *Revista do SUS*, São Paulo, v. 32,

n. 1, p. 1-7, 2023, p. 4.

¹⁰¹ SAMPAIO; BARROSO, 2000, p.204.

essenciais para a promoção da saúde mental¹⁰². No contexto educacional, a saúde mental docente particularmente importante, pois os(as) referidos profissionais desempenham um papel crucial na formação e no desenvolvimento discente. A pandemia do coronavírus trouxe desafios adicionais, exigindo uma compreensão mais profunda e uma abordagem proativa para garantir o bem-estar emocional dos(as) educadores(as).

Com relação ao trabalho, Ana Maria Pereira, afirma que embora o trabalho seja causa de satisfação, prazer, realização pessoal e crescimento profissional, algumas vezes ele também é causa de desmotivação, desinteresse, irritabilidade e insatisfação. Ainda, o autor afirma que a instabilidade e o desequilíbrio emocional do trabalhador interferem no seu desempenho profissional, na produtividade do trabalho, na qualidade dos serviços prestados e nas relações interpessoais.¹⁰³

O trabalho tem impacto direto nos campos econômico, social e cultural da sociedade, pois é o elemento central da vida moderna, ou seja, o trabalho traz saúde, mas também pode levar a transtornos mentais por ambientes de trabalho desfavoráveis.¹⁰⁴

A Organização Mundial da Saúde destacou os principais fatores que podem levar à depressão no local de trabalho, a saber: necessidades conflitantes em casa e no trabalho; relações interpessoais precárias; desigualdades; sobrecarga de trabalho (sobrecarga e falta de trabalho); tarefas monótonas ou desagradáveis; sem reconhecimento; papéis confusos ou conflitantes; falta de participação e controle no local de trabalho; falta de condições de trabalho e falta de comunicação.¹⁰⁵

De acordo com o Boletim do Centro Cooperativo de Vigilância em Saúde do Trabalhador, o Brasil diagnosticou 8.474 casos de doenças entre 2006 e 2017, sendo 27% episódios depressivos e 7% depressivos recorrentes. Portanto, um fator importante na criação de um ambiente de trabalho saudável é a formulação de leis, estratégias e políticas públicas voltadas para a melhoria da saúde mental da organização¹⁰⁶. Um local de trabalho saudável

¹⁰² ALCÂNTARA, Vírnia Ponte; VIEIRA, Camilla Araújo Lopes; ALVES, Samara Vasconcelos. Perspectivas acerca do conceito de saúde mental: análise das produções científicas brasileiras. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 27, n. 1, p. 351-361, 2022.

¹⁰³ PEREIRA, Ana Maria T. Benevides. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002, p. 21.

¹⁰⁴ LEÃO, Luís Henrique da Costa; VASCONCELLOS, Luiz Carlos Fadel de. Cadeias produtivas e a vigilância em saúde, trabalho e ambiente. *Revista Saúde & Sociedade*, v. 24, n. 4, p. 1232- 1243, 2015, p. 1234.

¹⁰⁵ ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. *Mental health policies and programmes in the workplace*. (Mental health policy and service guidance package) 98 pag., 2005 [online].

¹⁰⁶ ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Mental health in the workplace*. Information sheet (Boletim de Informação). 2019 [online].

pode ser descrito como um Local de trabalho onde os trabalhadores promovem e protegem ativamente a saúde, a segurança e o bem-estar de todos(as) trabalhadores(as).

Para Raquel Dias, o sofrimento no trabalho muitas vezes apresenta-se como frustração das expectativas iniciais do(a) trabalhador(a). Isso acontece pois, quando o indivíduo se insere no contexto organizacional, tem-se a expectativa da realização pessoal e material, a felicidade e a satisfação no trabalho. Porém, no decorrer do período que a pessoa permanece na empresa, a realidade apresenta concepções diferentes, onde o(a) funcionário(a) se depara com um cenário não imaginado antes.¹⁰⁷

Sob o ponto de vista psicológico, a pressão exercida pelas novas formas de trabalho, apresentam prejuízos a saúde do trabalhador. Medo, ansiedade, estresse, depressão, *síndrome de burnout*, DORT/LER, assédio moral são termos conhecidos que apresentam algum tipo de sofrimento físico e psíquico, hoje considerado como as principais causas de afastamento no trabalho e de aposentadorias precoces.¹⁰⁸

À medida que se compreende os desafios enfrentados pelos trabalhadores em diversos contextos laborais, é crucial direcionar o olhar para profissionais específicos que lidam com demandas distintas. Diante da pandemia de Covid-19, a atenção se volta para os professores de ER, cujo papel e experiências são únicos neste cenário global de crise sanitária. O próximo tópico explorará como esses profissionais têm enfrentado os impactos da pandemia em sua saúde mental e bem-estar enquanto desempenham suas funções educacionais em um ambiente em constante mudança e desafios inéditos.

2.2 A saúde mental dos(as) professores(as) de ER durante a pandemia de Covid-19

Em tempos de crise global como a pandemia do Coronavírus, é fundamental direcionar atenção não apenas à saúde física, mas também à saúde mental dos profissionais, incluindo aqueles dedicados ao ensino religioso. Este grupo enfrenta desafios específicos que merecem ser abordados com seriedade e compreensão. A função do professor de ER vai além da mera transmissão de conhecimento. Estes educadores têm a missão de guiar seus alunos em questões existenciais, éticas e espirituais, muitas vezes atuando como confidentes e conselheiros.

Durante a pandemia, essas responsabilidades se tornaram ainda mais complexas, pois foram ampliadas pelas preocupações com a saúde, a incerteza econômica e as mudanças

¹⁰⁷ DIAS, Raquel Aparecida Fromming. *O sofrimento psíquico na área do trabalho*. Santa Rosa, 2018, p. 11.

¹⁰⁸ BOCK, Ana Mercês; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. *Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia*. 14. ed. São Paulo: Saraiva, 2008, p. 27.

drásticas no ambiente educacional. A escassez de materiais e estudos sobre a saúde mental específica dos professores de ER durante este período é preocupante. A falta de recursos adequados para lidar com os desafios emocionais e psicológicos que enfrentam pode levar a consequências sérias, tanto para esses profissionais quanto para seus alunos. É crucial reconhecer que os professores de ER enfrentam pressões únicas, muitas vezes lidando com questões existenciais profundas enquanto tentam manter um ambiente de aprendizado positivo e acolhedor.

A ausência de suporte adequado pode resultar em esgotamento, ansiedade, depressão e outros problemas de saúde mental. Portanto, é imperativo que sejam dedicados recursos e esforços para preencher essa lacuna na pesquisa e nos materiais disponíveis. É necessário desenvolver programas de apoio específicos para os professores de ensino religioso, que abordem suas necessidades emocionais e psicológicas de maneira holística. Além disso, é fundamental promover uma cultura de autocuidado e apoio mútuo entre os profissionais da área, incentivando o diálogo aberto sobre questões de saúde mental e oferecendo recursos e ferramentas práticas para lidar com o estresse e a pressão do trabalho.

A saúde mental dos professores de ER não é apenas uma preocupação individual, mas também impacta diretamente a qualidade do ensino e o bem-estar dos alunos. Portanto, é responsabilidade das instituições educacionais, governos e comunidades religiosas reconhecer e abordar essa questão de forma proativa e eficaz. Somente assim poderemos garantir um ambiente de aprendizado saudável e positivo para todos os envolvidos.

Portanto, parte-se para uma abordagem do panorama geral. A doença pelo Coronavírus 19 (COVID-19) é uma infecção respiratória aguda causada pelo vírus SARSCoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global. O SARS-CoV-2 é um betacoronavírus que foi descoberto em amostras de lavado bronco alveolar, que decorreram de pacientes com pneumonia de causa desconhecida na cidade de Wuhan, província de Hubei, China, em dezembro de 2019.¹⁰⁹

O SARS-CoV-2, da mesma forma que outros vírus respiratórios, é transmitido principalmente por três maneiras: contato, gotículas, ou por partículas ou aerossóis. A transmissão por contato é a transmissão da infecção por meio do contato direto com uma pessoa infectada (por exemplo, durante um aperto de mão seguido do toque nos olhos, no nariz ou na boca), ou com objetos e superfícies contaminadas.¹¹⁶

¹⁰⁹ BRASIL. Secretaria de Vigilância em Saúde. *Guia de vigilância epidemiológica: emergência de saúde pública de importância nacional pela doença pelo coronavírus 2019*. Brasília: Ministério da Saúde, 2022, p. 8. ¹¹⁶ BRASIL, 2022, p. 8.

A transmissão por gotículas é a transmissão da infecção por meio da exposição a gotículas respiratórias expelidas, contendo vírus, por uma pessoa infectada quando ela tosse ou espirra, principalmente quando ela se encontra a menos de 1 metro de distância de outra. A transmissão por via aérea é a transmissão da infecção por meio de gotículas respiratórias contendo vírus, composta por gotículas e partículas menores (aerossóis) que podem permanecer suspensas no ar, por distâncias maiores que 1 metro e por períodos mais longos (geralmente horas).¹¹⁰

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 31 de dezembro de 2019, em Wuhan, na China, foram descritos os primeiros casos de pneumonia causada por um agente desconhecido e reportados às autoridades de saúde. No dia 7 de janeiro de 2020, foi anunciado o sequenciamento do genoma viral e no dia 12 de janeiro, a China compartilhou a sequência genética com a OMS e outros países através do banco de dados internacional *Global Initiative on Sharing All Influenza Data (GISAID)*.¹¹¹

Desde então, os casos começaram a se propagar rapidamente por todo o mundo, inicialmente pelo continente asiático, havendo relatos na Tailândia, Japão e Coreia do Sul nos dias 13, 15 e 20 de janeiro, respectivamente. Em seguida, o vírus se espalhou para outros países e continentes. No dia 23 de janeiro, os primeiros casos da doença nos Estados Unidos da América (EUA) foram registrados.¹¹²

Em 22 de janeiro de 2020, a OMS convocou a primeira reunião do Comitê de Emergências, ainda sem a certeza se esse surto constituiria ou não uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII). No Brasil, no dia 28 de janeiro de 2020, o Ministério da Saúde elevou o alerta de emergências para o nível 2, considerando-o como um perigo iminente. No dia 30, a Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional foi declarada e em 11 de março, devido à expansão geográfica do vírus, a OMS declarou que o mundo vivia a primeira pandemia do século XXI.¹¹³

¹¹⁰ BRASIL, 2022, p. 8-9.

¹¹¹ BRITO, Sávio Breno Pires; BRAGA, Isque Oliveira; CUNHA, Carolina Coelho; PALÁCIO, Maria Augusta Vasconcelos; TAKENAMI, Iukary. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. *Revista Vigilância Sanitária em debate*, São Paulo, v. 8, n. 2, p. 54-63, 2020, p. 55.

¹¹² BRITO, Sávio Breno Pires; BRAGA, Isque Oliveira; CUNHA, Carolina Coelho; PALÁCIO, Maria Augusta Vasconcelos; TAKENAMI, Iukary. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. *Revista Vigilância Sanitária em debate*, São Paulo, v. 8, n. 2, p. 54-63, 2020, p. 55.

¹¹³ BUENO, Flávia Thedim Costa; SOUTO, Ester Paiva; MATTA, Gustavo Corrêa. In: MATTA, Gustavo Corrêa; REGO, Sergio; SOUTO, Ester Paiva; SEGATA, Jean (Orgs.). *Os impactos sociais da Covid-19 no Brasil: populações vulnerabilizadas e respostas à pandemia*. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2021, p. 27-36, p. 27. ¹²¹ BUENO; SOUTO; MATTA, 2021, p. 28.

No Brasil, no dia 26 de fevereiro deste mesmo ano de 2020 o país detectou o primeiro caso: um homem branco, de 61 anos, que havia voltado de viagem da Itália para a cidade de São Paulo. A primeira morte confirmada foi de uma mulher de 57 anos que estava internada em um hospital municipal da capital paulista, no dia 12 de março. Com a confirmação das primeiras mortes, em 18 de março a Câmara dos Deputados aprovou um decreto legislativo para reconhecer o estado de calamidade pública no país, permitindo expansão de gastos no enfrentamento da pandemia.¹²¹

Assim, com a declaração da pandemia pela OMS, orientações de isolamento, trancamentos de fronteira e interrupção de serviços de transporte reduziram significativamente a mobilidade das pessoas. Ainda, comportamentos sociais em diferentes esferas da vida, como família, amizade, comunidade, religião e especialmente trabalho, passaram a estar agora muito mais mediados pelas tecnologias digitais. Tem-se, assim, um cenário com desdobramentos para os vínculos dos indivíduos e grupos que agora precisam se adaptar.¹¹⁴

Assim, com a decretação da pandemia do COVID-19, o mundo enfrentava uma das maiores crises de saúde, que inevitavelmente impactou todos os aspectos da vida cotidiana. Uma variedade de atividades, com diferentes níveis de importância, foram interrompidas, reformuladas e/ou ajustadas para lidar com uma emergência de saúde pública para a qual até mesmo os países desenvolvidos não estavam preparados. O rápido avanço para o ensino online compeliu professores/as e estudantes de todos os níveis educacionais a se adaptarem de forma ágil e eficaz. Nesse cenário de transição acelerada, os/as professores/as de ER desempenharam um papel de grande relevância, enfrentando desafios específicos para garantir a continuidade do aprendizado religioso de seus alunos¹²³.

Com a necessidade de expandir suas habilidades tecnológicas e repensar suas estratégias de ensino, os/as professores/as de ER demonstraram uma resiliência notável, buscando formas inovadoras de envolver os estudantes e manter o enfoque nos aspectos espirituais e éticos da educação. Essa adaptação dinâmica não apenas manteve viva a conexão entre professores/as e alunos/as, mas também abriu novas oportunidades para explorar o ER em um contexto digital, ampliando o alcance e a acessibilidade das lições de fé e valores.¹¹⁵

¹¹⁴ ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO (SBPOT). *Os impactos da pandemia para o trabalhador e suas relações com o trabalho*. Porto Alegre: Artmed, 2020, p.62. ¹²³ KINA, Sandra Oyafuso; MECONE, Marcia Cristina da Cruz; BONINI, Bárbara Barrionuevo; SANCHES, Ricardo Padovani. EAD: ganhos e perdas. In: SOUZA, Isabel Weiss de (Ed.). *Saúde Mental: desafios contemporâneos*. Santana de Parnaíba: Manole, 2023, p. 97.

¹¹⁵ KINA, Sandra Oyafuso; MECONE, Marcia Cristina da Cruz; BONINI, Bárbara Barrionuevo; SANCHES, Ricardo Padovani. EAD: ganhos e perdas. In: SOUZA, Isabel Weiss de (Ed.). *Saúde Mental: desafios contemporâneos*. Santana de Parnaíba: Manole, 2023, p. 97.

A pandemia, assim, gerou impactos no mundo inteiro e acarretou inúmeras consequências, afetando significativamente não apenas o âmbito da saúde pública – com um número enorme de mortes e internações hospitalares –, como também o cenário econômico, em decorrência das medidas de isolamento social impostas. Além disso, a pandemia afetou a sociedade como um todo, em razão dos impactos emocionais e sociais no enfrentamento da doença.

Desde ¹¹⁶que foi declarada a pandemia do Coronavírus pela Organização Mundial de Saúde (OMS), no ano de 2020, a pandemia da COVID-19 tem levado o mundo a uma crise sanitária e humanitária, acarretando alterações em todos os âmbitos da vida dos seres humanos. Diante disso, no dia 11 de março, a OMS define o surto como pandemia, após o número de novos casos diários, fora da China, terem aumentado 13 vezes.¹¹⁷

Em decorrência da alta taxa de transmissão, no final do mês de março de 2020, as autoridades sanitárias brasileiras, diante da falta de tratamento para a doença e para não impactar e comprometer o precário sistema de saúde, passaram a adotar, paulatinamente, o distanciamento social, o que se deu de maneira não uniforme nos municípios, estados e regiões do país. Entretanto, de forma geral, muitas escolas, igrejas, lojas, teatros, estádios de futebol, shopping e comércio em geral foram fechados, ressalvados apenas os considerados necessários (como supermercados, farmácias, padarias).¹¹⁸

No contexto educacional contemporâneo, a transição abrupta para o ensino remoto emergiu como uma das adaptações mais prementes e desafiadoras, influenciando não apenas os professores e professoras de Educação Religiosa, mas reverberando em todos os educadores e estudantes. A interrupção súbita das atividades presenciais impôs a necessidade premente de uma rápida reestruturação das práticas pedagógicas, compelindo a exploração e adoção de ferramentas online para a continuidade do ensino religioso. Os professores e professoras de Educação Religiosa se depararam com desafios singulares ao tentar manter o engajamento dos

¹¹⁶ RIBEIRO, Claudio de Oliveira; ABIJAUDI, André Yuri Gomes. Espiritualidade em tempos de pandemia. In: PIEPER, Frederico; MENDES, Danilo (Orgs.). *Religião em tempos de crise*. São Paulo: Ambigrama, 2020, p. 90- 108, p. 90.

¹¹⁷ SILVA, Hengrid Graciely Nascimento, SANTOS Luis Eduardo dos; OLIVEIRA, Ana Karla Sousa de. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. *J. nurs. health*, São Paulo, v. 10, p. 1-10, 2020, p. 2.

¹¹⁸ CAMBI, Eduardo. *Pandemia da Covid-19: reflexões sobre a sociedade e o planeta*. Curitiba: Escola Superior do MPPR, 2020. p. 5.

alunos e alunas em reflexões profundas sobre questões espirituais e éticas em um cenário virtual¹¹⁹.

A complexidade de transmitir ensinamentos que muitas vezes demandam proximidade física e interação interpessoal foi ampliada pela virtualidade do ambiente educacional, exigindo uma criatividade sem precedentes na adaptação de métodos e conteúdos. Além disso, a pandemia impôs um ônus emocional significativo, caracterizado pelo elevado índice de mortalidade e pela constante ameaça à saúde pública. O espectro de perda e sofrimento se estendeu por todas as esferas da sociedade, gerando um clima generalizado de medo, ansiedade e insegurança¹²⁰.

Desta forma, os professores e professoras de Educação Religiosa se viram desafiados não apenas a transmitir conhecimento, mas a servir como fonte de conforto, esperança e orientação espiritual para seus alunos e alunas, muitas vezes enfrentando suas próprias lutas emocionais e existenciais.

No Brasil, os números alarmantes de mortes e casos confirmados destacam a gravidade da situação e a urgência de medidas eficazes para conter o avanço do vírus e proteger a saúde da população. Neste contexto, a pesquisa sobre como o ER tem sido adaptado durante a pandemia se torna ainda mais relevante, pois reflete não apenas os desafios enfrentados pelos/as professores/as e estudantes, mas também a busca por respostas e soluções para garantir a continuidade do aprendizado em meio a uma crise global¹²¹¹²².

Além disso, desde o seu início, a pandemia apresentou índices elevados de morte pela doença, fato que acarreta sentimentos de medo, ansiedade, insegurança por parte de toda a sociedade mundial. No Brasil, de acordo com dados do dia 24 de abril de 2022, divulgados pelo Ministério da Saúde, o número de mortes pela doença no país era de 662.646, e 30.349.463 casos confirmados.¹²³

Ainda, um fator significativamente agravante foi que o vírus se propagou por todo o mundo de maneira célere, e não havia vacina ou medicações para combatê-lo, reduzir ou

¹¹⁹ SILVA, Hengrid Graciely Nascimento, SANTOS Luis Eduardo dos; OLIVEIRA, Ana Karla Sousa de. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. *J. nurs. health*, São Paulo, v. 10,

p. 1-10, 2020, p. 4.

