

O PAPEL DA PSICOLOGIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS EDUCADORES

THE ROLE OF PSYCHOLOGY IN PROMOTING THE MENTAL HEALTH OF
EDUCATORS

Ciências Sociais Aplicadas, Ciências da Saúde • 10/09/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/789008909](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/789008909)

Benivaldo Aparecido de Almeida

Marcus Vinicius Sousa Correia

RESUMO

O presente estudo aborda a saúde mental de professores no contexto educacional contemporâneo, destacando o papel da psicologia escolar na promoção do bem-estar docente. Parte-se do reconhecimento de que a docência constitui fatores estressores que podem comprometer bastante a saúde física e psicológica dos educadores. Nesse cenário, compreender os desafios enfrentados por esses profissionais torna-se importante para o desenvolvimento de boas estratégias de intervenção. Metodologicamente, trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter descritivo, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica. O levantamento foi realizado em bases de dados como Scielo, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, considerando produções publicadas entre 2021 e 2026. A análise dos dados fundamentou-se na técnica de análise de conteúdo, permitindo a organização e interpretação dos achados em categorias temáticas. Os resultados demonstram que fatores como sobrecarga de trabalho, precarização das condições trabalhistas, exigências institucionais e fragilidade nas relações interpessoais impactam negativamente a saúde mental dos docentes. Por outro lado, estratégias como práticas interdisciplinares, apoio institucional e a atuação do psicólogo escolar mostram-se relevantes na causa do bem-estar. Conclui-se que a relação entre psicologia e educação é fundamental para a construção de melhores ambientes escolares, contribuindo para a melhoria da qualidade do ensino.

Palavras-chave: Saúde Mental; Professores; Psicologia; Escola; Burnout; Intervenção.

ABSTRACT

The present study addresses the mental health of teachers in the contemporary educational context, highlighting the role of school psychology in promoting teacher well-being. It is based on the

recognition that teaching is stress factors that can significantly affect the physical and psychological health of educators. In this scenario, understanding the challenges faced by these professionals becomes essential for the development of effective intervention strategies. Methodologically, this is a qualitative, descriptive study developed through a bibliographic review. The literature search was conducted in databases such as Scielo, PubMed, LILACS, and Google Scholar, considering publications from 2021 to 2026. Data analysis was based on the content analysis technique, allowing the organization and interpretation of findings into thematic categories. The results show that factors such as work overload, precarious working conditions, institutional demands, and fragile interpersonal relationships negatively impact teachers' mental health. On the other hand, strategies such as interdisciplinary practices, institutional support, and the work of school psychologists prove to be relevant in promoting well-being. It is concluded that the relationship between psychology and education is fundamental for building better school environments, contributing to the improvement of teaching quality.

Keywords: Mental Health; Teachers; Psychology; School; Burnout; Intervention.

1. INTRODUÇÃO

Ser professor é assumir uma das funções mais complexas no processo de formação de uma sociedade, considerando-se que, juntamente com a família, cabe a esse profissional a responsabilidade de orientar crianças, jovens e adultos a desenvolverem estratégias para compreender, questionar e reconstruir o conhecimento histórico acumulado pela humanidade, propondo a criação de novas tecnologias, novas formas de pensar,

ser e conviver, respeitando, evidentemente, o grau e nível de ensino em que atua (Santos *et al.*, 2024).

Considerando-se que o objeto da educação envolve, por um lado, a identificação dos elementos culturais que devem ser apropriados pelos indivíduos para sua formação humana e, por outro, a busca por métodos mais adequados para alcançar esse propósito, infere-se que, no exercício de sua função essencial, mediar a aprendizagem dos estudantes para que adquiram o conhecimento sistematizado, distinguindo-o do saber popular e de outras formas de conhecimento o professor atua diretamente na realidade e, ao mesmo tempo, tem sua prática influenciada pelos condicionantes culturais, sociais, políticos e econômicos desse contexto (Vieira *et al.*, 2025).

Articular tais condicionantes pode constituir um desafio significativo para o professor, uma vez que envolvem, entre outros aspectos, ideologias, crenças e condições de trabalho estabelecidas pela instituição escolar, que nem sempre coincidem com os princípios do docente. Nesse sentido, o trabalho cumpre sua função psicológica apenas quando possibilita ao sujeito inserir-se em um meio social cujas normas lhe permitam atuar de forma significativa. Assim, é evidente que a docência é uma atividade permeada por desafios e responsabilidades que, quando não gerenciados adequadamente, podem comprometer a saúde mental do professor (Soares, 2022).

Nesse sentido, sabendo que esses fatores podem estar diretamente associados aos modos de organização do trabalho nas instituições, percebe-se que a sobrecarga trabalhista, aliada à negligência frente a determinados sinais e sintomas apresentados pelos indivíduos em decorrência das atividades profissionais, pode configurar-se, muitas

vezes, como fator de risco para a saúde integral. Diante disso, destaca-se a importância de compreender esses ambientes como espaços efetivos de promoção da saúde em sentido ampliado, considerando que podem contribuir bastante para o bem-estar e a saúde mental dos educadores.

Nessa perspectiva, uma escola promotora de saúde é aquela que busca favorecer um ambiente e práticas saudáveis. Nesse espaço, os sujeitos reconhecem-se como corresponsáveis pelo desenvolvimento dos processos institucionais, sendo estimulados a aumentar a compreensão sobre o conceito de saúde, incorporando temáticas relevantes para a comunidade escolar. Dessa forma, observa-se que a escola, ao atuar sob essa abordagem, passa a constituir-se como um espaço capaz de causar transformações conceituais e metodológicas, associando à perspectiva do acesso ao campo da saúde. Diante desse contexto, formula-se o seguinte problema de pesquisa: como a atuação do psicólogo escolar pode contribuir para a promoção da saúde mental dos professores no contexto educacional contemporâneo, considerando os fatores de risco presentes no ambiente escolar e as estratégias de intervenção psicossocial?

A justificativa deste estudo fundamenta-se pela crescente relevância da saúde mental dos professores no cenário educacional, principalmente diante do aumento dos índices de estresse, ansiedade e síndrome de Burnout¹ entre esses profissionais. A docência, reconhecida como uma atividade complexa e de grande responsabilidade social, tem sido impactada por mudanças estruturais, sociais e institucionais que intensificam as exigências sobre o trabalho docente, comprometendo o bem-estar físico e psicológico dos educadores.