¹²⁰ SILVA, Hengrid Graciely Nascimento, SANTOS Luis Eduardo dos; OLIVEIRA, Ana Karla Sousa de. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. *J. nurs. health*, São Paulo, v. 10,

p. 1-10, 2020, p. 4.

¹²¹ SILVA, Hengrid Graciely Nascimento, SANTOS Luis Eduardo dos; OLIVEIRA, Ana Karla Sousa de. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. *J. nurs. health*, São Paulo, v.

¹²², p. 1-10, 2020, p. 5.

¹²³ BRASIL. Ministério da Saúde. *Covid-19: situação epidemiológica do Brasil neste domingo (24)*. [online].¹³² BRASIL, 2022, p. 32.

impedir seus sintomas. Em decorrência do seu modo de transmissão, o isolamento social foi uma medida imposta durante o período de pandemia. Considerou-se que limitar o contato próximo entre pessoas infectadas e outras pessoas é importante para reduzir as chances de transmissão do SARS-CoV-2, sobretudo durante a pandemia, em que devem ser adotados procedimentos que permitam reduzir a interação entre as pessoas com objetivo de diminuir a velocidade de transmissão do vírus¹³². Nesse sentido, diversos estabelecimentos foram fechados, inúmeros decretos foram emitidos para regular as atividades comerciais, escolares e profissionais.

O governo do Distrito Federal foi o primeiro a fechar escolas e no Rio de Janeiro, o então governador Wilson Witzel decretou isolamento e quarentena voluntária. Em meio à já detectada transmissão comunitária do vírus, o governador de São Paulo, João Doria, determinou medidas restritivas por 15 dias, seguido de pelo menos outros 24 estados brasileiros. Capitais como Manaus entraram em colapso: em abril, uma das imagens mais chocantes foi a abertura de covas em massa devido à alta mortalidade por Covid-19 na cidade.¹²⁴

Para todos os trabalhadores, a função social do trabalho está afetada durante a pandemia: quem está em isolamento, tem contato parcial com colegas de trabalho ou com pessoas com quem frequentemente interagira para realizar suas atividades; quem sai para trabalhar, vive a tensão de não poder se aproximar dos colegas, ao mesmo tempo em que a exposição causada pelo trabalho prejudica também seu contato com familiares, tendo em vista que a exposição ao vírus no trabalho pode colocar em risco a segurança destes, o que pode acarretar afastamento, assim como, distanciamento do indivíduo com sua família.¹²⁵

Dessa maneira, para além das condições patológicas específicas causadas pelo vírus, é imprescindível levar em consideração, dentro desse contexto complexo e novo, as condições de saúde mental da população, em decorrência dos múltiplos reflexos que essa pandemia tem causado, uma vez que estudos recentes apontaram mudanças significativas no quadro de saúde mental da população em âmbito mundial.¹²⁶

¹²⁴ BUENO, Flávia Thedim Costa; SOUTO, Ester Paiva; MATTA, Gustavo Corrêa. In: MATTA, Gustavo Corrêa; REGO, Sergio; SOUTO, Ester Paiva; SEGATA, Jean (Orgs.). Os impactos sociais da Covid-19 no Brasil: populações vulnerabilizadas e respostas à pandemia. Rio de Janeiro: Fiocruz, p. 27-36, 2021, p. 29-30.

¹²⁵ ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO (SBPOT). *Os impactos da pandemia para o trabalhador e suas relações com o trabalho [recurso eletrônico]*. Porto Alegre: Artmed, 2020, p. 11.

¹²⁶ SILVA, Hengrid Graciely Nascimento, SANTOS Luis Eduardo dos; OLIVEIRA, Ana Karla Sousa de. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. *J. nurs. health*, São Paulo, v. 10, p. 1-10, 2020, p. 2.

Visto isso, observa-se que os desafios postos em relevo em decorrência da pandemia não são apenas sanitários. São socioeconômicos, políticos, culturais, éticos, científicos, sobremaneira agravados pelas desigualdades estruturais e crueldades entre países, regiões e populações ¹²⁷. Ainda, Boaventura Santos aduz que a pandemia causou um medo caótico generalizado causado por um inimigo invisível, mas o que ela exprime encontra-se muito além disso. Para o autor, “a pandemia do coronavírus é uma manifestação entre muitas do modelo de sociedade que se começou a impor globalmente a partir do século XVII e que está hoje a chegar à sua etapa final”¹²⁸.

O medo e a ansiedade são experiências multifacetadas que influenciam a percepção do indivíduo em relação ao ambiente circundante. No nível cognitivo, podem manifestar-se através de pensamentos intrusivos, preocupações excessivas e dificuldade de concentração, distorcendo a interpretação dos eventos e promovendo uma sensação de vulnerabilidade. Comportamentalmente, podem se manifestar por meio de evitação de situações percebidas como ameaçadoras, comportamentos de segurança excessivos ou até mesmo agressividade defensiva¹²⁹.

No aspecto afetivo, o medo e a ansiedade podem desencadear uma ampla gama de emoções, desde o desconforto leve até o pânico intenso, influenciando o estado de ânimo e a qualidade de vida emocional. Fisiologicamente, essas emoções podem desencadear respostas de estresse, como aumento da frequência cardíaca, sudorese, tensão muscular e respiração acelerada, preparando o corpo para reagir rapidamente diante de uma ameaça percebida. A nível neurológico, o medo e a ansiedade são mediados por sistemas complexos de neurotransmissores e circuitos neurais, envolvendo áreas do cérebro como o córtex préfrontal, amígdala e sistema límbico. Esses processos neurobiológicos modulam a percepção, a avaliação e a resposta do indivíduo ao estímulo ameaçador, influenciando diretamente o comportamento e as experiências emocionais.¹³⁰

No que tange aos(as) professores(as) de Educação Religiosa, a experiência do medo e da ansiedade assume uma relevância particularmente significativa durante o período da pandemia de Coronavírus. Estes educadores, que já enfrentam desafios distintos em sua

¹²⁷ MATTA et al., 2021, p.15-24.

¹²⁸ SANTOS, Boaventura de Sousa Santos. *A cruel pedagogia do vírus*. São Paulo: Almedina, 2020. p. 25.

¹²⁹ GUIMARÃES, Emanuele; CRUZ, Príncipe Santana da. O impacto da COVID-19 em uma instituição que promove a saúde. In: CONCEIÇÃO, Jaqueline et al. (Org.). *Psicologia organizacional em tempos de pandemia*. Santa Catarina: Editora da UNC, 2020, p. 179.

¹³⁰ GUIMARÃES, Emanuele; CRUZ, Príncipe Santana da. O impacto da COVID-19 em uma instituição que promove a saúde. In: CONCEIÇÃO, Jaqueline et al. (Org.). *Psicologia organizacional em tempos de pandemia*. Santa Catarina: Editora da UNC, 2020, p. 179.

prática cotidiana, agora se veem diante não apenas das exigências do ensino remoto, mas também da responsabilidade de orientar os alunos em questões espirituais e éticas em um ambiente virtual. O receio de perder a conexão emocional e espiritual com seus alunos, aliado à apreensão sobre o impacto emocional e psicológico da pandemia na comunidade escolar, pode acarretar um ônus adicional de preocupação e estresse emocional para os professores de Educação Religiosa. Nesse cenário, torna-se imperativo implementar medidas específicas de apoio à saúde mental para esses profissionais, reconhecendo e abordando suas necessidades emocionais de maneira integral¹³¹.

Momentos de crise são marcados pela ansiedade de não saber o que vai acontecer; a ansiedade e o estresse são sintomas que geram consequências negativas na vida dos indivíduos e acarretam riscos à saúde ocupacional. A saúde ocupacional é entendida como a qualidade de vida do trabalhador, e envolve múltiplos fatores, como o ambiente de trabalho, a relação do empregado com os demais e com o empregador, fornecimento de equipamentos de segurança, entre outros.¹³²

Para além das consequências imediatas da covid-19, como óbitos, necessidade de hospitalizações prolongadas e extenso processo de recuperação funcional, a pandemia gerou um contexto no qual diversos determinantes da saúde mental são impactados. As transformações vivenciadas nesse período têm a capacidade de exercer uma influência significativa na saúde mental da população. Um exemplo disso é o efeito do distanciamento social, que emerge como um fator de risco significativo para o desenvolvimento de transtornos mentais¹³³.

A sensação de isolamento e a ausência de interações sociais regulares podem desencadear uma ampla gama de desafios emocionais, incluindo sentimentos de solidão, ansiedade e depressão. Essas condições são agravadas pela incerteza em relação ao futuro, pelas dificuldades financeiras e pelas mudanças abruptas nas rotinas diárias, todas elas características marcantes do contexto da pandemia.

Esta conjuntura afeta não apenas a população em geral, mas também grupos específicos, como os professores de ensino religioso. Estes profissionais, além de enfrentarem as mesmas pressões e incertezas que afetam a sociedade em geral, muitas vezes se encontram

¹³¹ SOUZA, Isabel Weiss de; Pinto, Alexandre de Rezende. Transtornos de ansiedade. In: SOUZA, Isabel Weiss de (Ed.). *Saúde Mental: desafios contemporâneos*. Santana de Parnaíba: Manole, 2023, p. 27.

¹³² KELCZESKI, Jéssica; LEMOS, Jessica Nathana Dutra. Como enfrentar a ansiedade e o estresse na organização em tempo de crise. Santa Catarina: Editora da UNC, 2020. p. 134.

¹³³ SOUZA, Isabel Weiss de; Pinto, Alexandre de Rezende. Transtornos de ansiedade. In: SOUZA, Isabel Weiss de (Ed.). *Saúde Mental: desafios contemporâneos*. Santana de Parnaíba: Manole, 2023, p. 27.

em posições de grande responsabilidade, sendo esperado que orientem seus alunos em questões espirituais e éticas em meio a um período de crise e transformação social. Assim, torna-se ainda mais crucial o desenvolvimento de estratégias abrangentes e eficazes para promover o bem-estar mental não apenas da população em geral, mas também desses profissionais que desempenham um papel fundamental na formação integral dos indivíduos.¹³⁴

No que diz respeito ao impacto da pandemia na saúde mental global, uma análise sistemática de 27 estudos, abrangendo o período de janeiro de 2020 a janeiro de 2021 e contendo dados pré-pandemia como linha de base, revelou um aumento de 25,6% nos transtornos de ansiedade em nível mundial. Este estudo também destacou que as mulheres foram mais impactadas do que os homens, assim como as faixas etárias mais jovens.¹⁴⁴

Os autores Pereira, Santos e Manenti realizaram considerações concernente ao impacto da pandemia, destacando a saúde mental de professores:

Nos últimos anos o campo de trabalho tem sofrido várias modificações, como a fragilização dos vínculos empregatícios, a flexibilização dos contratos de trabalho e o favorecimento aos empregadores nos acordos trabalhistas, entre outras. Essas mudanças causam repercussões, direta ou indiretamente, em toda a organização social e geram impactos significativos na saúde do trabalhador. [...], a literatura acerca da relação entre o meio de trabalho e os impactos na saúde mental ressaltam que a conjuntura de exploração e precariedade das condições de trabalho têm resultado em prejuízo à saúde dos professores e demais trabalhadores da educação. Assim, é possível notar indicador ascendente no processo de adoecimento entre os docentes nas últimas décadas, denotando o sofrimento mental como uma das formas mais preponderantes deste adoecimento, ligado às novas condições de trabalho.¹³⁵

De repente, os(as) professores(as) deparam com uma realidade o qual não estavam acostumados e nem preparado para tal, eles tiveram que se reinventar em tempos de pandemia em um espaço curto de tempo. De acordo com Zaidan e Galvão, “Professoras e professores experimentaram uma mudança brusca em suas rotinas, que se caracteriza pela penetração insidiosa do trabalho em todos os espaços e momentos de seu cotidiano, não importando que seus empregadores (o governo ou os donos de escola) não lhes tenham garantido estrutura para o teletrabalho”¹³⁶.

Ao analisar o impacto causado nas pessoas nesse século XXI devido a pandemia (COVID-19), seja ser paradoxal, no sentido da frase “O MUNDO PAROU”, devido ao

¹³⁴ SOUZA, Isabel Weiss de; Pinto, Alexandre de Rezende. Transtornos de ansiedade. In: SOUZA, Isabel Weiss de (Ed.). *Saúde Mental: desafios contemporâneos*. Santana de Parnaíba: Manole, 2023, p. 27. ¹⁴⁴ SOUZA; PINTO, 2023, p. 27.

¹³⁵ PEREIRA; SANTOS; MANENTI, 2020, p.28.

¹³⁶ ZAIDAN, José, M.; GALVÃO, Antônio, C. “COVID 19 e os abutres do setor educacional: a superexploração da força de trabalho escancarada”. In: AUGUSTO, C. B.; SANTOS, R. D. (orgs.). *Pandemias e pandemônio no Brasil*. São Paulo: Instituto Defesa da classe Trabalhadora, 2020, p. 264-272.

isolamento social, e, “A HUMANDADE ACELEROU”, devido a quantidade de informações obtidas, trabalhos em Home office, aulas Online, sem final de semana, feriados ou horários fixos. Nesse mundo tecnológico, as informações são velozes e dinâmicas, a sociedade teve que se adaptar a esse processo.

Em relação ao ER, os paradoxos trazidos pela pandemia são ainda mais evidentes. Por um lado, as práticas presenciais que caracterizam muitas vezes esse campo educacional foram interrompidas, levando a uma sensação de pausa nas atividades e rituais tradicionais. O contato direto entre professores e alunos, tão crucial para a transmissão de valores espirituais e éticos, foi temporariamente suspenso, desafiando a dinâmica típica do ensino religioso.

Por outro lado, a tecnologia emergiu como uma ferramenta essencial para a continuidade do ER durante a pandemia. A transição para aulas online permitiu que os educadores explorassem novas formas de engajar os alunos e adaptassem seus métodos de ensino às demandas do ambiente digital. No entanto, essa rápida adaptação também trouxe desafios únicos, incluindo a necessidade de repensar como transmitir conceitos espirituais e éticos em um espaço virtual, muitas vezes desprovido do calor humano e da interação pessoal que caracterizam o ER tradicional.

A discussão em torno das palavras "Parar & Acelerar" tem gerado uma considerável controvérsia. O mundo, como o conhecíamos, foi forçado a uma pausa abrupta devido ao isolamento social, uma medida necessária para lidar com a pandemia. No entanto, paradoxalmente, essa pausa obrigatória levou as pessoas a acelerar seu ritmo de vida de outras maneiras. O surgimento da necessidade de adaptação e domínio da tecnologia foi uma das formas em que essa aceleração se manifestou¹³⁷.

As pessoas se viram compelidas a se familiarizar rapidamente com ferramentas tecnológicas para se manterem conectadas, trabalharem remotamente e continuarem suas atividades cotidianas de maneira virtual. Essa aceleração tecnológica, embora tenha sido uma resposta necessária às circunstâncias, também trouxe consigo um influxo avassalador de informações. O volume exponencial de dados disponíveis online exigiu das pessoas não apenas a habilidade de acessar e assimilar essas informações, mas também de discernir entre o que é relevante e o que não é. Esse processo de filtragem e compreensão pode ser esmagador, levando muitos indivíduos a experimentarem altos níveis de ansiedade¹³⁸.

¹³⁷ SILVA FILHO, 2016, p. 177 -189.

¹³⁸ SILVA FILHO, 2016, p. 177 -189.

Conforme observado por Silva Filho, essa sobrecarga informativa está levando as pessoas a viverem cada vez mais em um estado de ansiedade constante. O ritmo acelerado da vida moderna, aliado à constante inundação de informações, está deixando as mentes das pessoas em um estado de agitação permanente. Nesse contexto, a necessidade de encontrar um equilíbrio entre a velocidade da tecnologia e a capacidade humana de assimilação e introspecção torna-se crucial para o bem-estar individual e coletivo”¹³⁹.

A pandemia da COVID-19 provocou mudanças abruptas na vida dos professores de ER, impactando não apenas suas rotinas pessoais, mas também suas abordagens educacionais. Com a necessidade urgente de migrar para o ensino online, muitos desses educadores se viram confrontados com o desafio de adquirir novas habilidades tecnológicas em um período de tempo limitado. Essa transição rápida exigiu que eles aprendessem a utilizar plataformas virtuais, ferramentas de colaboração online e métodos de ensino remoto, tudo isso enquanto enfrentavam o isolamento social e a sobrecarga de informações sobre a pandemia e seus desdobramentos.

O impacto dessa mudança não foi apenas profissional, mas também emocional e mental. A pressão para se adaptar rapidamente a um ambiente de ensino totalmente novo, enquanto lidavam com suas próprias preocupações pessoais e familiares relacionadas à pandemia, levou muitos professores de ER a experimentarem um considerável desgaste emocional e mental. A necessidade de manter os alunos engajados e motivados à distância, juntamente com a preocupação com o bem-estar emocional dos estudantes, adicionou uma camada extra de complexidade a essa nova realidade educacional.

Em particular, a rápida evolução tecnológica pode sobrecarregar os/as professores/as de ER, levando a uma ansiedade e impaciência exacerbadas. A constante aceleração do pensamento, impulsionada pelas preocupações com a eficácia do ensino remoto e o bem-estar dos/as alunos/as, pode contribuir para o surgimento da "Síndrome do Pensamento Acelerado (SPA)". Esta condição, caracterizada por um fluxo incessante de pensamentos e dificuldade em desacelerar, pode impactar negativamente a saúde mental e o desempenho profissional dos/as educadores/as de ER.

¹³⁹ SILVA FILHO, 2016, p. 177 -189.

3 ANÁLISE DAS CONDIÇÕES DE SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES DE ENSINO RELIGIOSO: UM ESTUDO EM VILA VELHA – ES

Inicialmente, é importante destacar a escassez de estudos abordando os desafios relacionados a saúde mental dos professores (as) de ER, após uma busca em bases de dados disponíveis de forma online, pude encontrar pouquíssimos materiais abordando esta temática. Desta forma, visando contribuir de alguma forma com dados inerentes a este cenário, a presente pesquisa optou por contribuir com a literatura, coletando dados através de um questionário, destinado a professores da referida matéria, visando compreender o contexto de saúde mental em que estes encontram-se inseridos ao longo de sua jornada docente.

Para tanto, este capítulo encontra-se estruturado da seguinte forma: em um primeiro momento, apresenta-se a metodologia utilizada para a coleta de dados, sintetizando de forma clara qual o público-alvo deste estudo, bem como, como chegou-se até estes participantes. Posteriormente, serão discutidos os dados coletados através do questionário, através de gráficos, pretende-se apresentar as repostas e discuti-las com a literatura pertinente, ao final, espera-se compreender questões inerentes a saúde mental dos participantes, bem como, apresentar possíveis possibilidades para melhorá-las.

3.1 Aspectos metodológicos

O estudo visou compreender e mitigar os desafios relacionados à saúde mental laboral dos professores de ER do Ensino Fundamental I nas séries iniciais. A profissão docente é frequentemente associada a altos níveis de estresse devido às demandas do ambiente escolar, o que pode impactar negativamente não apenas o bem-estar individual dos professores, mas também a qualidade do ensino. Portanto, foi imperativo investigar e implementar estratégias preventivas eficazes.