O presente estudo tem como objetivo geral refletir sobre o papel da psicologia na promoção da saúde mental dos educadores. Como objetivos específicos, busca-se observar os fatores de risco e de proteção relacionados à saúde mental dos professores, bem como verificar a percepção dos educadores acerca de suas necessidades emocionais no contexto escolar. Além disso, pretende-se analisar diferentes abordagens sobre a saúde mental docente no ambiente educacional, considerando as práticas e intervenções que contribuem para o bem-estar desses profissionais.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Atuação da Psicologia Escolar

A historicidade da Psicologia Escolar revela que, durante muitos anos, sua atuação foi orientada por intervenções adaptativas, normativas e naturalizadoras, perspectivas que perpetuavam as origens e expressões do fracasso e das dificuldades escolares atribuídas, prioritariamente e quase exclusivamente, aos estudantes. A superação dessas concepções ocorreu com a emergência de debates acerca da necessidade de construção de um referencial teórico capaz de orientar a prática do psicólogo escolar sob uma perspectiva crítica, considerando as dimensões individuais, sociais e históricas do processo educativo. O fato de a Psicologia Escolar ter convertido seu objeto de atuação em objeto de investigação ampliou seu campo de intervenção no contexto educacional (Lima *et al.*, 2025).

Alguns estudos que discutem as possibilidades de intervenção desse profissional contribuíram para consolidar a escola e outros espaços sociais como campos tanto de pesquisa quanto de atuação

da Psicologia. Nessa linha de raciocínio, compreende-se que o objeto e a prática da Psicologia Escolar consistem no encontro entre o sujeito humano e a educação, permitindo inferir que a atuação do psicólogo deixa de estar centrada exclusivamente no estudante, passando a considerar o fenômeno educacional como resultado das relações estabelecidas no interior da escola ou em instituições vinculadas ao campo educacional (Araújo, 2025).

Acrescenta-se que, entre as funções desse profissional, destaca-se o objetivo de contribuir para a promoção do ensino e da aprendizagem, considerando as demandas dos sujeitos envolvidos nessa relação. O papel do psicólogo escolar fundamenta-se na compreensão da subjetividade e das interações interpessoais no ambiente escolar, bem como na causa de reflexões junto aos docentes e demais profissionais da educação acerca de suas práticas pedagógicas. Evidenciam-se, portanto, as razões pelas quais a Psicologia se configura como um dos pilares fundamentais da educação e da prática pedagógica (Vieira *et al.*, 2025).

As discussões teóricas desenvolvidas nessa área auxiliam pesquisadores na análise dos diversos fatores que associam o processo educativo, fomentando diversas reflexões acerca da identidade dos profissionais que compõem a equipe escolar, afastando-se do paradigma tradicional em que o aluno era considerado o único protagonista. A construção de uma prática psicológica diante da queixa escolar deve considerar como aspectos essenciais: a demanda educacional como ponto inicial de uma ação compartilhada no ambiente escolar; o trabalho colaborativo entre todos os segmentos do processo educativo; o fortalecimento da atuação do professor; e a análise coletiva dos diferentes discursos

presentes na instituição, buscando o enfrentamento dos desafios produzidos pelas demandas educacionais (Oliveira *et al.*, 2024).

Procedimentos semelhantes são adotados em situações que envolvem estudantes e, em determinados casos, também suas famílias, principalmente quando questões de saúde mental impactam o desenvolvimento cognitivo do aluno. Dessa maneira, pode-se afirmar que o espaço educativo passa a ser compreendido como o foco de cuidado do psicólogo educacional. Assim, com o intuito de aprofundar a compreensão dessa atribuição, a próxima seção dedica-se aos fundamentos da Psicologia que abordam a relação entre trabalho e fatores estressores e/ou ansiogênicos no ambiente de trabalho.

2.2. Psicologia e Educação

A transdisciplinaridade, cada vez mais discutida no campo educacional, refere-se à relação entre saberes escolares e conhecimentos da vida cotidiana. A cooperação entre psicólogos e educadores possibilita estratégias pedagógicas mais inclusivas, que consideram as necessidades emocionais e cognitivas dos estudantes, favorecendo aprendizagens relevantes. Além disso, essa perspectiva fortalece o trabalho coletivo e promove a articulação entre diferentes áreas do conhecimento, contribuindo para a formação dos alunos e para uma educação mais ampla (Ferreira *et al.*, 2025).

Nesse contexto, a transdisciplinaridade entre educação e psicologia destaca-se como uma abordagem promissora diante dos desafios da escola contemporânea, ao propor uma relação profunda entre saberes que considera a complexidade do desenvolvimento

humano. A atuação conjunta entre psicólogos e educadores possibilita práticas inovadoras, como projetos que associam conceitos de atenção e memória às metodologias de ensino, beneficiando estudantes com dificuldades específicas (Batista, 2023).

Pesquisas como a de Carvalho (2025) do instituto psicologia escolar indicam que instituições que adotam essa abordagem alcançam avanços significativos no processo de aprendizagem, principalmente entre alunos com baixo desempenho. Nesse cenário, o psicólogo escolar assume um papel fundamental como mediador entre os conhecimentos da psicologia do desenvolvimento e as práticas pedagógicas, auxiliando os docentes na adaptação de suas estratégias às necessidades cognitivas e emocionais dos estudantes (Silva, 2022).

A consolidação de um trabalho transdisciplinar exige a superação da tradição escolar marcada pela fragmentação disciplinar, que dificulta o diálogo entre profissionais. Para enfrentar esse desafio, algumas instituições têm criado espaços de planejamento coletivo, nos quais psicólogos e educadores analisam, sob múltiplas perspectivas, questões como motivação e comportamento, elaborando intervenções mais consistentes. A formação também se revela importante, principalmente quando reúne professores e psicólogos em atividades associadas de estudo e reflexão, causando uma linguagem comum e objetivos compartilhados (Mendes *et al.*, 2023).

Essa construção colaborativa fortalece práticas educacionais alinhadas à complexidade do desenvolvimento humano e, simultaneamente, contribui para a promoção da saúde no ambiente

escolar, ao oferecer respostas mais inclusivas às demandas emocionais, sociais e cognitivas dos estudantes, sobretudo em contextos de vulnerabilidade (Vieira *et al.*, 2025).

Experiências bem-sucedidas em diferentes contextos evidenciam que, quando esses fatores estão presentes, os resultados podem ser transformadores, originando ambientes educacionais mais acolhedores, eficientes e adaptados às complexas demandas do século XXI. O grande desafio para os sistemas educacionais consiste, portanto, em criar as condições necessárias para que essa relação entre psicologia e educação se amplie, beneficiando um número cada vez maior de estudantes e profissionais da educação.

2.3. Educadores e Gestores Sobre o Olhar do Psicólogo

A percepção de educadores e gestores acerca do trabalho desenvolvido pelo psicólogo escolar é fundamental para a implementação efetiva dos serviços psicológicos nas instituições de ensino. Essa compreensão pode variar e ser influenciada por diversos fatores, como a formação acadêmica, as experiências prévias de cada indivíduo e o entendimento sobre a função do psicólogo na organização (Carvalho, 2025).

Torna-se relevante investigar se educadores e gestores reconhecem esse profissional como um recurso indispensável ou se o consideram apenas uma exigência normativa ou decorrente de pressões da categoria profissional por ampliação de espaço de atuação. A partir dessa análise, é possível identificar obstáculos e desafios que precisam ser superados para que o psicólogo se associe plenamente ao contexto escolar (Escárate, 2025).

A compreensão das percepções de educadores e gestores sobre a atuação do psicólogo escolar constitui um elemento essencial para a consolidação desse profissional no ambiente educacional. Estudos recentes demonstram que essas percepções variam significativamente conforme fatores como a vivência anterior com psicólogos, a formação inicial dos docentes e a cultura institucional de cada escola. Identificam-se, de modo geral, três formas predominantes de percepção: a visão do psicólogo como colaborador pedagógico, como especialista voltado a problemas individuais e como um recurso administrativo exigido por regulamentação. Essas diferentes concepções influenciam diretamente a maneira como os educadores interagem com o profissional e utilizam seus serviços, criando possibilidades ou entraves para uma boa atuação (Sepulveda, 2025).

Entre os gestores escolares, as percepções sobre o psicólogo frequentemente refletem concepções mais amplas acerca do papel da escola na sociedade contemporânea. Diretores que compreendem a instituição como um espaço de formação tendem a valorizar a contribuição da psicologia, incorporando-a ao projeto político-pedagógico (Carneiro *et al.*, 2025).

Em contrapartida, gestores com uma visão mais tradicional, centrada exclusivamente no desempenho acadêmico, costumam subaproveitar o potencial desse profissional, restringindo sua atuação a casos pontuais de estudantes com dificuldades. Evidências indicam que gestores que participaram de formações conjuntas com psicólogos demonstram maior capacidade de relacionar essa atuação às metas institucionais, sugerindo que a falta de familiaridade com o campo da psicologia escolar pode limitar a compreensão de suas possibilidades (Oliveira, 2024).

Entre os professores, as percepções são fortemente influenciadas pelas experiências práticas de interação com o psicólogo escolar. Docentes que participaram de processos de orientação psicológica no planejamento de atividades adaptadas ou na mediação de conflitos em sala de aula tendem a valorizar mais essa parceria (Muniz, 2022).

No entanto, ainda persiste entre parte dos educadores uma concepção reducionista, que associa o psicólogo exclusivamente ao atendimento clínico individual, desconsiderando seu potencial para ações preventivas e institucionais. Essa visão limitada frequentemente gera expectativas inadequadas, como a solicitação de diagnósticos rápidos ou soluções imediatas para questões complexas de aprendizagem (Santos *et al.*, 2025).

As percepções dos coordenadores pedagógicos também merecem destaque, devido à sua posição estratégica na mediação entre o psicólogo e os demais profissionais da escola. Pesquisas indicam que, quando esses coordenadores compreendem e valorizam a atuação psicológica, tornam-se agentes multiplicadores dessa compreensão junto ao corpo docente (Wessel, 2023).

Contudo, ainda é comum a reprodução de uma divisão rígida de atribuições, na qual questões pedagógicas são tratadas separadamente das questões psicológicas. Essa fragmentação constitui um dos principais entraves para a relação efetiva do psicólogo na equipe escolar, exigindo esforços para a construção de uma linguagem compartilhada e de objetivos comuns (Neves, 2025).

Os profissionais administrativos e operacionais da escola, frequentemente negligenciados nesse tipo de análise, também

desenvolvem percepções relevantes sobre o trabalho do psicólogo. Como participantes ativos do cotidiano escolar, inspetores, secretários e auxiliares mantêm contato direto com os alunos em situações informais, podendo contribuir significativamente para o trabalho psicológico (Silva, 2025).

Quando incluídos em processos formativos e em discussões sobre desenvolvimento humano, esses profissionais passam a atuar como observadores atentos e agentes preventivos de conflitos. Esse aumento da compreensão sobre quem compõe a comunidade escolar é fundamental para uma atuação psicológica verdadeiramente correta (Lima *et al.*, 2025).

As resistências e dificuldades identificadas nas percepções dos diferentes atores escolares frequentemente refletem em maiores desafios estruturais. A rotatividade de psicólogos nas redes públicas, a falta de espaços institucionais destinados ao planejamento coletivo e a falta de recursos de apoio são fatores que dificultam a construção de percepções positivas e consistentes sobre a atuação psicológica. Evidências apontam que instituições com melhores condições de trabalho, como carga horária adequada e infraestrutura apropriada, apresentam maior relação do psicólogo à equipe escolar, indicando que aspectos organizacionais influenciam diretamente a forma como esse profissional é percebido e utilizado (Santos *et al.*, 2024).

A superação de percepções limitadas ou distorcidas acerca do papel do psicólogo escolar requer a adoção de estratégias diversificadas. Experiências bem-sucedidas em diferentes redes de ensino destaca as ações como: a observação direta das práticas do psicólogo no cotidiano escolar; a realização de grupos de discussão baseados em

casos concretos, analisados sob diversas perspectivas; e o desenvolvimento de projetos colaborativos que envolvam psicólogos e educadores no planejamento e na avaliação conjunta de intervenções. Tais iniciativas têm se mostrado principalmente muito boa para transformar visões inicialmente restritas em compreensões mais extensas e associadas sobre a atuação da psicologia no contexto educacional.

2.4. Estresse no Ambiente de Trabalho

Para que se obtenha uma compreensão mais ampla acerca dos objetos de estudo da pesquisa, faz-se necessário entender o que é considerado trabalho, uma vez que este apresenta múltiplas dimensões. O trabalho pode ser compreendido como uma categoria ontológica e, ao mesmo tempo, como elemento de subordinação às estruturas econômicas. Discute-se, ainda, sua relevância para a distinção do ser humano em relação às demais espécies, principalmente pela capacidade de planejar e executar atividades com objetivos previamente definidos, o que também permite diferenciar a sociedade do ambiente natural. Nesse sentido, entende-se que, ao mesmo tempo em que o ser humano produz o trabalho, também é por ele constituído (Araújo, 2025).