O estudo seguiu uma abordagem exploratória e quantitativa, utilizando um desenho de pesquisa longitudinal. Foram coletados dados em diferentes momentos para avaliar as mudanças ao longo do tempo, principalmente com a chegada da pandemia de COVID-19, que trouxe impacto no mundo inteiro e transformou o sistema educacional. Isso permitiu uma análise mais abrangente das intervenções implementadas e de seu impacto na saúde mental dos professores.

A população-alvo consistiu em todos os professores que lecionam ER em escolas públicas na cidade de Vila Velha, ES. A amostra foi selecionada por conveniência, buscando

incluir uma variedade de idades, gêneros, e anos de experiência profissional. Um grupo de 13 professores foi recrutado para participar do estudo, garantindo uma representatividade adequada da população-alvo. O instrumento de coleta de dados foi um questionário estruturado, composto por 13 questões de múltipla escolha, desenvolvido com base nos objetivos da pesquisa e na revisão da literatura.

O Google Forms foi utilizado como plataforma para distribuir o questionário e registrar as respostas dos participantes. Todos os participantes foram informados sobre os objetivos da pesquisa e seu consentimento informado foi obtido antes da participação. O anonimato e a confidencialidade dos dados foram garantidos em todas as etapas do estudo. Este projeto foi conduzido de acordo com os princípios éticos estabelecidos pela Declaração de Helsinki¹⁴⁰.

3.1 Discussão dos resultados

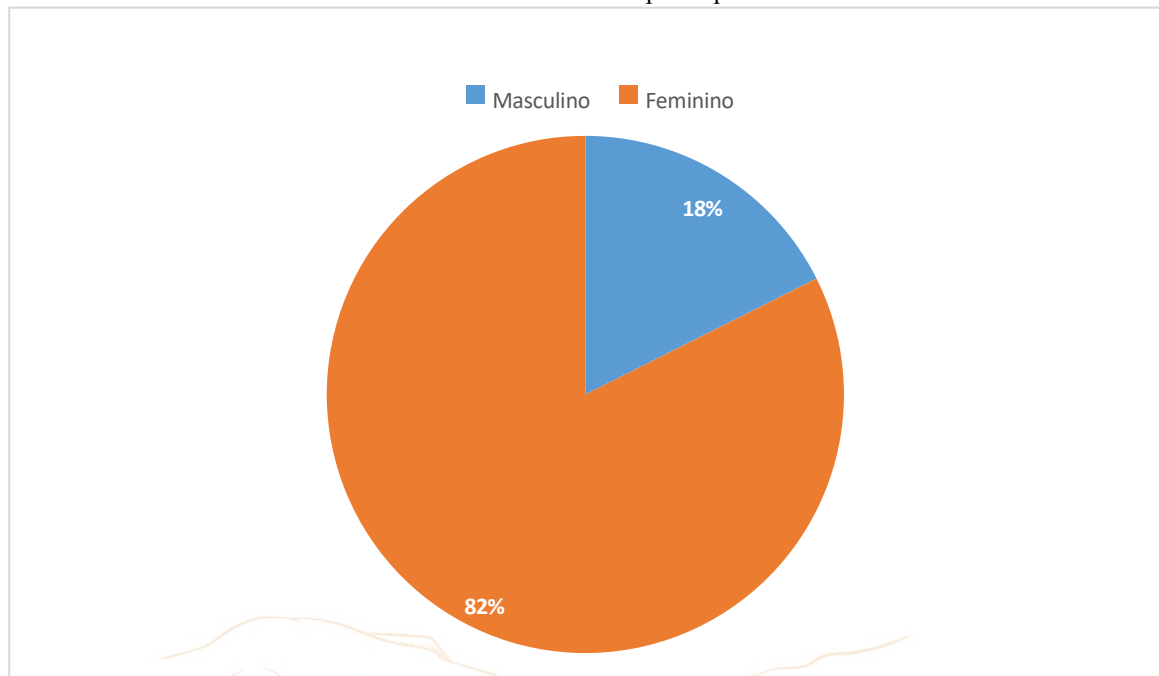
Destaca-se, de primazia, que a primeira parte do questionário apresentou aos participantes o objetivo do questionário, destacando que, almejava-se compreender as percepções dos respondentes acerca do ambiente de trabalho e os desafios enfrentados na profissão, visando obter informações que pudessem contribuir com melhorias no ambiente educacional e no suporte oferecido aos (as) docentes. Após concordar com tal, o participante partia para o questionário.

O intuito inicialmente, era obter o máximo de respostas possíveis, estima-se que, este questionário foi direcionamento a aproximadamente 30 (trinta) professores (as) todos atuantes em ER, de escolas públicas na cidade de Vila Velha, ES. Todavia, obteve-se 17 (dezessete) respostas, sendo assim, sobre o público-alvo almejado, teve-se 17 (dezessete) participantes, considerado uma amostra significativa e relevante, que poderá contribuir com dados quantitativos e de grande valia para esta discussão.

Inicialmente, tem-se a pesquisa com relação ao gênero dos entrevistados, como demonstra o gráfico 1.

¹⁴⁰ A Declaração de Helsinque foi criada pela Associação Médica Mundial e dispõe sobre ética em procedimentos de pesquisas clínicas com seres humanos. Cita a proteção da saúde do paciente como primeiro dever do médico em pesquisas deste tipo e a importância da consciência ética por parte dos pesquisadores.

Gráfico 1 – Gênero dos participantes



Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

A análise da distribuição de gênero entre os professores participantes indica que 18% são do gênero masculino e 82% do gênero feminino. A predominância feminina reflete uma tendência amplamente observada na profissão docente, especialmente nas séries iniciais do Ensino Fundamental. Esses dados são consistentes com a tendência histórica de feminização do magistério, especialmente nas séries iniciais do ensino fundamental. Gatti et al.,¹⁴¹ demonstram que a maioria dos docentes na educação básica no Brasil é composta por mulheres, fato que influencia diretamente as políticas educacionais e as condições de trabalho na profissão. A predominância feminina pode ser atribuída a fatores socioculturais e econômicos que historicamente incentivam a entrada das mulheres no campo educacional.

Neste contexto, o estudo de Gatti et al. (2019) destaca que a maioria dos professores na educação básica no Brasil são mulheres. Este estudo aponta que, historicamente, a profissão docente sempre foi majoritariamente ocupada por mulheres, especialmente nas séries iniciais, o que é consistente com os dados encontrados em sua pesquisa.

Outro estudo relevante é o de Lomba e Faria Filho¹⁴², que também identificou a predominância feminina no ensino infantil. Este estudo enfatiza que a docência é uma profissão

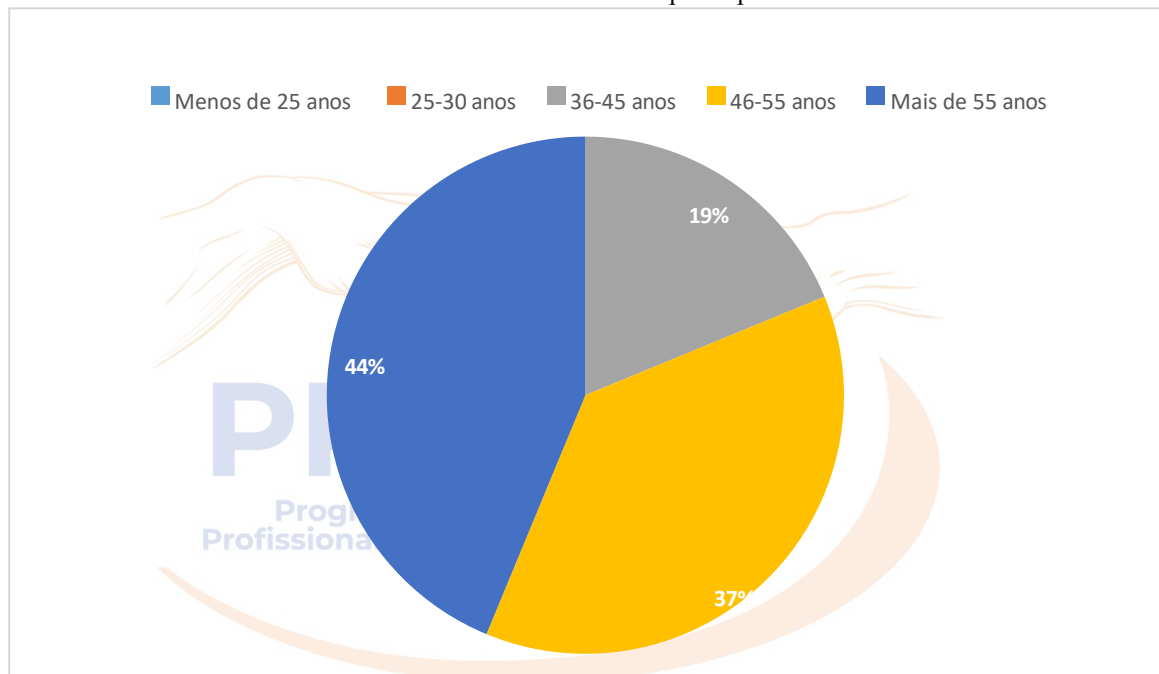
¹⁴¹ GATTI, B. A. et al. Professores do Brasil: novos cenários de formação. Brasília: UNESCO, 2019. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000367919>. Acesso em: 4 jul. 2024.

¹⁴² LOMBA, M. L. R.; FARIA FILHO, L. M. Docência na Educação Infantil: percursos de vida, formação e condições institucionais das experiências de professoras no cuidado e educação de crianças de 4 e 5 anos. Repositório da Universidade Federal de Minas Gerais, 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/34717>. Acesso em: 4 jul. 2024.

que atrai mais mulheres, o que está relacionado a fatores culturais e sociais. Os autores analisam como as mulheres enfrentam desafios específicos na profissão, incluindo níveis mais altos de estresse e Burnout. Estes achados reforçam a necessidade de estratégias de saúde mental que levem em conta a alta representatividade feminina na educação, especialmente nas séries iniciais.

Com relação a faixa etária em que os entrevistados se enquadram, o gráfico 2 traz como resultados o que se apresenta a seguir.

Gráfico 2 – Faixa etária dos participantes



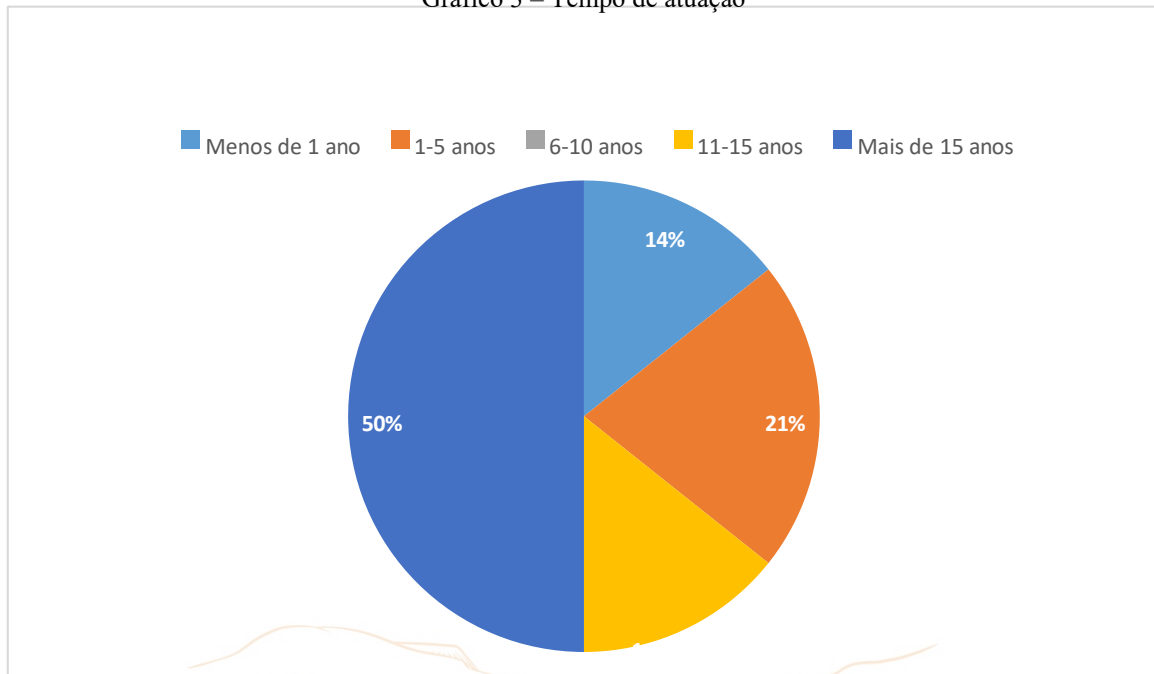
Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

Os dados relativos à faixa etária dos professores de ER revelam uma predominância significativa de profissionais com mais de 46 anos. Especificamente, 37% dos professores têm entre 46 e 55 anos, enquanto 44% possuem mais de 55 anos, enquanto 19% estão na faixa etária entre 36 e 45 anos. Não há participantes nas faixas etárias mais jovens, a saber menos de 25 anos e entre 25 e 30 anos.

Esse perfil etário avançado sugere uma experiência significativa e estabilidade na carreira, mas também pode indicar uma possível lacuna na renovação do corpo docente, com implicações para as estratégias de formação contínua e bem-estar no trabalho.

Conforme expõe o gráfico 3, tem-se os resultados relativos ao tempo em que o candidato atua como professor de ensino religioso nas séries iniciais do ensino fundamental.

Gráfico 3 – Tempo de atuação

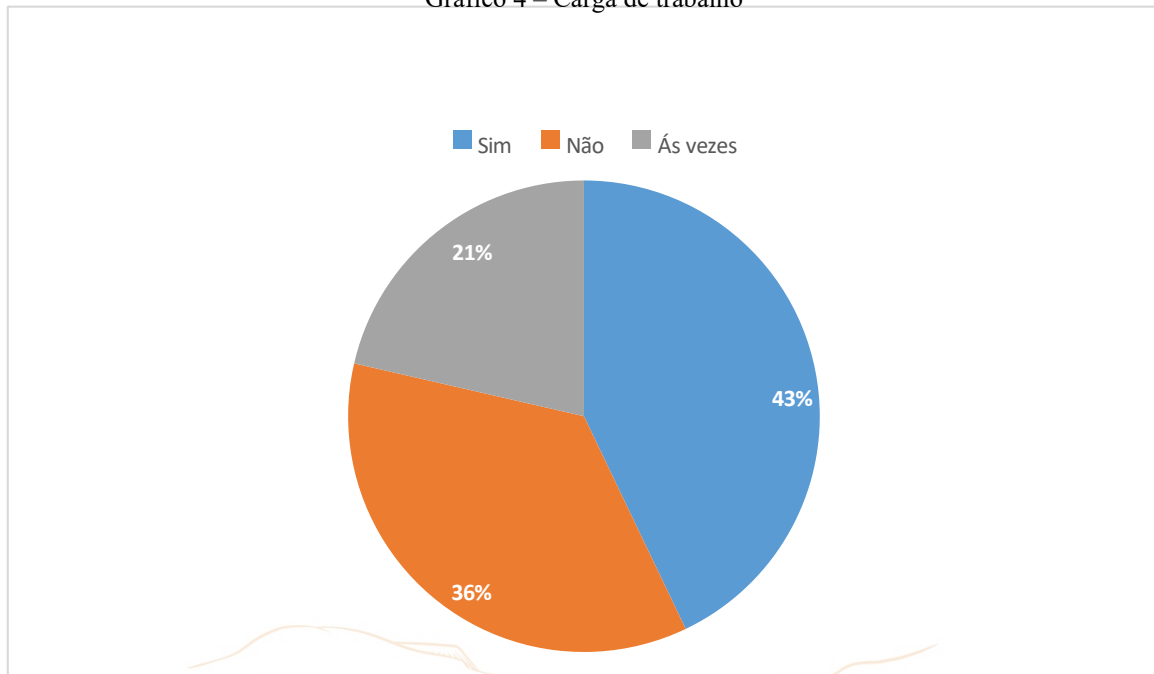


Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

Ao analisar os resultados, nota-se uma distribuição variada quanto à experiência dos professores de ER no Ensino Fundamental I nas séries iniciais. A metade dos professores entrevistados, possuem ou mais de 15 anos de experiência, sugerindo uma presença consolidada e possivelmente um conhecimento profundo da disciplina e das necessidades dos alunos nesse contexto. Em contraste, 22% dos professores têm entre 1 e 5 anos de experiência, enquanto 14% têm menos de 1 ano e outros 14% têm entre 11 e 15 anos de experiência. A ausência de professores com 6 a 10 anos de experiência pode indicar uma transição ou mudança na composição demográfica dos docentes nessa área específica de ensino.

No tocante as respostas com relação as pesquisas para averiguar se o entrevistado se sente exausto diante da carga de trabalho, o gráfico 4 traz os resultados obtidos.

Gráfico 4 – Carga de trabalho



Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

Diante dos resultados apresentados, percebe-se uma carga de trabalho considerada excessiva. Cerca de 43% dos entrevistados indicaram sentir-se sobrecarregados, refletindo possíveis desafios na gestão do tempo e na conciliação de múltiplas responsabilidades pedagógicas. Por outro lado, 36% dos respondentes relataram não sentir a carga excessiva de forma constante, sugerindo uma percepção positiva ou uma adaptação às demandas do cargo. A categoria de 21% que respondeu sentir a carga de trabalho "às vezes" aponta para uma variação na intensidade percebida, talvez influenciada por fatores sazonais ou específicos do calendário escolar.

Estudos como o de Ball¹⁴³ destacam que o excesso de trabalho pode levar à exaustão emocional e afetar negativamente o bem-estar dos professores, comprometendo sua eficácia pedagógica. Além disso, pesquisas de Skaalvik e Skaalvik (2017) evidenciam que a percepção de sobrecarga pode estar associada a níveis mais baixos de satisfação no trabalho e maior probabilidade de Burnout entre os profissionais da educação.