Outra abordagem compreende o trabalho como uma das atividades fundamentais que orientam a ação humana, assumindo diferentes significados ao longo da história: como esforço voltado à sobrevivência, como produção de bens e como ação social. Assim, é possível compreender o trabalho como um elemento essencial para a manutenção da vida saudável, na medida em que garante meios de subsistência ao trabalhador e à sua família, ao mesmo tempo em

que possibilita a produção de bens e serviços e a expressão da individualidade e da convivência social (Oliveira *et al.*, 2024).

Diante disso, o trabalho pode ser entendido como qualquer atividade profissional, remunerada ou não, realizada com determinada finalidade. Em sua pluralidade conceitual, ao mesmo tempo em que gera riqueza, pode também ser instrumento de exploração, sendo capaz de proporcionar sentimentos de conquista, satisfação e realização pessoal, bem como, em sentido oposto, frustração e sofrimento. Dessa forma, possui elevada relevância no que se refere à autorrealização do indivíduo, à construção de sua subjetividade, à sua sociabilidade e à sua identidade (Lemos *et al.*, 2025).

É evidente, portanto, que o trabalho possui implicações diretas para a integridade física, psíquica e social do indivíduo. Enquanto atividade produtiva inerente ao ser humano, pode contribuir para a promoção da saúde; contudo, quando desenvolvido em condições inadequadas e com ausência de oportunidades de crescimento profissional, pode favorecer o adoecimento (Félix *et al.*, 2024).

Sob essa perspectiva, percebe-se que o trabalho está intrinsecamente relacionado à vida de quem o exerce, podendo resultar em fatores estressores, a depender do próprio trabalhador, das funções desempenhadas, do clima organizacional, do ambiente de trabalho e de outras condições de produção. Nesse contexto, insere-se o conceito de estresse, amplamente investigado nas áreas de Administração e Psicologia, por seus efeitos sobre a saúde mental e o condicionamento físico, impactando diretamente a qualidade de vida e o rendimento do indivíduo. O estresse pode ser

compreendido como uma relação entre a pessoa e o ambiente em que está inserida (Mattos Martins *et al.*, 2024).

A partir dessa concepção, entende-se que o estresse psicológico corresponde a uma relação específica entre o indivíduo e o meio, avaliada como ameaçadora ao seu bem-estar e superior à sua capacidade de enfrentamento. Desse modo, o estresse relacionado ao trabalho decorre da percepção que o trabalhador possui acerca das demandas do ambiente trabalhista e da sensação de insuficiência de recursos para enfrentá-las, afetando seu equilíbrio e qualidade de vida (Ferreira *et al.*, 2025).

Isso implica afirmar que os fatores estressores variam conforme cada indivíduo, além das condições gerais de tensão presentes em determinados ambientes profissionais. A identificação dessas características pode ser realizada a partir de dois conceitos fundamentais: a avaliação cognitiva e o enfrentamento. O primeiro refere-se ao processo de análise que determina se determinada situação é percebida como estressante; o segundo diz respeito à capacidade do indivíduo de lidar com as exigências e com as emoções decorrentes dessas situações (Mendes *et al.*, 2023).

Além disso, existem fatores gerais relacionados à dinâmica do ambiente de trabalho que podem desencadear estresse, como ruídos, aglomeração de pessoas, iluminação inadequada, temperatura e qualidade do ar. Em função disso, a saúde mental dos trabalhadores influencia diretamente o planejamento dos espaços laborais, incluindo aspectos de arquitetura e ergonomia. O conforto psicológico está associado ao senso de territorialidade, tanto individual quanto coletivo, abrangendo também percepções de privacidade, reconhecimento social e controle sobre o ambiente.

Outro aspecto relevante refere-se à presença de elementos naturais no ambiente de trabalho, os quais contribuem para o bem-estar, uma vez que a ausência de contato com a natureza pode intensificar os níveis de estresse (Silva, 2022).

A qualidade das relações interpessoais também se configura como fator determinante para a saúde mental no trabalho. Relações que não favorecem a sinceridade, que limitam a expressão de opiniões divergentes, que não incentivam a cooperação e o apoio mútuo, que desvalorizam o trabalho realizado ou que se estruturam em hierarquias rígidas tendem a gerar sentimentos negativos, como irritação, insegurança, competitividade excessiva, baixa autoestima e frustração, resultando em bastante mal-estar (Lemos *et al.*, 2025).

Destaca-se que o envolvimento emocional dos indivíduos no trabalho reflete diretamente na construção e manutenção das relações humanas nesse contexto, gerando consequências não apenas nas relações internas das organizações, mas também nas interações sociais externas (Vieira *et al.*, 2025).

Dados apontam que uma parcela significativa da população mundial vivencia situações de estresse, sendo este considerado um problema de grande magnitude. No contexto brasileiro, observa-se um elevado percentual de trabalhadores que apresentam efeitos decorrentes do estresse, incluindo a síndrome de Burnout, caracterizada como esgotamento profissional. Essa condição pode ser compreendida como uma resposta prolongada a situações de estresse intenso no cotidiano, manifestando-se por meio de exaustão física e mental (Cruz Pereira *et al.*, 2025).

A síndrome de Burnout torna o indivíduo mais suscetível a transtornos como a depressão, além de impactar negativamente sua autoestima e seu desempenho profissional. Essa condição desenvolve-se a partir de três dimensões principais: exaustão emocional, distanciamento em relação ao trabalho e sensação de ineficácia profissional (Escárte, 2025).

No caso específico do trabalho docente, a atividade de ensinar é frequentemente considerada altamente estressante, em razão das condições do ambiente e das exigências da profissão, o que pode comprometer tanto o desempenho quanto o bem-estar físico e psicológico do professor. Entre os fatores de tensão, destacam-se salas de aula superlotadas, indisciplina discente, carga horária elevada, exigências burocráticas e acúmulo de tarefas (Santos *et al.*, 2024).

Diante desse cenário, observa-se que o estresse ocupacional afeta não apenas a vida dos professores, mas também a dos estudantes e das instituições de ensino. Os docentes apresentam elevada probabilidade de desenvolver consequências mais graves, como o esgotamento profissional, podendo, em determinadas situações, ficar impossibilitados de exercer suas funções.

2.5. A Saúde Mental dos Educadores

Estudos e investigações recentes destacam o aumento do adoecimento de professores no contexto das escolas públicas. O crescimento das exigências e pressões na profissão docente tem conduzido a índices preocupantes de esgotamento e problemas relacionados à saúde mental. Compreender esses desafios e propor estratégias voltadas à promoção do bem-estar psicológico é

fundamental para aprimorar tanto a qualidade do ensino quanto o ambiente de trabalho dos educadores (Carneiro *et al.*, 2025).

A literatura demonstra de forma consistente que a intensificação da exploração e a precarização das condições laborais têm ocasionado sérios prejuízos à saúde de professores e de outros trabalhadores. Observa-se, nas últimas décadas, um aumento significativo do adoecimento entre docentes, sendo o sofrimento psíquico uma das manifestações mais recorrentes, diretamente relacionado às novas condições de trabalho (Santos *et al.*, 2025).

Essas análises chamam a atenção para o expressivo crescimento do adoecimento docente, principalmente nas instituições públicas de ensino. Tal cenário reflete uma realidade na qual as demandas e pressões sobre a atividade docente atingiram níveis críticos. O desafio central consiste em compreender os fatores que contribuem para essa situação e suas implicações para o bem-estar dos profissionais da educação (Soares, 2022).

A precariedade das condições de trabalho e a intensificação da exploração configuram-se como elementos determinantes no declínio da saúde dos professores. Essa realidade pode estar associada a jornadas excessivas, carência de recursos pedagógicos adequados, remuneração insatisfatória e exigências crescentes por desempenho. Como consequência, observa-se um impacto negativo significativo na saúde mental, comprometendo a qualidade de vida desses profissionais (Cruz Pereira *et al.*, 2025).

Dados apontam que uma parcela considerável da população trabalhadora mundial apresenta algum tipo de transtorno mental. No Brasil, os distúrbios psíquicos figuram entre as principais causas

de afastamento do trabalho, com concessão de benefícios previdenciários por incapacidade trabalhista. Esse cenário evidencia uma preocupação relevante com a saúde mental dos trabalhadores em escala global e com os efeitos negativos que o adoecimento psíquico pode gerar, como a diminuição da produtividade, o aumento do absenteísmo e prejuízos ao bem-estar geral (Freire *et al.*, 2025).

Essa realidade reforça a necessidade de abordar a saúde mental de forma adequada nos ambientes de trabalho e na sociedade como um todo, destacando a importância da implementação de políticas e ações que promovam o bem-estar dos trabalhadores e diminuam os impactos negativos tanto para os indivíduos quanto para a economia (Carvalho, 2025).

Outro aspecto relevante refere-se ao aumento do adoecimento entre docentes ao longo das últimas décadas, associado às transformações nas condições de trabalho. Mudanças na dinâmica da sala de aula, nas metodologias de ensino, na inserção de tecnologias e nas expectativas crescentes em relação aos resultados educacionais contribuem para a intensificação do estresse entre os professores (Batista, 2023).

Além disso, a pandemia de COVID-19 trouxe impactos expressivos à saúde mental dos educadores em todo o mundo. A transição repentina para o ensino remoto impôs desafios adicionais, como a necessidade de adaptação rápida a tecnologias digitais e novas metodologias de ensino, aumentando a carga de trabalho. A ausência de contato presencial com os estudantes, a redução das interações sociais e as incertezas quanto ao futuro contribuíram para sentimentos de isolamento e ansiedade (Mattos Martins *et al.*, 2024).

A exigência de manter os alunos engajados no ambiente virtual, as desigualdades no acesso à tecnologia e as preocupações com a saúde também contribuíram para o aumento do estresse. Esse conjunto de fatores intensificou o desgaste emocional e elevou os níveis de esgotamento entre os professores (Neves, 2025).

A organização do trabalho docente expõe os profissionais a diversos fatores estressores que, quando persistentes, podem levar ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout, entendida como resultado do estresse crônico no contexto de trabalho. Esse fenômeno manifesta-se notadamente em situações de sobrecarga, conflitos frequentes, ausência de reconhecimento e carência de recompensas emocionais (Freire *et al.*, 2025).

O Burnout caracteriza-se por três dimensões inter-relacionadas: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. A exaustão emocional manifesta-se pela falta de energia e desgaste psicológico; a despersonalização refere-se a uma postura distante e impessoal nas relações de trabalho; e a baixa realização profissional envolve sentimentos de incompetência e insatisfação com o próprio desempenho (Wessel, 2023).

Essas dimensões evidenciam a necessidade de atenção ao bem-estar dos professores e à promoção de ambientes laborais que favoreçam o equilíbrio emocional, o reconhecimento profissional e condições adequadas de trabalho. Diante disso, torna-se fundamental reconhecer e apoiar a saúde mental dos educadores, oferecendo recursos apropriados, formação voltada ao bem-estar psicológico e promovendo uma cultura institucional de acolhimento. A realidade recente reforça a importância de cuidar

não apenas dos estudantes, mas também dos profissionais que desempenham papel essencial na formação das futuras gerações.

3. MATERIAL E MÉTODOS

Esta pesquisa caracteriza-se como de natureza qualitativa e de caráter descritivo, buscando oferecer um panorama analítico acerca da saúde mental de professores no contexto educacional contemporâneo, com ênfase no papel da psicologia escolar e nas estratégias de intervenção psicossocial voltadas ao bem-estar docente. Quanto aos meios de obtenção de informações, o estudo foi desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica. A pesquisa bibliográfica pode ser classificada, quanto às suas finalidades, como exploratória, descritiva, explicativa, metodológica, aplicada e intervencionista (Marconi; Lakatos, 2011). Já Gil (2012) destaca que a investigação científica se estrutura conforme o contexto em que está inserida, orientando-se pela busca sistemática de resultados. Dessa forma, a pesquisa foi conduzida a partir dos recursos disponíveis e do emprego de técnicas e métodos científicos, passando por diferentes etapas ao longo de seu desenvolvimento, adequando-se continuamente à formulação do problema até a apresentação dos resultados.

Em um primeiro momento, ressaltou-se a importância da revisão de literatura como base para a construção do conhecimento científico, ao possibilitar uma síntese do estado da arte sobre a saúde mental docente, os fatores estressores no ambiente escolar e a atuação da psicologia educacional. Em um segundo momento, a revisão de literatura mostrou-se fundamental por reunir informações atualizadas provenientes de diversas fontes, contribuindo para o

aprofundamento teórico e para a formulação de novas problematizações e perspectivas investigativas.