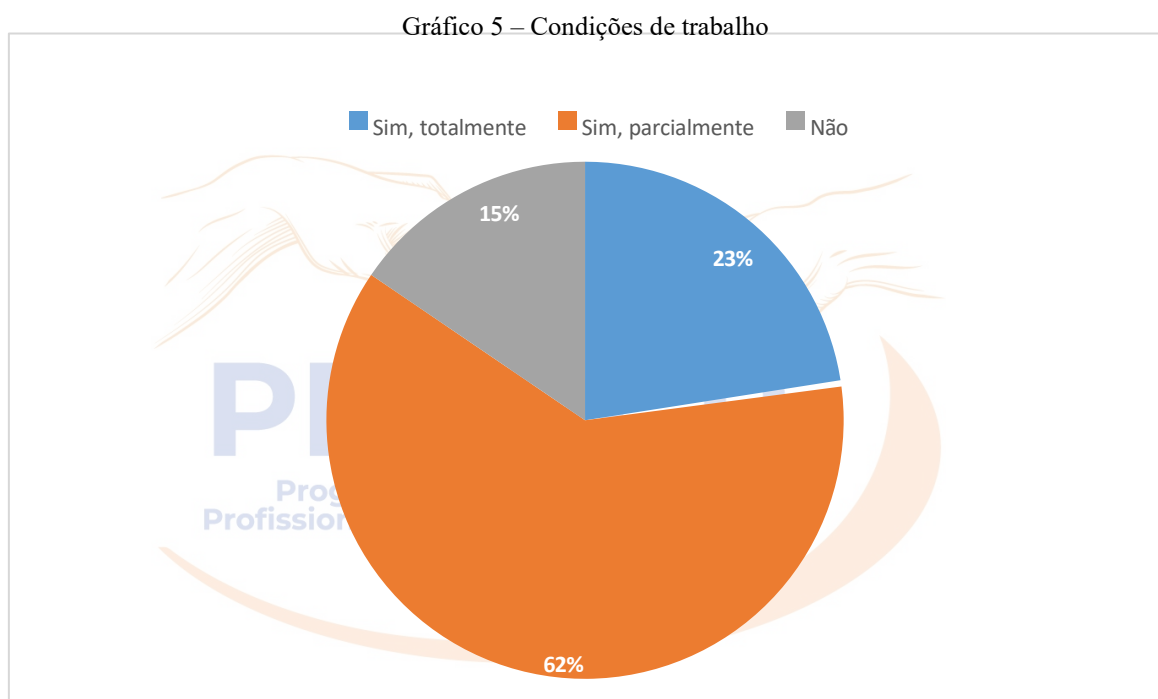
No contexto específico do Ensino Religioso, estudos como o de Miranda et al.,¹⁴⁴ exploram as particularidades do ensino de disciplinas específicas e seus impactos na carga de trabalho dos professores. A variação na intensidade percebida da carga de trabalho, conforme

¹⁴³ BALL, S. J. The Teacher's Soul and the Terrors of Performativity. *Journal of Education Policy*, v. 18, n. 2, p. 215–228, 2003.

¹⁴⁴ MIRANDA, A. M. DE J. D. O. et al. Formação docente em Ensino Religioso: um diálogo com a Política Nacional. *Revista Caminhos - Revista de Ciências da Religião*, v. 18, n. 5, p. 10, 2 fev. 2021.

identificado pelos dados, pode ser interpretada à luz do modelo Job Demands-Resources (JDR) de Bakker e Demerouti¹⁴⁵, que sugere que a sobrecarga pode ser mitigada através da gestão adequada de recursos pessoais e organizacionais. A compreensão desses fatores é crucial para o desenvolvimento de intervenções eficazes que promovam um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável para os educadores de Ensino Religioso, incentivando melhores práticas de gestão e apoio institucional.

No tocante as condições de trabalho, o gráfico 5 apresenta os resultados apresentados pelos entrevistado.



Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

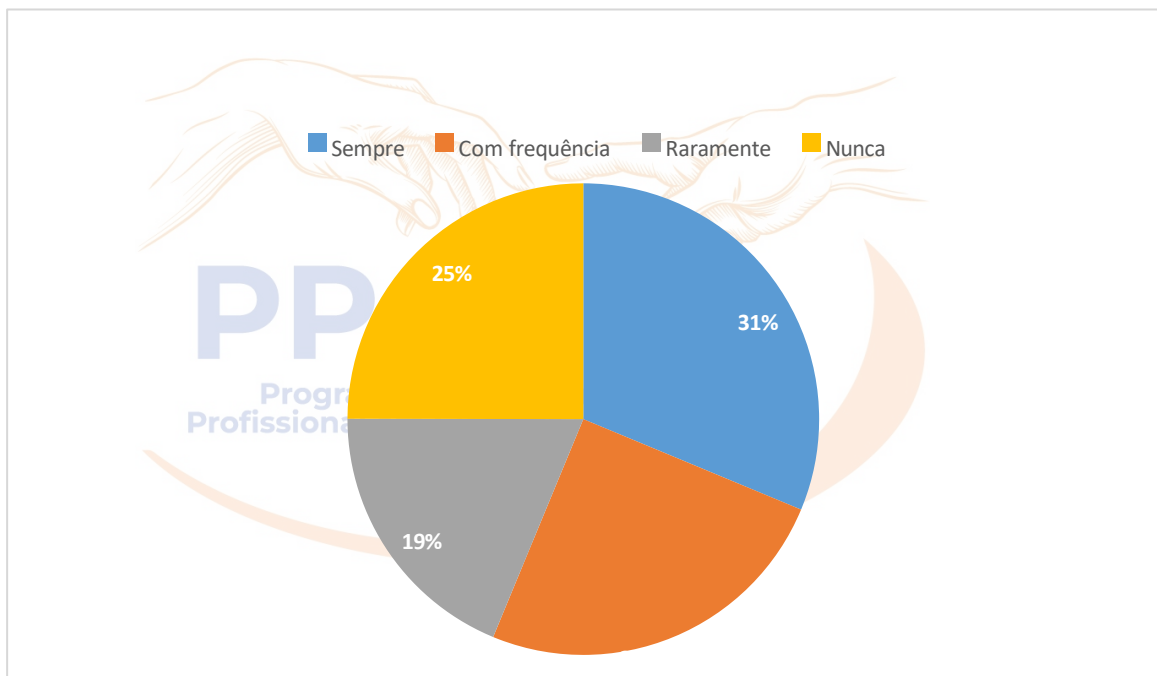
Os dados revelam que a percepção das condições de trabalho na escola pelos professores, apresenta nuances significativas. A maioria dos entrevistado, 62%, indicaram que as condições de trabalho são parcialmente satisfatórias, sugerindo que há aspectos positivos, mas também áreas que necessitam de melhorias. Por outro lado, 23% dos professores consideraram as condições totalmente satisfatórias, refletindo uma visão mais positiva em relação ao ambiente de trabalho escolar. No entanto, 15% dos entrevistados expressaram insatisfação com as condições de trabalho, destacando áreas específicas que podem estar contribuindo para essa percepção negativa.

¹⁴⁵ BAKKER, A. B.; DEMEROUTI, E. The job demands-resources model: state of the art. *Journal of Managerial Psychology*, v. 22, n. 3, p. 309-328, 2007.

Esses resultados destacam a importância de uma análise mais detalhada das condições de trabalho nas escolas, considerando aspectos como infraestrutura física, recursos disponíveis para o ensino, suporte administrativo e clima organizacional. Estratégias para melhorar as condições de trabalho podem incluir investimentos em infraestrutura, programas de desenvolvimento profissional e iniciativas para promover um ambiente de trabalho mais colaborativo e satisfatório para todos os educadores.

Quanto a pressão por resultados no trabalho, o gráfico 6 apresenta os resultados diante do questionamento com relação com que frequência o entrevistado se sentia pressionado para apresentar resultados no trabalho.

Gráfico 6 – Frequência em que se sente pressionado



Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

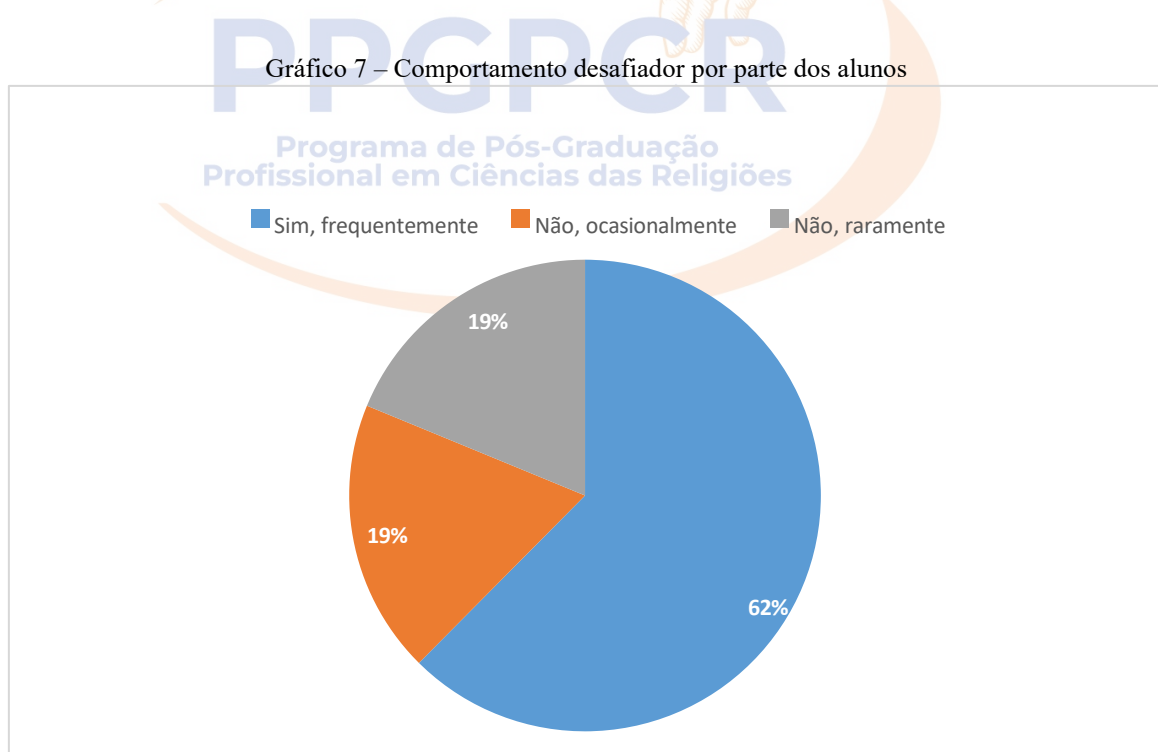
Os dados revelam que, frequentemente enfrentam pressão por resultados em seu trabalho. Cerca de 31% dos entrevistados indicaram sentir-se sempre pressionados, enquanto 25% afirmaram sentir essa pressão com frequência. Juntos, esses números refletem que mais da metade dos professores experimentam regularmente essa carga de expectativas por resultados. Por outro lado, 19% dos educadores afirmaram raramente sentir essa pressão, e 25% declararam nunca se sentirem pressionados por resultados.

Esses resultados evidenciam um ambiente de trabalho onde a pressão por resultados é uma realidade significativa para muitos professores de ER. Isso pode impactar não apenas o

bem-estar psicológico dos educadores, mas também a eficácia pedagógica e a qualidade do ensino oferecido aos alunos. Estratégias de apoio, como gestão adequada de expectativas, suporte administrativo e programas de capacitação em gestão de estresse, podem ser essenciais para mitigar os efeitos negativos dessa pressão e promover um ambiente de trabalho mais equilibrado e produtivo.

Neste ponto, é importante destacar que a pressão por resultados é uma constante no ambiente educacional e afeta significativamente os professores. Segundo Costa et al.,¹⁴⁶ a análise de 200 professores em escolas públicas brasileiras revelou que 68% se sentem frequentemente pressionados a melhorar o desempenho acadêmico de seus alunos. Essa pressão, intensificada por avaliações padronizadas e políticas educacionais que priorizam resultados quantitativos, pode prejudicar a qualidade do ensino e aumentar o estresse docente. A situação no ER pode ser ainda mais complexa, já que os professores precisam equilibrar a transmissão de conhecimentos acadêmicos com a promoção de valores éticos e morais¹⁴⁷.

Com relação ao questionamento de se os docentes percebem um comportamento desafiador por partes dos alunos em sala de aula, o gráfico 7 apresenta os resultados obtidos.



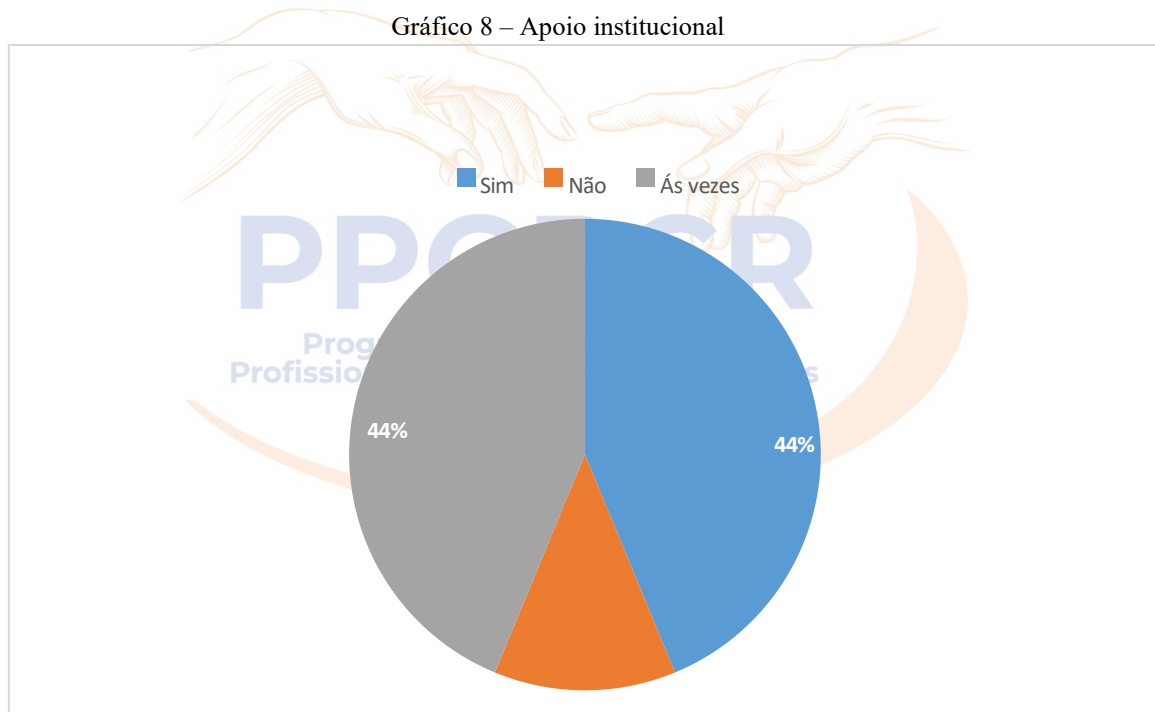
Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

¹⁴⁶ COSTA, R.; BRITTO, A.; WALTEMBERG, F. Efeitos da formação docente sobre resultados escolares do ensino médio. *Estudos Econômicos* (São Paulo), v. 50, n. 3, p. 369–409, set. 2020.

¹⁴⁷ XAVIER, Magno de Carvalho. A formação continuada de docentes de Ensino Religioso para o ensino fundamental (anos iniciais). 2023. Dissertação de Mestrado, UFPB/CE, 2023. Disponível em: https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/30460/1/MagnoDeCarvalhoXavier_Dissert.pdf. Acesso em: 03 jul. 2024.

Ao analisar os resultados, percebe-se que 62% dos entrevistados concordam com o questionamento. Isso indica um cenário onde desafios comportamentais são uma preocupação constante para a maioria dos educadores. Por outro lado, 19% dos professores afirmaram enfrentar tais comportamentos apenas ocasionalmente, enquanto outros 19% relataram experienciar isso raramente. Essa percepção pode influenciar diretamente o ambiente educacional, demandando estratégias eficazes de gestão de sala de aula e suporte para lidar com esses desafios de maneira construtiva, visando melhorar a experiência de ensinoaprendizagem para todos os envolvidos.

Com relação ao questionamento de se o professor entrevistado sente que recebe apoio da instituição para conseguir lidar com os desafios do trabalho, o gráfico 8 trouxe os resultados obtidos.



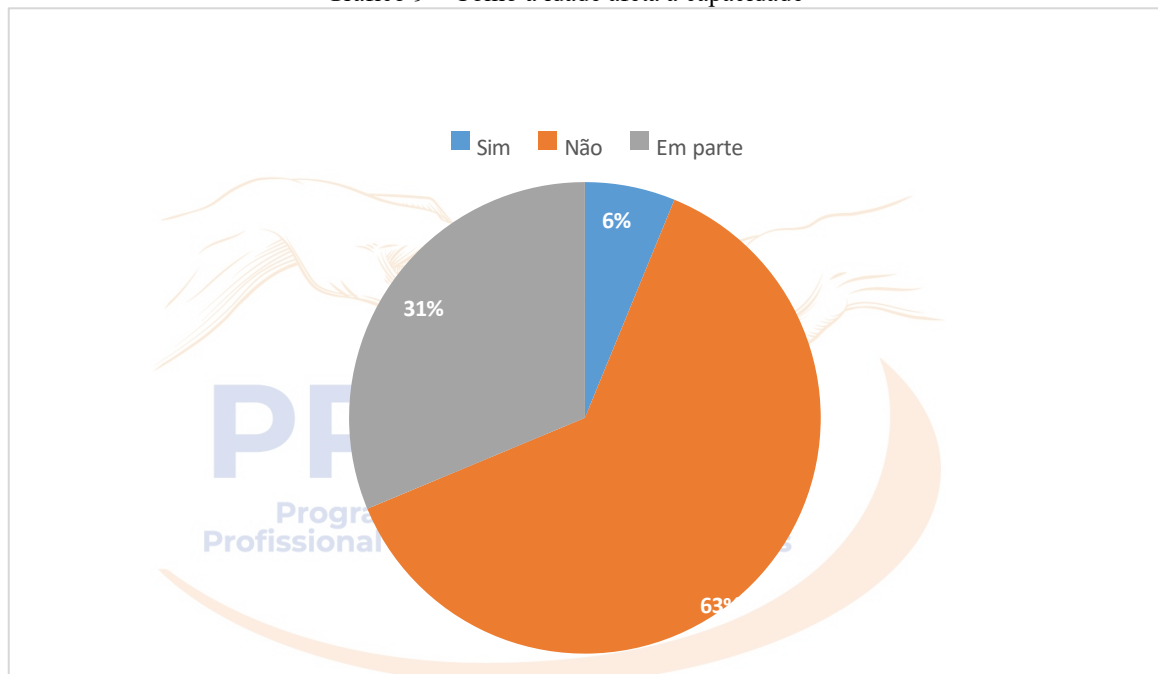
Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

Os dados revelam uma divisão na percepção dos professores, quanto ao apoio institucional para lidar com os desafios do trabalho. Dessa forma, 44% dos entrevistados sentem que somente às vezes recebem apoio institucional suficiente, refletindo uma resposta positiva em relação às estruturas de suporte disponíveis na escola. Por outro lado, 12% dos educadores expressaram não receber o suporte necessário, destacando uma necessidade percebida de melhorias nas políticas e práticas de suporte institucional. Por outro lado, 44% que respondeu confirmando o questionamento, assegurando que recebem apoio da instituição.

Esses resultados sublinham a importância de avaliar e fortalecer as iniciativas institucionais de suporte aos professores, considerando não apenas a quantidade, mas também a qualidade e a acessibilidade desses recursos. Melhorar o apoio institucional pode não só promover um ambiente de trabalho mais positivo e colaborativo, mas também contribuir para o sucesso educacional dos alunos e a satisfação profissional dos educadores.

Acerca do questionamento de se a idade seria um fator que afeta a capacidade de lidar com os desafios da saúde mental, os resultados obtidos estão dispostos no gráfico 9.

Gráfico 9 – Como a idade afeta a capacidade

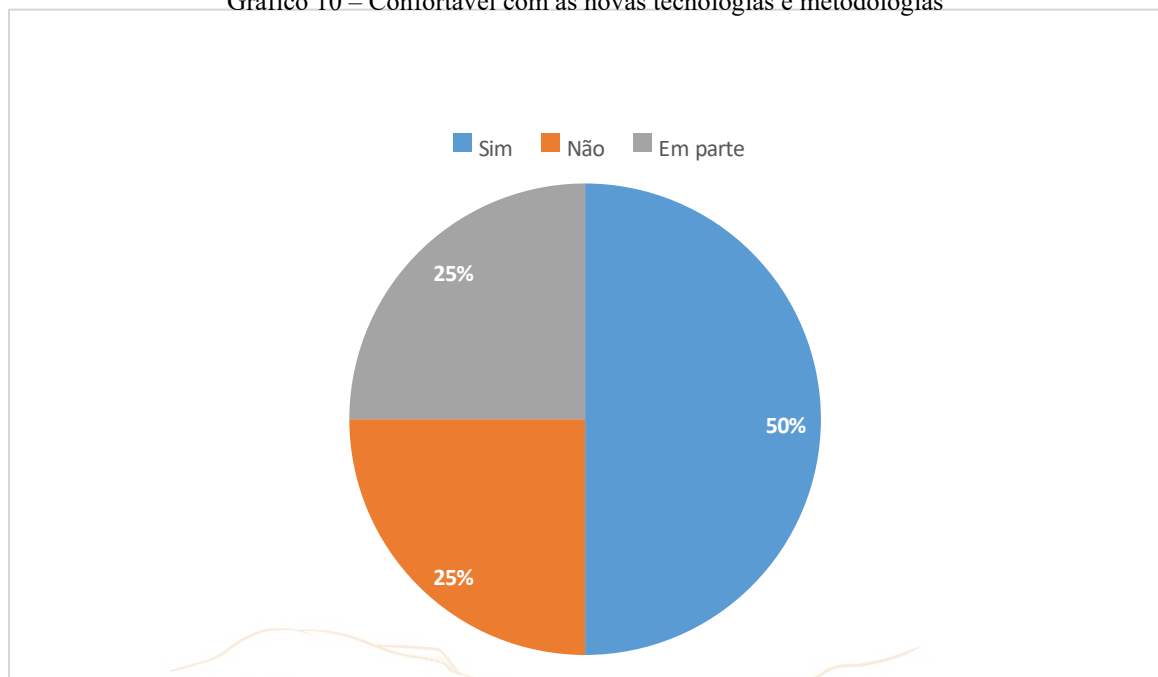


Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

Os dados mostram que a maior parte dos respondentes, com 63%, percebem que sua idade não afeta significativamente sua capacidade de lidar com os desafios da saúde mental laboral. No entanto, 31% dos educadores reconhecem que a idade pode ter alguma influência parcial nesse sentido, sugerindo uma reflexão sobre como fatores como energia física ou resistência podem variar ao longo do tempo de carreira. A pequena proporção de 6%, percebe a idade como um fator limitante direto destaca a importância de considerar abordagens inclusivas e apoio contínuo para todos os professores, independentemente da idade, promovendo um ambiente de trabalho saudável e sustentável para todos.

O gráfico 10 traz os resultados acerca do questionamento de se o professor se sente confortável em se adaptar as novas tecnologias e metodologias de ensino, resultados apresentados no gráfico 10.

Gráfico 10 – Confortável com as novas tecnologias e metodologias



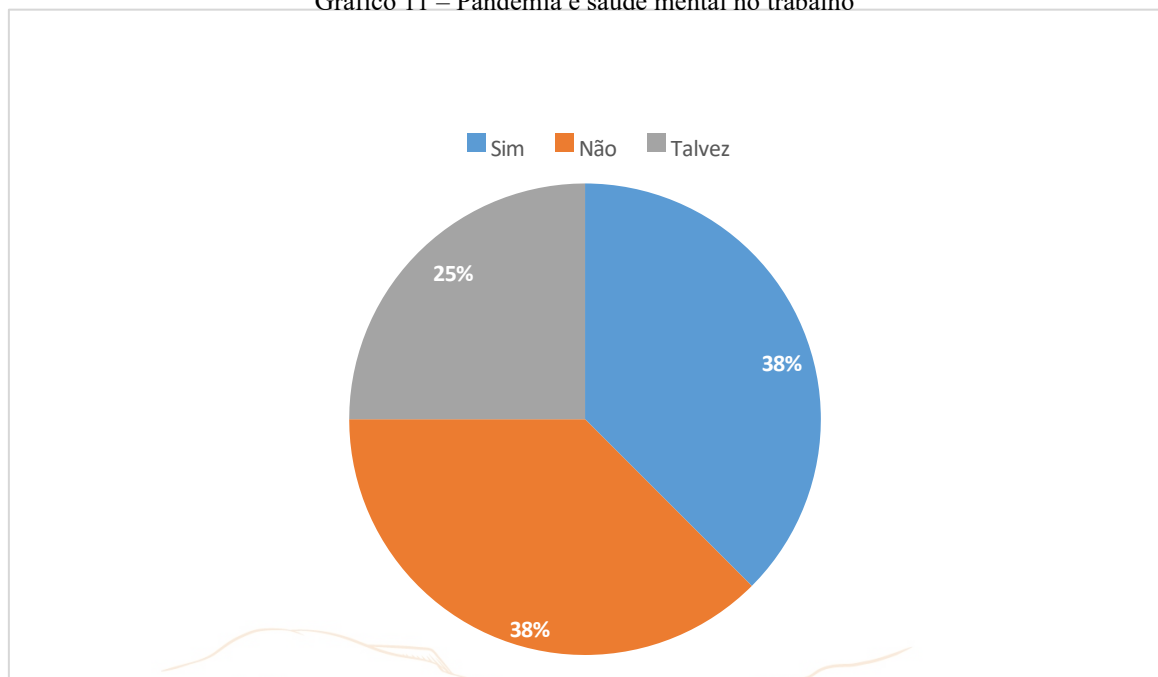
Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

Os resultados revelam uma divisão entre os professores entrevistados quanto à adaptação a novas tecnologias e metodologias de ensino. Metade dos entrevistados, 50%, afirmou sentir-se confortável com essa adaptação, indicando uma disposição positiva em explorar e integrar novas ferramentas e abordagens educacionais.

Por outro lado, 25% dos educadores expressaram desconforto ou resistência em relação a essas mudanças, enquanto outros 25% percebem essa adaptação de forma parcial, sugerindo uma disposição condicional ou uma necessidade de suporte adicional para se sentirem mais confortáveis com as inovações no ensino. Esses resultados destacam a importância de programas de desenvolvimento profissional e suporte contínuo para capacitar os educadores a utilizarem efetivamente as novas tecnologias e metodologias, garantindo assim uma prática educacional mais dinâmica e eficaz.

Ao questionar de se a pandemia do COVID-19 impactou significativamente na saúde mental no trabalho, os resultados obtidos estão dispostos por meio do gráfico 11.

Gráfico 11 – Pandemia e saúde mental no trabalho



Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

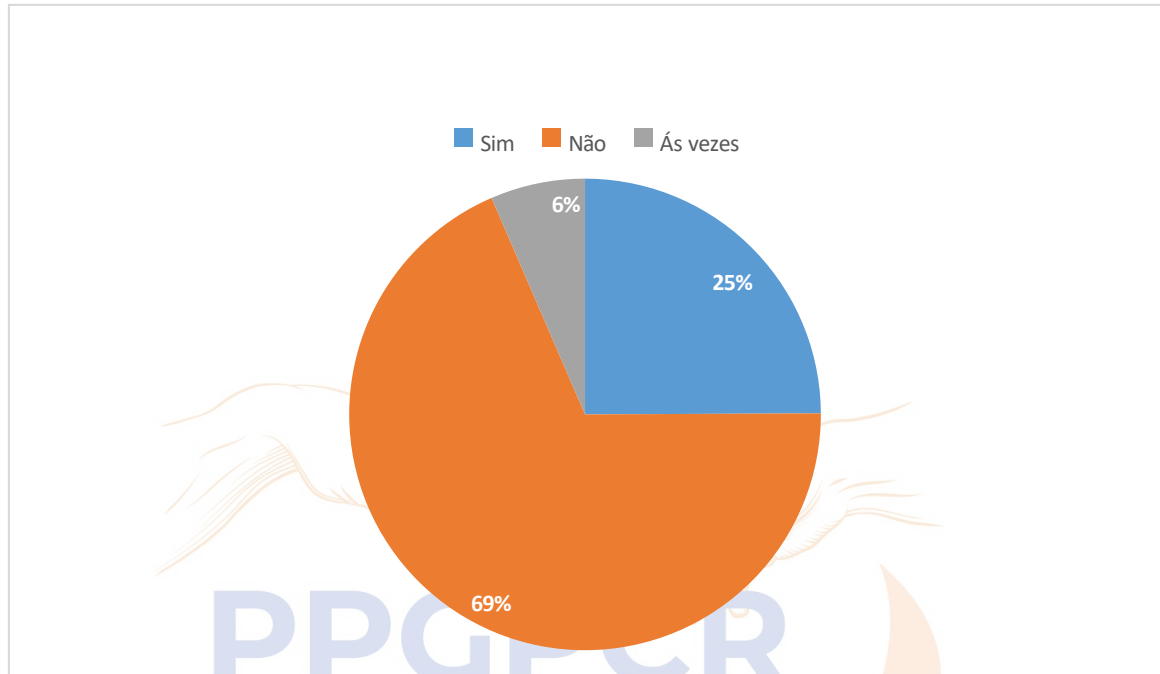
Os dados revelam uma divisão entre os professores, quanto ao impacto da pandemia de COVID-19 em sua saúde mental no trabalho. Um percentual significativo, 37%, afirmou sentir um impacto significativo, destacando os desafios emocionais e psicológicos enfrentados durante o período de adaptação às mudanças impostas pela pandemia. Por outro lado, outros 38% dos entrevistados indicaram que não perceberam um impacto significativo em sua saúde mental, sugerindo uma capacidade de adaptação ou recursos pessoais e organizacionais que mitigaram esses efeitos adversos. A categoria de 25% que respondeu "talvez" reflita uma percepção variável, possivelmente influenciada por diferentes experiências individuais e contextuais ao longo do período da pandemia.

Neste contexto, a literatura aponta que a adaptação repentina às modalidades de ensino remoto e híbrido, somada à incerteza e às demandas crescentes, exacerbou os níveis de estresse e ansiedade entre os educadores. De acordo com Barbosa e Oliveira¹⁴⁸ os docentes, durante a pandemia, enfrentaram a pressão adicional de adaptar o conteúdo do ER a novas plataformas, mantendo o engajamento dos alunos em um ambiente virtual, o que intensificou os desafios para aqueles com menos familiaridade com ferramentas digitais. Assim, a pandemia funcionou como um catalisador para questões preexistentes de saúde mental, expondo vulnerabilidades no bem-estar dos professores e na adequação das estruturas de suporte institucional.

¹⁴⁸ BARBOSA, P. M.; OLIVEIRA, S. R. Pandemia de COVID-19 e saúde mental dos professores: um estudo sobre as percepções e desafios enfrentados. *Revista de Psicologia Educacional*, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 34-52, 2021.

O questionamento acerca da opinião dos professores entrevistados, se esses acreditam que recebem da instituição em que trabalham, suporte psicológico ou emocional, apresentou como resultados os números dispostos no gráfico 12.

Gráfico 12 – Suporte psicológico e emocional



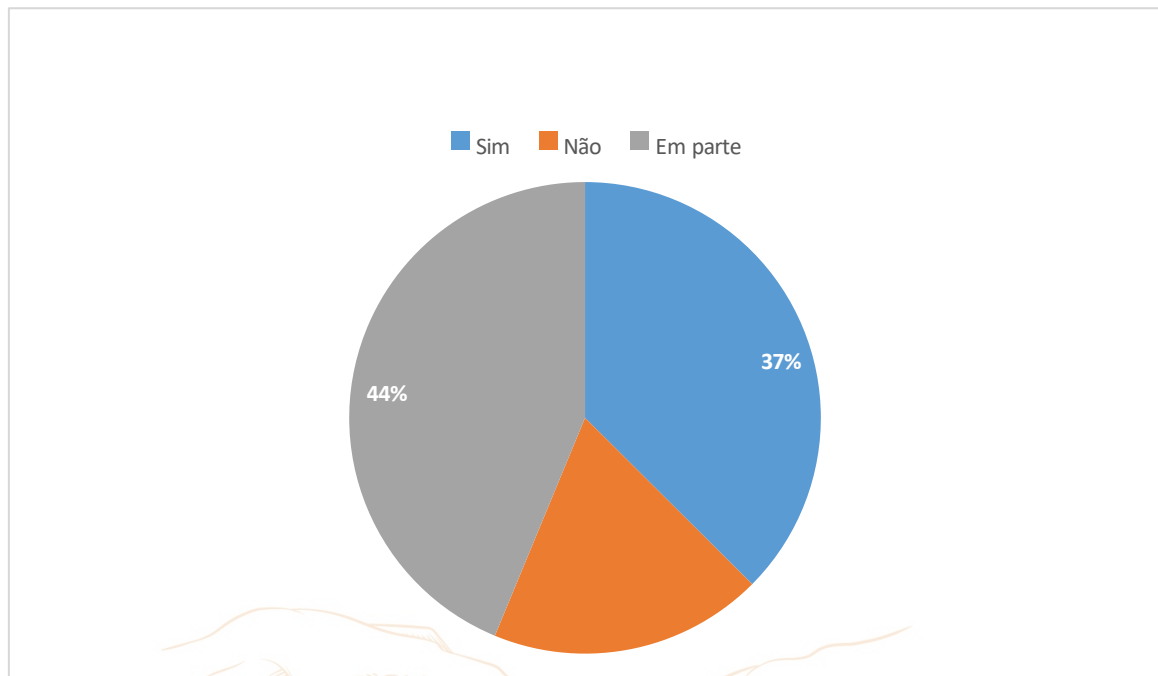
Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

Os dados indicam que a maioria dos professores, não recebe suporte psicológico ou emocional suficiente da instituição onde trabalham, com 69% dos entrevistados respondendo negativamente. Apenas 25% afirmaram receber esse tipo de suporte, enquanto 6% indicaram recebê-lo às vezes.

Esses resultados sugerem uma lacuna significativa na provisão de recursos para o bem-estar psicológico dos educadores, o que pode impactar diretamente na capacidade de enfrentar desafios emocionais e manter um estado de saúde mental adequado. Diante desses dados, seria crucial que as instituições educacionais implementassem políticas e programas eficazes de suporte psicológico, promovendo um ambiente de trabalho mais saudável e apoiando o bem-estar integral dos profissionais da educação.

Além disso, questionou-se também se o professor entrevistado se sentia valorizado como profissional pela comunidade escolar, os resultados dessa questão estão dispostos no gráfico 13.

Gráfico 13 – Valorizado pela comunidade escolar



Fonte: Elaborado com dados da pesquisa (2024).

Dessa forma, 44% do entrevistado, responderam que se sentem valorizados "em parte" sugerindo uma percepção variável, possivelmente influenciada por experiências individuais e dinâmicas internas da escola. Esses resultados destacam a importância de políticas e práticas que promovam um ambiente de trabalho onde todos os educadores se sintam valorizados e apoiados, contribuindo para o fortalecimento da motivação e do engajamento profissional. Nesse sentido, 37% dos entrevistados afirmaram sentir-se valorizados, refletindo um reconhecimento positivo de seu trabalho por parte da comunidade educacional. Por outro lado, 19% declararam não sentir-se valorizados, apontando para uma necessidade percebida de maior reconhecimento e valorização de suas contribuições.

O suporte emocional oferecido por instituições educacionais é fundamental para a saúde mental e o bem-estar dos professores, refletindo diretamente na qualidade do ensino e na retenção desses profissionais. Segundo Peres e Oliveira¹⁴⁹, o suporte emocional institucional inclui estratégias como programas de assistência psicológica, grupos de apoio, treinamentos em gestão de estresse, e desenvolvimento de um ambiente de trabalho positivo. Estas medidas visam proporcionar um espaço onde os professores se sintam valorizados e apoiados, facilitando a gestão de conflitos emocionais e o enfrentamento de pressões cotidianas. Um ambiente de trabalho que promove o bem-estar emocional contribui para a resiliência dos

¹⁴⁹ PERES, J. S.; OLIVEIRA, M. F. Suporte emocional no ambiente escolar: estratégias para o bem-estar dos professores. Revista Psicopedagogia, São Paulo, v. 38, n. 1, p. 37-50, 2021.

professores, ajudando-os a manter o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, e a enfrentar desafios de maneira mais eficaz.

A valorização dos professores é fundamental para a construção de um ambiente escolar que promove o desenvolvimento integral dos alunos e o bem-estar dos educadores. A valorização profissional vai além do reconhecimento financeiro; ela abrange o respeito, a confiança e o apoio da comunidade escolar. Essas dimensões de valorização são essenciais para motivar os professores, aumentar a satisfação no trabalho e melhorar a qualidade da educação. O reconhecimento do trabalho docente é vital para o sucesso do processo educativo, influenciando diretamente a prática pedagógica e o engajamento dos educadores com seus alunos e com a comunidade escolar.¹⁵⁰

A literatura também aponta que a falta de valorização pode levar a um aumento do estresse e à diminuição da motivação entre os professores, afetando negativamente a qualidade do ensino. O apoio institucional e a criação de um ambiente de trabalho positivo são fundamentais para a satisfação e a retenção dos professores.¹⁵¹

Desta forma, entende-se que o reconhecimento profissional deve incluir oportunidades de desenvolvimento contínuo e de participação em decisões pedagógicas e administrativas, fortalecendo a autonomia e a competência dos educadores. Dessa forma, a valorização é uma prática complexa que exige uma abordagem multifacetada, contemplando desde o suporte emocional até o crescimento profissional dos docentes.

¹⁵⁰ LEITE, Geisa Maria Campos; CHRISTOVÃO, Sergio de Lima. *Reconhecimento e valorização docente: desafios e perspectivas na educação básica*. Revista Brasileira de Política e Administração da Educação, v. 36, n. 3, p. 977-996, 2020.

¹⁵¹ BEIJAARD, Douwe; BREKELMANS, Mieke; BROUWERS, André. Stress e burnout entre professores: abordagens para o apoio e a valorização no ambiente escolar. Educational Research Review, v. 33, p. 100410, 2021.

CONCLUSÃO

Ressalta-se que o ER só foi institucionalidade na década de 30 como sendo um disciplina, passando a ser obrigatório para o estado e optativo ou facultativo para o(a) aluno(a), mesmo tendo no cenário político e educacional, opiniões contrárias que defendiam a laicidade do ensino na escola pública. Antes disso, o ER era ministrado por pessoas voluntárias ligadas a alguma religião e que se dispunham a lecionar nas escolas públicas. Essa orientação se manteve até meados de 1960.

Atualmente, o ER continua a ser de matrícula facultativa para a família, mas constitui um componente obrigatório para a escola, afirmando que é parte integrante da formação básica do cidadão e da cidadã. Neste sentido, o currículo do ER deve abranger o conhecimento sobre todas as tradições religiosas, sendo proibida na escola quaisquer formas de proselitismo, adesão ou prática de uma religião específica. O ER não é o ensino de religião e, sim, é o processo de ensino-aprendizagem sobre religião, considerando a diversidade religiosa e cultural brasileira.

É sabido que os profissionais de ER tem uma grande contribuição a dar, apresentando aos discentes questões que estão no cerne da vida, motivando-os para desenvolver a religiosidade presente em cada um, orientando-os para a descoberta de critérios éticos, para a ação dialógica e para o processo de aproximação e de relação com as diferentes expressões religiosas.