No que se refere aos procedimentos de busca, a pesquisa bibliográfica foi realizada em bases de dados reconhecidas nas áreas da saúde, educação e ciências humanas, tais como Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, LILACS, Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Google Scholar, além de periódicos nacionais e internacionais e documentos oficiais de órgãos como o Ministério da Educação, Conselho Federal de Psicologia e Organização Mundial da Saúde (OMS). Também foram consultados descritores padronizados por meio do DeCS/MeSH (Descritores em Ciências da Saúde).

A busca concentrou-se em produções publicadas no período de 2021 a 2026, com o objetivo de contemplar estudos recentes e relevantes sobre saúde mental de professores, psicologia escolar, síndrome de Burnout, resiliência, intervenção psicossocial e bem-estar docente. Foram utilizados descritores como “saúde mental”, “professores”, “educação”, “psicologia escolar”, “burnout”, “resiliência”, “intervenção psicossocial” e “bem-estar docente”, bem como seus correspondentes em língua inglesa e espanhola. Durante o levantamento, foram identificados diversos estudos científicos, incluindo artigos, dissertações e teses. Após a aplicação dos critérios de seleção, foram incluídos na análise apenas os trabalhos que apresentaram aderência ao objetivo da pesquisa e rigor metodológico adequado.

Como critérios de inclusão, foram considerados estudos publicados entre 2021 e 2026, disponíveis na íntegra em português, inglês ou espanhol, que abordassem diretamente a saúde mental de

professores da educação básica, tanto no contexto brasileiro quanto em sistemas educacionais internacionais de referência. Também foram incluídas produções que tratassem de estratégias de intervenção psicológica, políticas públicas educacionais e práticas institucionais voltadas à promoção do bem-estar docente.

Por outro lado, como critérios de exclusão, foram desconsiderados artigos fora do recorte temporal estabelecido, estudos que não apresentassem relação direta com a saúde mental docente, pesquisas voltadas a outros níveis de ensino e publicações de caráter opinativo sem fundamentação empírica. Também foram excluídos trabalhos duplicados e aqueles indisponíveis na íntegra.

Os dados obtidos foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2011), que possibilita a organização, categorização e interpretação do material coletado em categorias temáticas. Essa abordagem permitiu identificar fatores de risco e de proteção relacionados à saúde mental dos professores, bem como estratégias de intervenção e resultados de programas voltados ao contexto educacional.

Além disso, foi elaborado uma tabela comparativa com o intuito de sistematizar os principais achados, facilitando a análise crítica e a discussão dos resultados. Dessa forma, a metodologia adotada buscou garantir rigor científico, coerência com os objetivos propostos e articulação entre teoria e prática, contribuindo não apenas para o diagnóstico da situação atual da saúde mental dos educadores, mas também para a proposição de estratégias de intervenção psicológica no ambiente escolar.

Na próxima página será apresentada a Tabela 1.

Tabela 1. Análise dos artigos consultados

AUTOR/A NO	TEMA	OBJETIVO S	METODOL OGIA	ANÁLISE	RESUL TOS
Lima et al., 2025.	A PSICOLOG IA ESCOLAR E A PROMOÇÃ O DE SAÚDE EMOCION	Avaliar o desenvolvi mento de iniciativas a partir da Lei 13.935/2019 nas ações de	Realizou-se revisão bibliográfi ca sistemátic a em bases acadêmica s e análise	O estudo contribui para evidenciar o papel da Psicologia Escolar como pilar de uma	Os resulta indica crescimen to expressi de iniciati diversif

⚠ Esta tabela possui muitas colunas e foi cortada para impressão. Para visualizá-la completa, acesse o artigo original em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/o-papel-da-psicologia-na-promocao-da-saude-mental-dos-educadores?noblockage>

Fonte: Autoria própria (2026).

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise do conjunto de estudos selecionados demonstra que a saúde mental dos educadores tem sido profundamente impactada pelas transformações sociais, institucionais e organizacionais que atravessam o contexto educacional contemporâneo. Observa-se que o exercício da docência, embora socialmente reconhecido como essencial para a formação humana e o desenvolvimento da sociedade, tem se configurado como uma atividade permeada por exigências crescentes, múltiplas responsabilidades e condições de trabalho, muitas vezes, desfavoráveis. Nesse cenário, os resultados apontam que a sobrecarga de trabalho, a intensificação do trabalho docente e a precarização das condições estruturais constituem fatores determinantes para o adoecimento psíquico desses

profissionais, destacado por Santos et al., (2025) e Cruz Pereira et al., (2025).

A sobrecarga de trabalho manifesta-se de diversas formas, incluindo jornadas extensas, acúmulo de funções administrativas e pedagógicas, necessidade constante de atualização profissional e pressão por resultados acadêmicos. Esses elementos contribuem para o esgotamento físico e emocional dos docentes, favorecendo o desenvolvimento de quadros de estresse crônico. Nesse sentido, o estresse ocupacional surge como uma resposta às demandas excessivas do ambiente trabalhista, sendo compreendido como uma relação entre o indivíduo e o contexto em que está inserido, quando este é percebido como ameaçador ou superior à sua capacidade de enfrentamento, discutido por Ferreira et al., (2025).

Os dados analisados indicam que o estresse no ambiente escolar não se limita às exigências formais do trabalho, mas também está relacionado às condições concretas do cotidiano docente. Entre os principais fatores estressores, destacam-se salas de aula superlotadas, indisciplina discente, falta de recursos didáticos, exigências burocráticas e pressão institucional por desempenho. Tais condições contribuem para a deterioração da qualidade de vida dos professores, impactando diretamente sua saúde mental e seu desempenho profissional, evidenciado por Mattos Martins et al., (2024).

A análise comparativa dos estudos de Lima *et al.*, (2025), Wessel (2023) e Teixeira *et al.*, (2026) demonstra diferentes contextos de atuação da Psicologia Escolar, mas com pontos de convergência importantes no que se refere à causa do desenvolvimento no ambiente educacional. O estudo de Lima *et al.*, (2025) está inserido

no contexto da rede pública de Fortaleza, com foco na implementação de políticas públicas a partir da Lei 13.935/2019, destacando ações institucionais voltadas à saúde emocional. Já Wessel (2023) aborda a atuação de psicólogos na Educação Infantil em âmbito nacional, com ênfase no desenvolvimento psicossocial e nas relações entre escola e família. Por sua vez, Teixeira *et al.*, (2026) apresentam um relato de experiência em uma escola estadual, com foco prático em intervenções diretas, como rodas de conversa e oficinas sobre saúde mental.