Diante desse contexto de prática pedagógica, é importante que o(a) professor(a) desenvolva os conteúdos sobre fenômenos religiosos respeitando as características de cada estudante, de acordo com cada série em que ele está inserido. É preciso estabelecer ligações entre as diferentes religiões, com textos sagrados, personagens, ritos e tradições dos povos que compõem a identidade brasileira.

Entretanto, muitos professores de ER não recebem uma formação adequada para lidar com a diversidade de temas religiosos. A falta de materiais educacionais apropriados e a preparação insuficiente podem dificultar a entrega de aulas eficazes. É essencial reconhecer os problemas que dificultam esse processo, pois eles representam grandes obstáculos para o aprofundamento nessa área e para o estabelecimento de uma base comum que contemple o saber necessário na formação de docentes.

Diante de toda a questão teórica, buscou-se pesquisar sobre a saúde mental dos professores de ER em Vila Velha, ES, para que fosse possível realizar várias considerações importantes. Primeiramente, os dados revelam uma realidade onde os professores enfrentam desafios significativos, incluindo altos níveis de estresse e sobrecarga de trabalho,

especialmente entre os profissionais com mais experiência. A predominância feminina e a idade avançada da maioria dos professores destacam tendências históricas na profissão docente, refletindo em necessidades específicas de suporte e desenvolvimento profissional contínuo.

A análise dos dados também aponta para a importância crítica do suporte institucional e emocional adequado. A maioria dos professores relatou receber suporte insuficiente nesses aspectos, o que sugere uma lacuna significativa nas políticas educacionais atuais. Melhorar essas condições não apenas beneficiaria o bem-estar dos educadores, mas também poderia potencializar a qualidade do ensino oferecido aos alunos, promovendo um ambiente educacional mais saudável e sustentável.

Além disso, a adaptação às novas tecnologias e metodologias de ensino, especialmente exacerbada pela pandemia de COVID-19, emergiu como um desafio importante para muitos professores. Estratégias eficazes de capacitação e suporte contínuo são essenciais para ajudar os educadores a enfrentarem essas mudanças de maneira produtiva e inovadora.

Por fim, destaca-se fundamental, que políticas e práticas educacionais sejam revistas e adaptadas para melhor atender às necessidades dos professores de Ensino Religioso. Isso inclui não apenas o fortalecimento do suporte emocional e institucional, mas também o reconhecimento e valorização adequados do trabalho desses profissionais dentro da comunidade escolar. Investir no bem-estar dos professores é investir no futuro da educação, garantindo um ambiente de aprendizado que promova o desenvolvimento integral de todos os envolvidos.

REFERÊNCIAS

AFFONSO, Luciane Marina Zimerman; CANFIELD, Ráisa Lammel; MÖBS, Adriane da Silva Machado; SANTOS, Valter Borges dos; SILVA, Itala Daniela da. Políticas Educacionais e Base Nacional Comum Curricular de Ensino Religioso. Porto Alegre: SAGAH, 2021.

ALCÂNTARA, Vírnia Ponte; VIEIRA, Camilla Araújo Lopes; ALVES, Samara Vasconcelos. Perspectivas acerca do conceito de saúde mental: análise das produções científicas brasileiras. *Ciência & Saúde Coletiva*, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 351-361.

ANDRADE, Rosana C. R. Ensino religioso e formação docente: uma análise a partir do curso de graduação em Ciências da Religião da Unimontes, no período de 2001 a 2012. Tese (Doutorado em Ciência da Religião). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo/PUC-SP, São Paulo, 2016.

ARAGÃO, Gilbraz de Souza. Dos magistérios eclesiásticos para os magistérios acadêmicos. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso na prática*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021.

ARAGÃO, Gilbraz; OUZA, Mailson Fernandes. Trajetórias e modelos do ensino religioso. *Paralellus*. São Paulo, v. 7, p. 425-438, 2016

ARAUJO, Maria Dalva de Oliveira. Laicidade e Ensino Religioso: desafio aos docentes e formação humana. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso e a sala de aula*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021.

ARAÚJO, Tânia Maria de; TORRENTÉ, Mônica de Oliveira Nunes de. Saúde Mental no Brasil: desafios para a construção de políticas de atenção e de monitoramento de seus determinantes. *Revista do SUS*, São Paulo, v. 32, n. 1, p. 1-7, 2023.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO (SBPOT). Os impactos da pandemia para o trabalhador e suas relações com o trabalho. Porto Alegre: Artmed, 2020.

BAKKER, A. B.; DEMEROUTI, E. The job demands-resources model: state of the art. *Journal of Managerial Psychology*, v. 22, n. 3, p. 309-328, 2007.

BALL, S. J. The Teacher's Soul and the Terrors of Performativity. **Journal of Education Policy**, v. 18, n. 2, p. 215-228, 2003.

BAPTISTA, Paulo Agostinho N. Ensino Religioso: de volta para o futuro. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). *O ensino religioso na prática*. Florianópolis: AMAR; FOGO, 2021.

BARBOSA, P. M.; OLIVEIRA, S. R. **Pandemia de COVID-19 e saúde mental dos professores: um estudo sobre as percepções e desafios enfrentados**. *Revista de Psicologia Educacional*, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 34-52, 2021.

BEIJAARD, Douwe; BREKELMANS, Mieke; BROUWERS, André. Stress e burnout entre professores: abordagens para o apoio e a valorização no ambiente escolar. *Educational Research Review*, v. 33, p. 100410, 2021.

BOCK, Ana Mercês; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. *Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia*. 14. ed. São Paulo: Saraiva, 2008.

BORIN, Luiz Claudio. *História do Ensino Religioso no Brasil*. Santa Maria: Universidade Federal de Santa Maria, 2018.

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: Conselho Nacional da Educação, 2018.

BRASIL. Secretaria de Vigilância em Saúde. Guia de vigilância epidemiológica: emergência de saúde pública de importância nacional pela doença pelo coronavírus 2019. Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

BRITO, Sávio Breno Pires; BRAGA, Isque Oliveira; CUNHA, Carolina Coelho; PALÁCIO, Maria Augusta Vasconcelos; TAKENAMI, Iukary. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. *Revista Vigilância Sanitária em debate*, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 54-63, 2020.

BUENO, Flávia Thedim Costa; SOUTO, Ester Paiva; MATTA, Gustavo Corrêa. In: MATTA, Gustavo Corrêa; REGO, Sergio; SOUTO, Ester Paiva; SEGATA, Jean (Orgs.). *Os impactos sociais da Covid-19 no Brasil: populações vulnerabilizadas e respostas à pandemia*. Rio de Janeiro: Fiocruz, p. 27-36, 2021.

CAMBI, Eduardo. *Pandemia da Covid-19: reflexões sobre a sociedade e o planeta*. Curitiba: Escola Superior do MPPR, 2020.

CARLOTTO, Mary Sandra. A Síndrome de burnout e o trabalho docente. *Psicologia em estudo*, Rio de Janeiro, v. 7, n. 1, p. 21 - 29, 2002.

CARON, Lurdes; MARTINS FILHO, Lourival. Ensino religioso: uma história em construção. In: SILVEIRA, Emerson Sena da; JUNQUEIRA, Sérgio. *O Ensino Religioso na BCC*. Petrópolis: Vozes, p.52-71, 2020.

CECCHETTI, Élcio. Ensino Religioso: contextos e perspectivas atuais. *Revista de Estudos de Teologia e Ciências da Religião*, Belo Horizonte, v. 18, n. 55, p. 10, 2020.

COSTA, R.; BRITTO, A.; WALTENBERG, F. Efeitos da formação docente sobre resultados escolares do ensino médio. **Estudos Econômicos (São Paulo)**, v. 50, n. 3, p. 369–409, set. 2020.

DIAS, Raquel Aparecida Fromming. *O sofrimento psíquico na área do trabalho*. Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ. Santa Rosa, 2018.

FERREIRA, Renan da Costa; BRANDENBURG, Laude Erandi. O Ensino Religioso e a BNCC: possibilidades de se educar para a paz. *Revista Caminhos*, Goiânia, v. 17, n. 2, p. 508522, 2019.

FORGUIERI, Yolanda Cintrão. *Psicologia Fenomenológica: fundamentos, métodos e pesquisa*. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2004.

FÓRUM PERMANENTE DO ENSINO RELIGIOSO. Parâmetros Curriculares

Nacionais: Ensino Religioso. São Paulo: AM Edições, 1997.

FOSTER, Eugênia da Luz; CUSTÓDIO, Elivaldo Serrão. Educação para o respeito às diferenças étnico-raciais e religiosas: tensões, avanços e desafios. In: REIS, Marcos Vinicius de Freitas; SARDINHA, Antonio Carlos; JUNQUEIRA, Sérgio. Diversidade e o campo da educação: diálogos sobre (in)tolerância religiosa. Macapá: UNIFAP, p.31-50, 2017.

GATTI, B. A. et al. Professores do Brasil: novos cenários de formação. Brasília: UNESCO, 2019. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000367919>. Acesso em: 4 jul. 2024.

GOBATTO, Caroline Amado; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. Religiosidade e Espiritualidade em oncologia: concepções de profissionais da saúde. Psicologia USP, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 11-34, 2013.

GOMES, Cândida Braga Vanderlei. Um clima de incertezas? Crise do coronavírus e seus reflexos no clima organizacional de uma empresa de serviços gráficos em São Luís-Maranhão. Dissertação (Graduação em Administração) – Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2020.

GONÇALVES, Jorge Carvalho. A gestão escolar perante o desafio de ofertar o componente curricular Ensino Religioso na escola pública. Tese (Mestrado em Ciências da Religião) – Faculdade Unida de Vitória, Vitória, 2018.

GUIMARÃES, Emanuele; CRUZ, Príncipe Santana da. O impacto da COVID-19 em uma instituição que promove a saúde. Santa Catarina: UNC, p.20-50, 2020.

GUTH, Clarissa de Moraes; VEITH, Carlos Alberto. Ansiedade no mundo contemporâneo e sua influência na educação. Revista Educação, Psicologia e Interfaces, São Paulo, v. 3, n. 2, p. 57-68, 2019.

HOLMES, Maria José Torres. Ensino Religioso e diversidade religiosa: desafios e perspectivas em sala de aula. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). O ensino religioso e a sala de aula. Florianópolis: AMAR; FOGO, p.12-20, 2021.

JUNQUEIRA, Sérgio Rogério Azevedo. O Processo de Escolarização do Ensino Religioso no Brasil. Petrópolis: Vozes, 2002.

JUNQUEIRA, Sérgio; MENEGHETTI, Rosa. WASCHOWICZ, L. Ensino religioso e sua relação pedagógica. Petrópolis: Vozes, p. 29, 2002.

KELCZESKI, Jéssica; LEMOS, Jessica Nathana Dutra. Como enfrentar a ansiedade e o estresse na organização em tempo de crise. Santa Catarina: UNC, p.50-70, 2020.

KINA, Sandra Oyafuso; MECONE, Marcia Cristina da Cruz; BONINI, Bárbara Barrionuevo; SANCHES, Ricardo Padovani. EAD: ganhos e perdas. In: SOUZA, Isabel Weiss de (Ed.). Saúde Mental: desafios contemporâneos. Santana de Parnaíba: Manole, p.70-92, 2023.

LEÃO, Luís Henrique da Costa; VASCONCELLOS, Luiz Carlos Fadel de. Cadeias produtivas e a vigilância em saúde, trabalho e ambiente. *Revista Saúde & Sociedade*, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1232-1243, 2015.

LEITE, Geisa Maria Campos; CHRISTOVÃO, Sergio de Lima. Reconhecimento e valorização docente: desafios e perspectivas na educação básica. *Revista Brasileira de Política e Administração da Educação*, v. 36, n. 3, p. 977-996, 2020.

LEMONS, Vanderson Lisboa Lemos. Abordando a Síndrome do Pensamento Acelerado na Atenção em Saúde na Unidade Básica de Saúde (UBS) Delamare, Japeri-RS. Dissertação (Especialista em Atenção Básica) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2023.

LIMONGI-FRANÇA, Ana Cristina. Psicologia do trabalho: psicossomática, valores e práticas organizacionais. São Paulo: Saraiva, 2008.

LOMBA, M. L. R.; FARIA FILHO, L. M. Docência na Educação Infantil: percursos de vida, formação e condições institucionais das experiências de professoras no cuidado e educação de crianças de 4 e 5 anos. Repositório da Universidade Federal de Minas Gerais, 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/34717>. Acesso em: 4 jul. 2024.

LUCCHETTI, Giancarlo; LUCCHETTI, Alessandra Lamas Granero; AVEZUM JÚNIOR, Álvaro. Religiosidade, Espiritualidade e Doenças Cardiovasculares. *Rev Bras Cardiol.*, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 55-57, 2011.

MATTA, Gustavo Corrêa; SOUTO, Ester Paiva; REGO, Sergio; SEGATA, Jean. A Covid-19 no Brasil e as várias faces da pandemia. In: MATTA, Gustavo Corrêa; REGO, Sergio; SOUTO, Ester Paiva; SEGATA, Jean (Orgs.). *Os impactos sociais da Covid-19 no Brasil: populações vulnerabilizadas e respostas à pandemia*. Rio de Janeiro: Fiocruz, p.102-124, 2021.

MELO, Flávia Silva; CARVALHO, Vivian Daniela de. A importância da psicoterapia: Síndrome do pensamento acelerado em profissionais da enfermagem. Monografia (Graduação em Enfermagem) - Centro Universitário Campo Limpo Paulista, Campo Limpo Paulista, 2022.

MIRANDA, A. M. DE J. D. O. et al. Formação docente em Ensino Religioso: um diálogo com a Política Nacional. **Revista Caminhos - Revista de Ciências da Religião**, v. 18, n. 5, p. 10, 2 fev. 2021.

MOCELLIN, Teresinha Maria. Ensino Religioso: história, interpretação, perspectivas. 2. ed. São Paulo: Edições 70, 2023.

NOGUEIRA, Sandra Vidal; BEISE, Claudete Ulrich; SILVA, Edeson dos Anjos. Ensino Religioso Plural na Educação Básica: uma área do conhecimento humano em consolidação. *Revista Caminhos*, Goiânia, v. 18, p. 28-44, 2020.

NUNES, José Mendes. Saúde Mental. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, v. 22, n. 5, p. 591-594, 2006.

OLIVEIRA, Fábio Roberto. O ensino religioso na escola: uma indagação difícil. *Revista Científica Semana Acadêmica*, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. 01-13, 2019.

PASSOS, João Décio. A intolerância religiosa: mecanismos e antídotos. Revista REVER, São Paulo, ano 17, n. 3. 2017.

PEREIRA, Ana Maria T. Benevides. Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

PERES, J. S.; OLIVEIRA, M. F. **Suporte emocional no ambiente escolar: estratégias para o bem-estar dos professores.** Revista Psicopedagogia, São Paulo, v. 38, n. 1, p. 37-50, 2021.

RIBEIRO, Claudio de Oliveira; ABIJAUDI, André Yuri Gomes. Espiritualidade em tempos de pandemia. In: PIEPER, Frederico; MENDES, Danilo (Orgs.). Religião em tempos de crise. São Paulo: Ambigrama, p. 90-108, 2020.

SANTOS, Boaventura de Sousa Santos. A cruel pedagogia do vírus. São Paulo: Almedina, 2020.

SANTOS, Milton Silva dos. Religião e demanda: o fenômeno religioso em escolas públicas. 2016. Tese (Doutorado em Antropologia Social) – Universidade de Estadual de Campinas, Campinas, 2016. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/322533>. Acesso em: 20 abr. 2024.

SANTOS, Rodrigo Oliveira dos. As duas faces da educação: do proselitismo cristão ao Ensino Religioso como promotor dos Direitos Humanos das mulheres. In: MARANHÃO, Eduardo Meinberg de Albuquerque (Org.). O ensino religioso na prática. Florianópolis: AMAR; FOGO, p.100-152, 2021.

SANTOS, Rodrigo Oliveira. Ciência da Religião e Ciência da Religião Aplicada à Educação. Revista de Educação ANEC, Brasília, v. 45, n. 158, p. 87-104, 2019.

SCARANO, Renan Costa Valle; DORETO, Daniella Tech; ZUFFO, Sílvia; SCHEIFLER,

Anderson Barbosa; OLIVEIRA, Carolina Bessa Ferreira de; AFFONSO, Ligia Maria Fonseca; SCHOLZE, Martha Luciana. Direitos humanos e diversidade. Porto Alegre; SAGAH, 2018.

SEVALHO, Gil. Uma abordagem histórica das representações sociais de saúde e doença. Caderno de Saúde Pública, Maceió, v. 9, n. 3, p. 349-363, 1993.

SILVA, Hengrid Graciely Nascimento, SANTOS Luis Eduardo dos; OLIVEIRA, Ana Karla Sousa de. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. J. nurs. health, São Paulo, v. 10, p. 1-10, 2020.

SILVA, João Bernardino da; SILVA, Lorena Bandeira da. Relação entre religião, espiritualidade e sentido da vida. Revista Logos & Existência, São Paulo, v. 3, n. 2, p. 203-215, 2014.

SOUZA, Isabel Weiss de; Pinto, Alexandre de Rezende. Transtornos de ansiedade. In: SOUZA, Isabel Weiss de (Ed.). Saúde Mental: desafios contemporâneos. Santana de Parnaíba: Manole, p. 30-46, 2023.

TOMAZ, Henrique Cisne; TARJA, Fábio Solon; LIMA, Andrea Conceição Gomes; SANTOS, Marize Melo dos. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. Revista Interface, Botucatu, v. 24, p. 1-15, 2020.

ULRICH, Claudete Beise; GONÇALVES, José Mário. O estranho caso do Ensino Religioso: contradições legais e questões epistemológicas. Estudos Teológicos, São Leopoldo, v. 58, n. 1, p. 14-27, 2018.

VULCÃO, Maria de Lourdes Sanches; FONSÊCA, Kátia de Nazaré Santos. Ensino Religioso num país laico: entre a ciência e a fé. In: REIS, Marcos Vinicius de Freitas; SARDINHA, Antonio Carlos; JUNQUEIRA, Sérgio. Diversidade e o campo da educação: diálogos sobre (in)tolerância religiosa. Macapá: UNIFAP, p. 73-93, 2017.

XAVIER, Magno de Carvalho. A formação continuada de docentes de Ensino Religioso para o ensino fundamental (anos iniciais). 2023. Dissertação de Mestrado, UFPB/CE, 2023.

Disponível

em:

https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/30460/1/MagnoDeCarvalhoXavier_Dissert.pdf. Acesso em: 03 jul. 2024.

ZAIDAN, José. M.; GALVÃO, Antônio.C. “COVID 19 e os abutres do setor educacional: a superexploração da força de trabalho escancarada”. São Paulo: Instituto Defesa da classe Trabalhadora, p.26-37, 2020.



ANEXOS

Certificado pelo Programa de Pós-Graduação Profissional da Faculdade Unida de Vitória – 20/09/2024.

www.vila
Lop

QUESTIONÁRIO

1 - Qual é o seu gênero?

A) Masculino
B) Feminino
C) Outro

2 - Em qual faixa etária você se enquadra?

A) Menos de 25 anos
B) 25-35 anos
C) 36-45 anos
D) 46-55 anos
E) Mais de 55 anos

3 - Há quanto tempo você atua como professor de Ensino Religioso do Ensino Fundamental I nas séries iniciais?