Como semelhança, os três estudos reforçam o papel da Psicologia no ambiente escolar, destacando sua contribuição para o bem-estar emocional, o desenvolvimento dos estudantes e a melhoria das relações no contexto educacional. Nesse contexto, a Síndrome de Burnout emerge como uma das principais manifestações do adoecimento docente. Caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, essa condição tem sido amplamente identificada entre professores, principalmente aqueles que atuam em contextos de maior vulnerabilidade social. De acordo com Escárate (2025), o Burnout resulta de uma exposição prolongada a situações de estresse intenso no ambiente de trabalho, sendo agravado pela falta de suporte institucional e pela falta de reconhecimento profissional.

Outro aspecto relevante evidenciado nos resultados refere-se ao papel das relações interpessoais no ambiente escolar. A qualidade das interações entre professores, gestores, estudantes e demais membros da comunidade escolar exerce influência significativa sobre o bem-estar dos docentes. Relações marcadas por conflitos, falta de diálogo, ausência de apoio e reconhecimento contribuem para o aumento do sofrimento psíquico, apontado por Lemos et al.,

(2025). Por outro lado, ambientes colaborativos, que valorizam o trabalho em equipe e promovem o apoio mútuo, configuram-se como importantes fatores de proteção à saúde mental dos educadores.

A análise também destaca que o contexto escolar contemporâneo exige dos professores competências que extrapolam o campo pedagógico. Além de mediar o processo de ensino-aprendizagem, esses profissionais são frequentemente demandados a lidar com questões sociais complexas, como violência, desigualdade, vulnerabilidade social e conflitos familiares. Tais demandas ampliam a carga emocional do trabalho docente, contribuindo para o aumento dos níveis de estresse e ansiedade, conforme discutido por Carvalho (2025).

A escola, teoricamente, tem como função formar indivíduos autônomos, críticos e capazes de atuar na transformação da sociedade. Entretanto, as mudanças no contexto social e econômico modificaram de maneira significativa o papel do professor, ampliando as exigências profissionais e pessoais relacionadas à sua atuação. Nesse cenário, o sofrimento psíquico emerge como uma das formas mais frequentes de adoecimento entre educadores, estando diretamente associado ao aumento das pressões, das demandas emocionais e das condições adversas de trabalho. A exposição desse contexto pode resultar em exaustão emocional, ansiedade e quadros depressivos (Silva, 2022).

O trabalho apresenta uma dualidade importante: pode ser fonte de satisfação, prazer e realização, contribuindo para a construção da identidade dos indivíduos, mas também pode comprometer a saúde, levando ao adoecimento. Essa ambivalência revela que o

trabalho pode tanto promover bem-estar quanto gerar alienação e sofrimento, dependendo das condições em que é realizado e da relação estabelecida entre o trabalhador e o processo produtivo (Lima *et al.*, 2025).

No contexto docente, observa-se ainda a redução da centralidade do professor na transmissão do conhecimento e o aumento de sua função na formação de uma força de trabalho adaptável às exigências do mercado. Esse deslocamento tende a esvaziar o sentido do trabalho docente, influenciando negativamente sua saúde mental (Sepulveda, 2025).

A valorização da educação voltada à empregabilidade faz com que os professores sejam constantemente pressionados a preparar os estudantes não apenas no campo do conhecimento, mas também no desenvolvimento de competências práticas, como adaptação, resolução de problemas e pensamento crítico. Esse direcionamento pode limitar a percepção de sentido do trabalho docente, reduzindo sua motivação e satisfação profissional. A combinação entre a perda de significado da atividade docente e a intensificação das demandas contribui para o surgimento de impactos negativos na saúde física e psicológica dos educadores (Mendes *et al.*, 2023).

Outro fator relevante refere-se às transformações no ambiente escolar, que deixou de ser percebido como um espaço totalmente seguro, passando a incorporar situações de violência presentes no contexto social. Esse fenômeno está relacionado a processos mais extensos, como desigualdade social e exclusão, refletindo-se diretamente no cotidiano das instituições de ensino e configurando-se como importante fonte de estresse para os profissionais da educação (Carvalho, 2025).

A presença da violência no ambiente escolar impacta significativamente o trabalho docente, exigindo dos professores não apenas competências pedagógicas, mas também habilidades para lidar com conflitos e questões de segurança, o que intensifica o desgaste emocional e compromete o bem-estar desses profissionais (Ferreira et al., 2025). Esse cenário evidencia a necessidade de suporte institucional e de estratégias que promovam a segurança e o bem-estar no ambiente escolar.

Adicionalmente, os resultados apontam que a carga de trabalho aumentou os níveis de estresse e ansiedade entre os professores. Conforme evidenciado por Mattos Martins et al., (2024) e Neves (2025), esse período foi marcado por sentimentos de insegurança, sobrecarga e exaustão emocional, reforçando a vulnerabilidade dos docentes frente às mudanças no contexto educacional.

Diante desse cenário, a atuação da psicologia escolar emerge como um elemento fundamental na promoção da saúde mental dos educadores. Os estudos analisados evidenciam que o psicólogo escolar desempenha um papel importante na identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico, na mediação de conflitos e na implementação de estratégias de intervenção voltadas ao bem-estar docente. A atuação desse profissional, quando associada ao contexto institucional, contribui para a construção de ambientes escolares mais acolhedores e humanizados, conforme apontam Vieira et al., (2025).

A intervenção psicológica no contexto escolar não se limita ao atendimento individual, mas abrange ações coletivas e preventivas, que envolvem toda a comunidade escolar. Nesse sentido, destaca-se a importância de práticas que promovam o fortalecimento das

relações interpessoais, o desenvolvimento de habilidades socioemocionais e a construção de espaços de escuta e acolhimento para os docentes. Conforme discutido por Soares (2022), a atuação do psicólogo escolar deve estar orientada para a promoção de transformações no contexto institucional, contribuindo para a melhoria das condições de trabalho e do clima organizacional.

Outro ponto relevante evidenciado nos resultados de Lima *et al.*, (2025), Wessel (2023), Teixeira *et al.*, (2026), Soares (2022), Neves (2025) e Lemos *et al.*, (2025) refere-se à importância da abordagem transdisciplinar na relação entre psicologia e educação. A articulação entre diferentes áreas do conhecimento possibilita a construção de estratégias mais compreensivas, que consideram a complexidade do desenvolvimento humano e das relações no ambiente escolar. De acordo com Ferreira *et al.*, (2025), a transdisciplinaridade favorece a construção de práticas pedagógicas mais inclusivas e sensíveis às dimensões emocionais do processo educativo.