A) Menos de 1 ano
B) 1-5 anos
C) 6-10 anos
D) 11-15 anos
E) Mais de 15 anos

4 - Você sente que a carga de trabalho como professor de Ensino Religioso é excessiva?

A) Sim
B) Não
C) Às vezes

5 - Com que frequência você se sente pressionado por resultados em seu trabalho?

A) Sempre
B) Com frequência
C) Raramente
D) Nunca

6 - As condições de trabalho em sua escola são satisfatórias?

- A) Sim, totalmente
- B) Sim, parcialmente
- C) Não

7 - Você percebe um comportamento desafiador por parte dos alunos em sua sala de aula?

- A) Sim, frequentemente
- B) Sim, ocasionalmente
- C) Não, raramente

8 - Você sente que recebe apoio institucional suficiente para lidar com os desafios do trabalho?

- A) Sim
- B) Não
- C) Às vezes

9 - Você sente que sua idade afeta sua capacidade de lidar com os desafios da saúde mental laboral como professor?

- A) Sim
- B) Não
- C) Em parte

10 - Você se sente confortável em adaptar-se a novas tecnologias e metodologias de ensino?

- A) Sim
- B) Não
- C) Em parte

11 - Você acha que a pandemia de COVID-19 teve um impacto significativo em sua saúde mental no trabalho?

- A) Sim
- B) Não
- C) Talvez

12 - Você recebe suporte psicológico ou emocional da instituição onde trabalha?

- A) Sim
- B) Não
- C) Às vezes

13 - Você se sente valorizado como profissional pela comunidade escolar?

- A) Sim
- B) Não
- C) Em parte



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

PROCESSO - 36486/2024

À CONTRIBUINTE

Em relação ao pedido de autorização para aplicação de pesquisa acadêmica de MARIA ÂNGELA SABINA SOARES, aluna do curso Programa de Pós-graduação em Ciências da Religião da Faculdade Unida de Vitória, junto aos professores de ensino religioso desta municipalidade, via formulário *online*, considerando despacho da Gerência de Ensino às fls. 73/74, AUTORIZAMOS a aplicação da pesquisa.

FABRÍCIO BARCELOS DOS SANTOS
Secretário Municipal de Educação Interino

PPGPCR
Programa de Pós-Graduação
Profissional em Ciências das Religiões

Certificado pelo Programa de Pós-Graduação Profissional da Faculdade Unida de Vitória – 20/09/2024.



Autenticar documento em <https://processos.vilavelha.es.gov.br/autenticidade> com o identificador 31003800310036003900370037003A00540052004100, Documento assinado digitalmente conforme art. 4º, II da Lei 14.063/2020.

PROTOCOLO DE ASSINATURA(S)

O documento acima foi assinado eletronicamente e pode ser acessado no endereço <https://processos.vilavelha.es.gov.br/autenticidade> utilizando o identificador 31003800310036003900370037003A00540052004100

Assinado eletronicamente por Fabrício Barcelos dos Santos em 01/10/2024 12:16

Checksum: 42404B913892AB03C22B48F7847F0378E3CCABA1D935525B33A99D34324FBC4D



Certificado pelo Programa de Pós-Graduação Profissional da Faculdade Unida de Vitória – 20/09/2024.



Autenticar documento em <https://processos.vilavelha.es.gov.br/autenticidade> com o identificador 31003800310036003900370037003A00540052004100, Documento assinado digitalmente conforme art. 4º, II da Lei 14.063/2020.



Maria Angela Sabina Soares

GUIA PRÁTICO DE SAÚDE MENTAL

para professores de Ensino Religioso

Certificado pelo Programa de Pós-Graduação Profissional da Faculdade Unida de Vitória em 18/09/2024.



RESUMO

Este guia é uma ferramenta prática destinada a apoiar a saúde mental dos professores de Ensino Religioso, reconhecendo os desafios únicos que enfrentam em seu trabalho. Ele aborda a importância da saúde mental no contexto educacional, destacando como o equilíbrio emocional, psicológico e social é fundamental para um ensino eficaz. O guia oferece estratégias para o gerenciamento do estresse, incluindo a identificação de suas fontes, a implementação de técnicas de respiração e relaxamento, e a criação de um plano de autocuidado. Além disso, explora os benefícios do mindfulness, apresentando práticas diárias que podem ser incorporadas à rotina dos professores para melhorar o bem-estar. Também discute a importância de manter um equilíbrio saudável entre vida pessoal e profissional, fornecendo dicas para estabelecer limites e gerenciar o tempo de forma eficaz. O guia conclui com recursos adicionais, como onde encontrar apoio psicológico e emocional, além de leituras recomendadas e aplicativos úteis. A mensagem central é que o cuidado com a saúde mental é um processo contínuo, essencial para a qualidade de vida dos professores e para a criação de um ambiente escolar mais positivo e produtivo.



SUMÁRIO

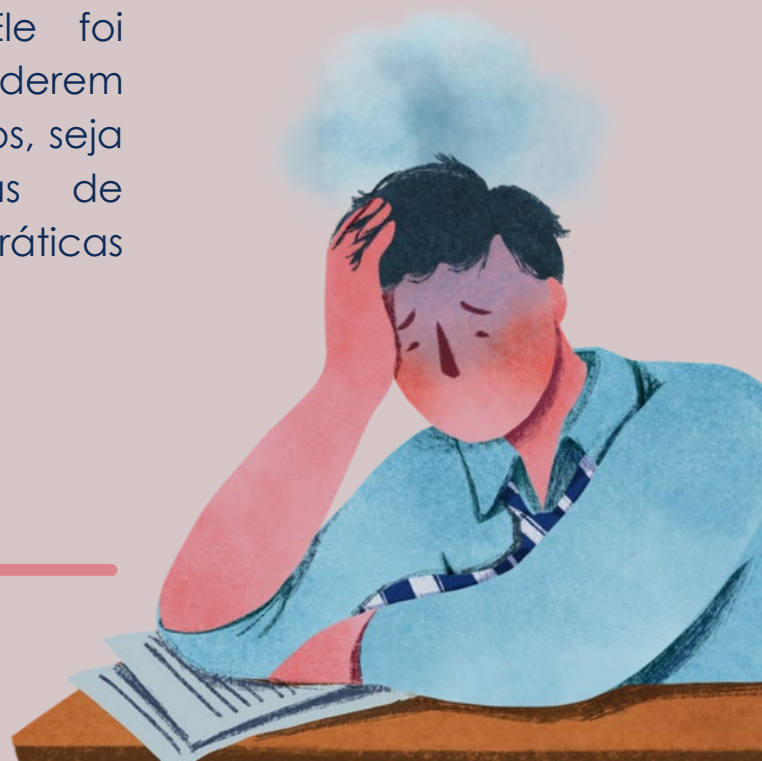
1	INTRODUÇÃO	03
2	ENTENDENDO A SAÚDE MENTAL.....	05
3	TÉCNICAS DE GERENCIAMENTO DO ESTRESSE	08
3.1	Identificando fontes de estresse no ambiente escolar.....	08
3.2	Estratégias para reduzir e manejar o estresse	09
3.3	Técnicas de respiração e relaxamento	10
4	PRÁTICAS DE AUTOCUIDADO	12
4.1	A importância do autocuidado na rotina do professor.....	12
4.2	Dicas de autocuidado físico, emocional e mental	13
4.3	Planejando um plano de autocuidado	13
5	EXERCÍCIOS DE MINDFULNESS.....	15
5.1	O que é mindfulness e seus benefícios	15
5.2	Práticas diárias de mindfulness para professores.....	16
5.3	Meditações guiadas e exercícios de atenção plena.....	17
6	EQUILÍBRIO ENTRE VIDA PESSOAL E PROFISSIONAL.....	19
6.1	A importância do equilíbrio para o bem-estar	19
6.2	Dicas para estabelecer limites saudáveis.....	20
6.3	Ferramentas para gerenciar o tempo eficazmente.....	21
7	RECURSOS ADICIONAIS PARA A SAÚDE MENTAL	22
7.1	Onde encontrar apoio psicológico e emocional	22
7.2	Leituras recomendadas e aplicativos úteis	23
8	CONCLUSÃO	24
9	PERGUNTAS	26

INTRODUÇÃO

A saúde mental é um componente essencial para o bem-estar geral e, no contexto educacional, sua relevância se torna ainda mais evidente. Professores de Ensino Religioso, em especial, enfrentam desafios únicos que vão além da simples transmissão de conhecimento. Eles lidam com questões éticas, morais e espirituais, muitas vezes carregadas de complexidade e responsabilidade. Diante dessa realidade, manter uma boa saúde mental não é apenas desejável, mas crucial para que esses profissionais possam desempenhar suas funções de forma eficaz e equilibrada.

O objetivo deste guia é fornecer aos professores de Ensino Religioso ferramentas práticas para promover e manter sua saúde mental. Com uma abordagem acessível, buscamos oferecer estratégias que possam ser facilmente integradas ao dia a dia dos docentes, auxiliando-os a enfrentar o estresse, a ansiedade e outros desafios emocionais que possam surgir em sua jornada profissional. Este guia foi elaborado com base em pesquisas e práticas reconhecidas na área de saúde mental e educação, sempre considerando as especificidades do Ensino Religioso.

Este guia é estruturado para ser utilizado como um recurso contínuo. Ele foi pensado para os professores poderem consultá-lo em diferentes momentos, seja para buscar novas estratégias de autocuidado, seja para revisar práticas que já conhecem.



Cada seção é autônoma, permitindo que o leitor explore os tópicos de acordo com suas necessidades e interesses específicos. Além disso, o guia inclui exercícios práticos e sugestões de atividades que podem ser realizadas individualmente ou em grupo.

Para tirar o máximo proveito deste guia, sugerimos que os leitores abordem o conteúdo com mente aberta e disposição para experimentar. As técnicas apresentadas variam em termos de complexidade e aplicação, o que permite que cada professor escolha aquelas que melhor se adequam ao seu perfil e contexto. Lembre-se de que cuidar da saúde mental é um processo contínuo e dinâmico, que requer atenção e dedicação ao longo do tempo.

Por fim, esperamos que este guia seja um companheiro valioso para os professores de Ensino Religioso, oferecendo suporte em sua jornada profissional e pessoal. Acreditamos que, ao investir em sua saúde mental, os docentes estarão melhor preparados para enfrentar os desafios da sala de aula, promovendo um ambiente de aprendizado mais saudável e produtivo para todos.

ENTENDENDO A SAÚDE MENTAL

A saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo pode reconhecer suas próprias habilidades, lidar com os estresses normais da vida, trabalhar produtivamente e contribuir para sua comunidade. Não se trata apenas da ausência de transtornos mentais, mas sim de um equilíbrio emocional, psicológico e social que permite à pessoa viver de maneira plena e significativa. No contexto educacional, a saúde mental dos professores é fundamental, ao impactar diretamente a qualidade do ensino e a dinâmica da sala de aula.

Professores de Ensino Religioso enfrentam uma série de fatores que podem afetar sua saúde mental. A natureza de seu trabalho envolve não apenas a transmissão de conhecimento, mas também a orientação sobre questões éticas e morais, o que pode gerar uma carga emocional significativa. Além disso, a necessidade de abordar a diversidade religiosa de maneira inclusiva e respeitosa, somada à pressão por resultados educacionais, pode

contribuir para o aumento do estresse e da ansiedade.



Outro fator relevante é a sobrecarga de trabalho. Muitos professores enfrentam jornadas duplas ou triplas, dividindo seu tempo entre a preparação de aulas, o atendimento a alunos e as responsabilidades administrativas.

Esse acúmulo de funções, aliado à falta de reconhecimento e à desvalorização profissional, pode levar ao desgaste emocional e ao esgotamento físico, afetando negativamente a saúde mental. A pandemia de COVID-19, por exemplo, exacerbou esses desafios, trazendo novas demandas e incertezas que pressionaram ainda mais os docentes.

Diante desses fatores, é crucial que os professores estejam atentos aos sinais de alerta que indicam possíveis problemas de saúde mental. Sintomas como fadiga constante, irritabilidade, dificuldade de concentração, insônia, e sensação de desespero ou desamparo não devem ser ignorados. Quando esses sinais persistem, eles podem evoluir para condições mais graves, como a síndrome de burnout, transtornos de ansiedade ou depressão, que afetam tanto a vida pessoal quanto profissional.

Reconhecer esses sinais é o primeiro passo para buscar ajuda. Muitos professores hesitam em procurar suporte por medo de estigmatização ou por acharem que devem lidar com os problemas sozinhos. No entanto, é importante entender que pedir ajuda é um ato de coragem e cuidado consigo mesmo. Existem diversos recursos disponíveis, como atendimento psicológico, grupos de apoio e práticas de autocuidado, que podem fazer a diferença no manejo dessas situações.

Além disso, é essencial que as instituições educacionais criem um ambiente de trabalho que valorize a saúde mental de seus profissionais. Isso pode incluir a implementação de políticas de prevenção ao estresse, a promoção de programas de bem-estar e o incentivo à criação de espaços de diálogo entre os professores.

Ao reconhecer a importância da saúde mental, as escolas contribuem para a construção de um ambiente educacional mais saudável e produtivo, beneficiando tanto os professores quanto os alunos.

A saúde mental dos professores é um pilar crucial para o sucesso educacional. Professores mentalmente saudáveis são mais capazes de inspirar e motivar seus alunos, de criar um ambiente de aprendizagem positivo e de desenvolver uma abordagem pedagógica mais equilibrada e eficaz. Portanto, investir em saúde mental não é apenas uma questão de bem-estar individual, mas também uma necessidade para a construção de uma educação de qualidade.

É importante lembrar que a saúde mental é uma jornada contínua. Assim como cuidamos de nossa saúde física com alimentação adequada e exercícios regulares, devemos também dedicar tempo e esforço ao cuidado da nossa mente. O equilíbrio entre vida pessoal e profissional, a prática regular de autocuidado e o desenvolvimento de uma rede de apoio são passos fundamentais para manter a saúde mental em dia, garantindo que os professores possam continuar desempenhando seu papel vital na educação de forma sustentável e saudável.

TÉCNICAS DE GERENCIAMENTO DO ESTRESSE

O estresse é uma realidade comum no ambiente escolar, especialmente para os professores de Ensino Religioso, que enfrentam desafios únicos relacionados à sua prática pedagógica. Este capítulo explora técnicas práticas e acessíveis para o gerenciamento do estresse, visando capacitar os docentes a identificar as principais fontes de tensão em seu cotidiano, adotar estratégias eficazes para reduzir o impacto dessas pressões e incorporar práticas de respiração e relaxamento que promovam o bem-estar físico e emocional. Ao aprender a gerenciar o estresse de maneira proativa, os professores podem melhorar sua qualidade de vida e desempenhar suas funções com mais equilíbrio e tranquilidade.

3.1 Identificando fontes de estresse no ambiente escolar

O ambiente escolar, com sua dinâmica intensa e múltiplas responsabilidades, pode ser uma fonte significativa de estresse para os professores. No caso dos docentes de Ensino Religioso, o estresse pode ser amplificado pela necessidade de abordar temas sensíveis e complexos, como a diversidade religiosa e questões éticas.



Além disso, a pressão por resultados, as expectativas dos pais e da administração escolar, e a necessidade de manter um ambiente de respeito e inclusão podem criar uma carga emocional considerável. Identificar essas fontes de estresse é o primeiro passo para gerenciá-las eficazmente.

Para identificar as principais fontes de estresse, é útil que os professores façam uma autoavaliação regular de suas atividades e emoções. Manter um diário onde se registram momentos de maior tensão ou desconforto pode ajudar a reconhecer padrões e situações específicas que desencadeiam o estresse. Além disso, é importante observar como o corpo reage em momentos de estresse, como aumento da frequência cardíaca, sudorese, ou tensões musculares, sendo sinais físicos de que algo precisa ser ajustado.

3.2 Estratégias para reduzir e manejar o estresse

Uma vez identificadas as fontes de estresse, é possível implementar estratégias para reduzir e manejar esses impactos. Uma abordagem eficaz envolve a organização do tempo e das tarefas, priorizando atividades e evitando a sobrecarga. Dividir grandes tarefas em pequenas etapas e estabelecer prazos realistas pode tornar o trabalho mais gerenciável e menos opressor. A delegação de tarefas, quando possível, também é uma forma eficaz de aliviar a pressão.

Outro aspecto importante é estabelecer limites claros entre o trabalho e a vida pessoal. Isso pode incluir horários definidos para parar de trabalhar, não responder a e-mails ou mensagens de trabalho fora do horário comercial, e reservar tempo para atividades de lazer e descanso.

A prática regular de atividades físicas, alimentação saudável e sono adequado também são essenciais para manter o corpo e a mente equilibrados, ajudando a prevenir o acúmulo de estresse.

3.3 Técnicas de respiração e relaxamento

As técnicas de respiração e relaxamento são ferramentas poderosas para o gerenciamento do estresse, ao ajudarem a acalmar o sistema nervoso e a reduzir a tensão física e mental. Uma das técnicas mais simples e eficazes é a respiração diafragmática, também conhecida como respiração abdominal. Essa técnica envolve respirar profundamente pelo nariz, permitindo que o abdômen se expanda, e exalar lentamente pela boca. A respiração diafragmática pode ser praticada em qualquer momento de tensão, proporcionando uma sensação imediata de calma.

Outra técnica útil é a respiração 4-7-8, onde se inspira pelo nariz durante 4 segundos, se segura a respiração por 7 segundos e se exala lentamente pela boca durante 8 segundos. Essa prática não só acalma a mente, mas também melhora o foco e a concentração, tornando-a ideal para momentos antes de reuniões ou aulas.

Além das técnicas de respiração, a prática regular de relaxamento muscular progressivo pode ser extremamente benéfica. Essa técnica envolve a tensão e o relaxamento de diferentes grupos musculares do corpo, começando pelos pés e subindo até a cabeça. Ao tensionar e depois relaxar cada grupo muscular, o corpo aprende a reconhecer a diferença entre tensão e relaxamento, ajudando a reduzir a tensão física acumulada.

Assim, a meditação guiada é outra prática que pode ser incorporada à rotina diária dos professores para ajudar a gerenciar o estresse. Existem muitas meditações guiadas disponíveis online que variam em duração e foco, desde práticas rápidas de 5 minutos até sessões mais longas de 30 minutos ou mais. A meditação ajuda a cultivar a atenção plena, permitindo que os professores se conectem ao momento presente e reduzam os pensamentos acelerados que podem contribuir para o estresse.

Assim...

Implementar essas técnicas de respiração e relaxamento na rotina diária pode fazer uma diferença significativa na redução do estresse e na promoção de uma sensação geral de bem-estar. Mesmo dedicando apenas alguns minutos por dia a essas práticas, os professores podem observar melhorias na forma como enfrentam os desafios e mantêm o equilíbrio emocional.

PRÁTICAS DE AUTOCUIDADO

O autocuidado é um componente essencial para a manutenção da saúde mental e física, especialmente para profissionais que, como os professores, dedicam grande parte de suas energias ao cuidado e desenvolvimento dos outros. No contexto educacional, onde as demandas são constantes e as responsabilidades significativas, incorporar práticas de autocuidado na rotina diária é vital para preservar o bem-estar e garantir uma atuação profissional equilibrada. Este capítulo aborda a importância do autocuidado na vida dos professores, oferecendo dicas práticas e orientações para criar um plano de autocuidado eficaz e sustentável.

4.1 A importância do autocuidado na rotina do professor

O autocuidado não é um luxo, mas uma necessidade para os professores que enfrentam desafios contínuos em suas rotinas diárias. Manter-se fisicamente saudável, emocionalmente equilibrado e mentalmente claro são pré-requisitos para desempenhar bem suas funções e lidar com as demandas da sala de aula.

O autocuidado permite que os professores recarreguem suas energias, previnam o esgotamento e estejam melhor equipados para enfrentar o estresse e as dificuldades inerentes à profissão.



Além disso, um professor que pratica o autocuidado regularmente serve como um modelo positivo para seus alunos, mostrando-lhes a importância de cuidar de si.

4.2 Dicas de autocuidado físico, emocional e mental

Para implementar o autocuidado eficazmente, é fundamental abordar os aspectos físicos, emocionais e mentais do bem-estar. No âmbito físico, práticas como a atividade física regular, uma alimentação balanceada e sono adequado são fundamentais.

Caminhadas diárias, alongamentos e exercícios de força podem ser incorporados facilmente na rotina e têm efeitos positivos na saúde geral. No campo emocional, reservar tempo para hobbies, manter uma rede de apoio social e praticar a gratidão são estratégias que promovem um estado emocional saudável. Já para o cuidado mental, atividades como a meditação, a leitura, e a prática do mindfulness ajudam a manter a mente ativa e focada, prevenindo a sobrecarga mental.

4.3 Planejando um plano de autocuidado

Criar um plano de autocuidado personalizado é uma das formas mais eficazes de garantir que as práticas de autocuidado sejam sustentáveis e atendam às necessidades individuais de cada professor. Esse plano deve incluir atividades diárias, semanais e mensais que contemplem as áreas física, emocional e mental. Por exemplo, o plano pode prever a realização de exercícios físicos três vezes por semana, sessões de meditação diárias e encontros semanais com amigos ou familiares.

É importante que o plano seja flexível, permitindo ajustes conforme as necessidades e circunstâncias mudem, que inclua momentos de avaliação para garantir que as práticas estejam realmente contribuindo para o bem-estar do professor.

A criação de um plano de autocuidado deve começar com uma reflexão sobre as áreas da vida que necessitam de mais atenção. Isso pode envolver a identificação de atividades que trazem prazer e relaxamento, bem como a eliminação de hábitos que geram estresse ou desgaste. Além disso, o plano deve incluir estratégias para enfrentar os momentos de maior pressão, como técnicas de respiração e pausas programadas durante o dia, que permitem ao professor recuperar o equilíbrio antes que o estresse se acumule. Ao documentar essas práticas e comprometer-se com elas, os professores podem garantir que o autocuidado se torne uma parte integrada de suas vidas.

Desta forma, é essencial que os professores entendam que o autocuidado não é um ato isolado, mas um processo contínuo. A regularidade e a consistência são fundamentais para que os benefícios do autocuidado sejam plenamente experimentados. Os professores devem ser gentis consigo mesmos, reconhecendo que nem sempre será possível seguir o plano à risca, mas que o importante é persistir e buscar sempre retornar às práticas que promovem seu bem-estar. Ao cultivar o autocuidado como um hábito, os professores estarão não apenas cuidando de si, mas também criando um ambiente mais saudável e positivo para seus alunos e colegas.

EXERCÍCIOS DE MINDFULNESS

Mindfulness, ou atenção plena, é uma prática que vem ganhando destaque por seus efeitos positivos na saúde mental e emocional.

No contexto educacional, onde os professores lidam frequentemente com múltiplas tarefas e pressões, o mindfulness oferece uma maneira eficaz de cultivar a calma, o foco e a resiliência. Este capítulo explora o conceito de mindfulness, seus benefícios, e como os professores podem incorporar práticas diárias de atenção plena em suas rotinas, incluindo meditações guiadas e exercícios específicos para melhorar o bem-estar no ambiente escolar.

5.1 O que é mindfulness e seus benefícios

Mindfulness é a prática de estar totalmente presente e consciente atualmente, sem julgamentos. Trata-se de prestar atenção ao que está acontecendo em nós e ao nosso redor, aceitando os pensamentos e emoções à medida que surgem, sem tentar suprimi-los ou controlá-los. Para os professores, essa prática pode ser particularmente benéfica, ao ajudar a desenvolver uma maior consciência de suas reações emocionais e físicas, permitindo-lhes lidar melhor

com o estresse e a pressão do dia a dia.

Estudos mostram que o mindfulness pode reduzir a ansiedade, melhorar a concentração e promover uma sensação geral de bem-estar. Os benefícios do mindfulness vão além do alívio imediato do estresse.



A prática regular pode levar a mudanças duradouras na maneira como o cérebro responde às situações de pressão, tornando os professores mais resilientes e capazes de enfrentar desafios equilibradamente. Além disso, o mindfulness pode melhorar a qualidade das interações com os alunos, ao permitir que os professores estejam mais presentes e conectados durante as aulas, criando um ambiente de aprendizado mais positivo e acolhedor. A prática também pode contribuir para a melhoria do clima escolar na totalidade, promovendo a empatia e a compreensão mútua.

5.2 Práticas diárias de mindfulness para professores

Incorporar o mindfulness na rotina diária não requer grandes mudanças, mas sim a adoção de pequenas práticas que podem ser realizadas ao longo do dia. Uma das maneiras mais simples de começar é dedicar alguns minutos pela manhã para uma breve prática de respiração consciente. Ao focar na respiração, os professores podem acalmar a mente e estabelecer uma intenção positiva para o dia. Outra prática útil é o "check-in" mental durante o dia, onde o professor para por um momento para se conscientizar de seus pensamentos e emoções, e então retorna ao presente com uma perspectiva renovada.

Outra prática diária é o uso de "âncoras" de mindfulness, que são momentos específicos ao longo do dia onde o professor conscientemente pratica a atenção plena. Isso pode incluir ações simples como beber um copo de água, caminhar de uma sala para outra, ou mesmo interagir com os alunos. O objetivo é trazer a atenção total para a atividade, notando as sensações, pensamentos e emoções que surgem. Essas pequenas pausas podem ajudar a manter o equilíbrio mental e a evitar que o estresse se acumule ao longo do dia.

5.3 *Meditações guiadas e exercícios de atenção plena*

As meditações guiadas são uma excelente ferramenta para aqueles que estão começando a praticar o mindfulness ou para aqueles que desejam aprofundar sua prática. Essas meditações são geralmente curtas e focadas, ajudando os professores a se concentrarem em temas específicos como relaxamento, gratidão ou aceitação. Existem diversas meditações guiadas disponíveis online, que podem ser facilmente acessadas via smartphone ou computador. Reservar 5 a 10 minutos no início ou no final do dia para uma meditação guiada pode fazer uma diferença significativa na qualidade do bem-estar mental.

Além das meditações guiadas, os professores podem experimentar exercícios de atenção plena que podem ser realizados em qualquer lugar, a qualquer momento. Um exemplo é o exercício de "varredura corporal", onde o foco é direcionado para diferentes partes do corpo, observando sensações de tensão ou relaxamento. Este exercício é útil para liberar o estresse acumulado e aumentar a consciência corporal. Outro exercício eficaz é o de "observação dos pensamentos", onde o professor simplesmente observa os pensamentos que surgem, sem se envolver ou julgar, permitindo que eles passem como nuvens no céu.

Incorporar mindfulness na sala de aula também pode beneficiar tanto os professores quanto os alunos. Práticas curtas de mindfulness antes de uma aula ou após uma atividade intensa podem ajudar a acalmar o ambiente e a melhorar a concentração dos alunos. Isso não apenas promove um ambiente mais tranquilo, mas também ensina aos alunos habilidades valiosas de regulação emocional que eles podem usar em suas vidas diárias.

Ao modelar essas práticas, os professores também reforçam sua própria disciplina de mindfulness, criando uma atmosfera de aprendizado positivo.

Os professores que dedicam tempo para a prática regular de mindfulness geralmente relatam uma maior satisfação no trabalho e uma melhor capacidade de gerenciar as pressões diárias. Além disso, o mindfulness pode ajudar a prevenir o esgotamento emocional, promovendo uma atitude mais compassiva em relação a si e aos desafios que enfrentam. Com o tempo, os benefícios do mindfulness se acumulam, criando uma base sólida de bem-estar que sustenta tanto a vida pessoal quanto profissional.

EQUILÍBRIO ENTRE VIDA PESSOAL E PROFISSIONAL

Manter um equilíbrio saudável entre a vida pessoal e profissional é um dos principais desafios enfrentados pelos professores, especialmente aqueles que lidam com as complexidades do Ensino Religioso. A linha tênue entre o trabalho e a vida pessoal pode, muitas vezes, se desfazer, levando ao esgotamento e à insatisfação. Este capítulo explora a importância desse equilíbrio para o bem-estar geral, oferecendo dicas para estabelecer limites saudáveis e ferramentas para gerenciar o tempo de maneira eficaz, garantindo que os professores possam dedicar tempo de qualidade tanto ao trabalho quanto à vida fora dele.

6.1 A importância do equilíbrio para o bem-estar

O equilíbrio entre vida pessoal e profissional é fundamental para o bem-estar geral dos professores. Quando o trabalho invade o espaço pessoal, os níveis de estresse podem aumentar, afetando negativamente a saúde mental, emocional e física. Por outro lado, um bom equilíbrio permite que os professores recarreguem suas energias, mantenham relacionamentos saudáveis e abordem suas responsabilidades profissionais com mais clareza e entusiasmo.



Esse equilíbrio é crucial não apenas para a satisfação no trabalho, mas também para o desenvolvimento de uma vida pessoal rica e significativa.

Além de promover o bem-estar individual, o equilíbrio entre vida pessoal e profissional também impacta positivamente o ambiente escolar. Professores que conseguem equilibrar suas responsabilidades têm mais energia e paciência para interagir com os alunos e colegas de trabalho. Isso se traduz em um ambiente de aprendizagem mais positivo, onde o estresse e a sobrecarga são minimizados, beneficiando todos os envolvidos. Portanto, investir no equilíbrio é investir na qualidade de vida e na eficácia profissional.

6.2 Dicas para estabelecer limites saudáveis

Estabelecer limites saudáveis entre a vida pessoal e profissional é essencial para evitar que o trabalho consuma todo o tempo e a energia dos professores. Uma das primeiras etapas para estabelecer esses limites é definir horários claros para começar e terminar o trabalho, esforçando conscientemente para respeitar esses horários. Isso inclui resistir à tentação de responder a e-mails ou mensagens de trabalho fora do expediente, a menos que seja absolutamente necessário. Reservar um tempo para desligar completamente do trabalho é crucial para recarregar as energias e manter a saúde mental em dia.

Outra estratégia eficaz para estabelecer limites é comunicar essas expectativas claramente aos colegas, alunos e até mesmo à família. Deixar claro quais são os momentos destinados ao trabalho e quais são reservados para o tempo pessoal ajuda a criar um ambiente onde esses limites são respeitados.

Além disso, é importante aprender a dizer "não" quando as demandas excedem a capacidade de resposta sem comprometer o bem-estar. Estabelecer esses limites pode ser difícil no início, mas é uma habilidade essencial para manter o equilíbrio e a saúde a longo prazo.

6.3 Ferramentas para gerenciar o tempo eficazmente

Certificado pelo Programa de Pós-Graduação Profissional da Faculdade de Vitória – 20/09/2024.

Gerenciar o tempo eficazmente é uma das chaves para manter o equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Uma ferramenta poderosa nesse sentido é o uso de agendas e listas de tarefas, que ajudam os professores a organizar suas atividades diárias e a priorizar o que é realmente importante. Ao planejar a semana com antecedência, é possível distribuir as tarefas de maneira mais equilibrada, evitando a sobrecarga em determinados dias e garantindo que haja tempo suficiente para o descanso e o lazer.

Outra ferramenta útil é a técnica de "time blocking" ou bloqueio de tempo, onde blocos específicos de tempo são reservados para tarefas específicas, como planejamento de aulas, correção de trabalhos ou reuniões. Essa técnica ajuda a evitar a procrastinação e garante que o tempo seja usado de maneira mais produtiva. Além disso, reservar blocos de tempo para pausas e atividades pessoais é essencial para manter a mente fresca e evitar o esgotamento. Ao usar essas ferramentas, os professores podem melhorar sua gestão do tempo e, consequentemente, manter um equilíbrio saudável entre suas responsabilidades profissionais e pessoais.

Para manter a saúde mental e emocional em dia, é importante que os professores de Ensino Religioso tenham acesso a uma variedade de recursos que possam apoiá-los em sua jornada. Este capítulo apresenta uma lista de recursos adicionais, incluindo onde encontrar apoio psicológico e emocional, além de sugestões de leituras recomendadas e aplicativos úteis. Esses recursos foram selecionados para fornecer suporte contínuo e prático, ajudando os professores a manter o equilíbrio e a resiliência necessários para enfrentar os desafios diários.

7.1 Onde encontrar apoio psicológico e emocional

O apoio psicológico e emocional é fundamental para os professores que enfrentam desafios contínuos em seu ambiente de trabalho. Existem diversos serviços disponíveis, como psicólogos e terapeutas especializados em lidar com as demandas emocionais de educadores. Esses profissionais podem ser encontrados por meio de planos de saúde, serviços públicos de saúde mental, ou através de redes privadas.

Além disso, muitas escolas oferecem programas de assistência ao empregado (PAE), que pode incluir acesso a aconselhamento psicológico e outros recursos de apoio emocional.



Outra forma importante de apoio emocional vem da construção de uma rede de suporte entre colegas de trabalho. Participar de grupos de discussão, seja presencialmente ou online, pode fornecer um espaço seguro para compartilhar experiências, desabafar e receber conselhos. O apoio mútuo entre colegas que entendem as especificidades do ensino religioso pode ser extremamente benéfico. Além disso, buscar orientação em associações de classe ou grupos profissionais pode conectar os professores a recursos adicionais e oportunidades de desenvolvimento profissional voltadas para a saúde mental.

7.2 Leituras recomendadas e aplicativos úteis

Leituras específicas sobre saúde mental, educação e autocuidado podem fornecer insights valiosos e estratégias adicionais para os professores. Livros como "O Poder do Agora" de Eckhart Tolle, que aborda a importância da atenção plena, ou "A Coragem de Ser Imperfeito" de Brené Brown, que explora a vulnerabilidade e o autocuidado, são excelentes pontos de partida. Outros títulos, como "Educação Emocional" de Marc Brackett, focam diretamente nas necessidades emocionais dos educadores, oferecendo técnicas práticas para incorporar no dia a dia escolar.

Além das leituras, os aplicativos móveis podem ser ferramentas poderosas para ajudar os professores a gerenciar o estresse e manter a saúde mental. Aplicativos como "Headspace" e "Calm" oferecem meditações guiadas, práticas de mindfulness e exercícios de respiração, todos facilmente acessíveis no smartphone. "Trello" e "Todoist" são aplicativos de gerenciamento de tarefas que podem ajudar a organizar o tempo e reduzir a sobrecarga mental. Integrar esses aplicativos à rotina diária pode facilitar o acompanhamento de práticas de autocuidado e melhorar a qualidade de vida dos professores.

CONCLUSÃO

Ao longo deste guia, exploramos diversas estratégias e recursos para apoiar a saúde mental dos professores de Ensino Religioso, reconhecendo a importância desse tema para o bem-estar e a eficácia profissional desses educadores. Iniciamos com uma compreensão aprofundada sobre o que é a saúde mental e como ela impacta diretamente o dia a dia dos professores. Discutimos técnicas de gerenciamento do estresse, práticas de autocuidado, exercícios de mindfulness e a importância do equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Além disso, oferecemos recursos adicionais que podem ser utilizados para manter uma prática contínua de autocuidado e desenvolvimento emocional.

Revisitando os principais pontos, destacamos a necessidade de os professores identificarem as fontes de estresse em seu ambiente de trabalho e aplicarem estratégias eficazes para gerenciá-lo. O autocuidado foi enfatizado como um componente crucial para a manutenção da saúde física, emocional e mental, com dicas práticas que podem ser facilmente incorporadas ao cotidiano dos educadores. A prática de mindfulness foi apresentada como uma ferramenta poderosa para cultivar a atenção plena e a resiliência, enquanto o equilíbrio entre vida pessoal e profissional foi abordado como um fator essencial para a qualidade de vida e o desempenho no trabalho.

Na seção de recursos adicionais, fornecemos orientações sobre onde encontrar apoio psicológico e emocional, bem como sugestões de leituras e aplicativos que podem auxiliar os professores em sua jornada de autocuidado.

Esses recursos foram cuidadosamente selecionados para oferecer suporte contínuo, permitindo que os professores mantenham uma prática regular e eficaz de cuidado com sua saúde mental. Ao longo do guia, a mensagem foi clara: cuidar da saúde mental é um processo contínuo e vital para o sucesso pessoal e profissional.

Como mensagem final, é importante lembrar que o autocuidado e a saúde mental não são objetivos que se alcançam de uma vez, mas práticas contínuas que requerem atenção e compromisso. Os desafios do ensino religioso podem ser intensos, mas com as ferramentas e estratégias adequadas, os professores podem enfrentar esses desafios de forma mais equilibrada e saudável. O incentivo é para cada professor adotar essas práticas de maneira gradual e consistente, construindo uma rotina que sustente sua saúde mental ao longo do tempo.

Assim...

Este guia foi elaborado para servir como um recurso prático e acessível para os professores de Ensino Religioso, oferecendo suporte em sua jornada de autocuidado e promoção da saúde mental. Esperamos que as informações e estratégias aqui apresentadas sejam úteis e que incentivem os professores a cuidar de si com a mesma dedicação com que cuidam de seus alunos. A prática contínua de autocuidado não só beneficia o professor individualmente, mas também contribui para a criação de um ambiente escolar mais positivo e acolhedor para todos.

PERGUNTAS

1. A prática regular de mindfulness pode ajudar os professores a reduzir o estresse e melhorar sua concentração?

() Sim () Não

2. Estabelecer limites claros entre vida pessoal e profissional sempre garante o bem-estar dos professores?

() Sim () Não

3. Técnicas de gerenciamento do tempo, como o "time blocking", são eficazes para evitar a sobrecarga de trabalho?

() Sim () Não

4. Reservar tempo para atividades pessoais e de lazer é algo que todos os professores conseguem fazer facilmente?

() Sim () Não

5. Professores que praticam o autocuidado regularmente tendem a ter maior satisfação no trabalho e melhor desempenho?

() Sim () Não

6. Participar de grupos de apoio e discutir desafios profissionais com colegas sempre ajuda na saúde emocional dos professores?

() Sim () Não

7. Práticas de respiração e relaxamento podem ser incorporadas facilmente na rotina diária dos professores?

() Sim () Não

8. Meditações guiadas são uma ferramenta útil para professores que desejam começar a praticar mindfulness?

() Sim () Não

9. Todos os professores acham fácil manter um equilíbrio saudável entre sua vida pessoal e profissional?

() Sim () Não

10. Ferramentas de gerenciamento do tempo, como agendas e listas de tarefas, são eficazes para organizar a rotina dos professores?

() Sim () Não

Certificado pelo Programa de Pós-Graduação Profissional da Faculdade Unida de Vitória – 20/09/2024.