A implementação de práticas transdisciplinares, no entanto, ainda enfrenta grandes desafios, principalmente relacionados à fragmentação do conhecimento e à organização tradicional das instituições escolares. A superação dessas barreiras exige a criação de espaços de diálogo e planejamento coletivo, nos quais psicólogos e educadores possam atuar de forma conectada, compartilhando conhecimentos e construindo estratégias conjuntas de intervenção.

Dessa forma, ao agregar psicologia e educação sob uma perspectiva transdisciplinar, a escola não apenas potencializa o processo de ensino-aprendizagem, mas também se consolida como um espaço estratégico de promoção da saúde e do desenvolvimento humano,

alinhando-se a diretrizes globais que valorizam o bem-estar e a educação de qualidade (Freire *et al.*, 2025).

Nesse sentido, as implicações da transdisciplinaridade ultrapassam o espaço da sala de aula e alcançam a cultura institucional da escola. A participação ativa do psicólogo no projeto político-pedagógico contribui com conhecimentos sobre o desenvolvimento humano que influenciam a organização de tempos, espaços e relações. Um exemplo disso é a reorganização dos intervalos escolares, transformados em momentos de desenvolvimento socioemocional mediados por professores e psicólogos, com impactos positivos no clima escolar e na aprendizagem. Essa abordagem também favorece a inclusão de estudantes com deficiência de maneira mais conectada, superando perspectivas fragmentadas que atribuem a responsabilidade a apenas um profissional (Santos *et al.*, 2024).

Os benefícios da transdisciplinaridade manifestam-se também no campo da avaliação educacional, área em que a contribuição da psicologia é sobretudo significativa. A relação de instrumentos de avaliação psicológica com ferramentas pedagógicas de acompanhamento do desenvolvimento permite uma compreensão mais abrangente das trajetórias escolares (Cruz Pereira *et al.*, 2025).

Em vez de análises fragmentadas, nas quais o psicólogo avalia aspectos emocionais e o professor analisa aprendizagens específicas, o trabalho articulado gera relatórios mais completos, considerando o estudante como um sujeito biopsicossocial. Essa abordagem tem se mostrado particularmente relevante no acompanhamento de adolescentes, fase em que fatores cognitivos, emocionais e sociais interagem de forma intensa. Instituições que adotam esse modelo de avaliação demonstram maior capacidade

de identificar precocemente dificuldades de aprendizagem e de implementar intervenções mais adequadas às necessidades reais dos alunos (Silva, 2024).

A implementação da transdisciplinaridade, contudo, demanda condições institucionais específicas. Dentre elas, destaca-se a necessidade de tempos e espaços destinados ao trabalho colaborativo, que frequentemente esbarram na estrutura rígida das escolas tradicionais. Outro elemento essencial é o desenvolvimento de lideranças escolares capazes de incentivar e sustentar processos integradores, superando resistências culturais e organizacionais (Santos *et al.*, 2025).

Para que essa prática se efetive, o trabalho do psicólogo no contexto escolar assume um caráter preventivo, desvinculando-se de uma visão conservadora associada ao modelo liberal de educação. Sua intervenção passa a ter natureza coletiva, relacional e inclusiva, ao contemplar todos os sujeitos envolvidos no processo educativo. Direcionando o olhar para a atuação junto aos professores, destaca-se o papel central dos docentes nas relações escolares, não apenas como responsáveis pela transmissão do conhecimento histórico, mas também como agentes educacionais mediadores, que incentivam, engajam e articulam relações no ambiente escolar, além de buscarem estratégias pedagógicas que favoreçam a aprendizagem dos alunos (Soares, 2022).

Para além da prática de ensino, os professores precisam executar diversas atividades relacionadas à sala de aula e outras funções no cotidiano escolar, como reuniões pedagógicas, conselhos escolares, tarefas de gestão e organização de processos administrativos e educacionais, as quais exigem competências voltadas à condução

de diálogos entre diferentes atores, como professores e estudantes; gestores e alunos; docentes entre si; e professores e equipe gestora, além das interações que envolvem familiares e demais membros da comunidade escolar (Félix *et al.*, 2024).

É importante destacar que esse conjunto de responsabilidades e desafios assumidos pelo professor pode, em muitos casos, comprometer seu bem-estar. A docência é considerada uma das profissões mais estressantes, sendo caracterizada como uma atividade desgastante, com impactos evidentes na saúde física e mental, bem como no desempenho profissional, podendo os fatores de ansiedade e estresse se estenderem para outros contextos sociais dos quais o docente participa (Mattos Martins *et al.*, 2024).

Considerando que tais fatores influenciam diretamente o desempenho profissional, evidencia-se a relevância da atuação do psicólogo na identificação de sinais indicativos de problemas relacionados à saúde mental dos professores, bem como no atendimento das necessidades e dificuldades dos demais sujeitos que compõem o ambiente escolar. Ao reconhecer sinais de estresse que interferem na prática docente, cabe ao psicólogo educacional realizar encaminhamentos para atendimento clínico e acompanhar a evolução do processo terapêutico, buscando sempre contribuir para a mediação de transformações no contexto institucional (Lemos *et al.*, 2025).

Diante disso, a discussão dos resultados permite inferir que a saúde mental dos professores não pode ser compreendida de forma isolada, mas deve ser analisada a partir de uma perspectiva ampla, que considere as múltiplas dimensões do trabalho docente e suas inter-relações com o contexto social, político e institucional. Nesse

sentido, a promoção do bem-estar docente requer ações articuladas que envolvam diferentes atores e níveis de intervenção, desde políticas públicas até práticas institucionais e individuais.

5. CONCLUSÃO

A presente pesquisa permitiu compreender que a saúde mental dos professores constitui uma dimensão central para o funcionamento e a qualidade do sistema educacional, principalmente diante das transformações e exigências impostas à docência no contexto contemporâneo. Ao longo da análise, evidenciou-se que o trabalho docente, embora essencial para a formação humana e social, tem sido marcado por condições que favorecem o desgaste físico e emocional, como a sobrecarga de tarefas, a precarização das condições de trabalho, as exigências institucionais e as fragilidades nas relações interpessoais.

Nesse cenário, constatou-se que o adoecimento psíquico dos educadores não é um fenômeno isolado, mas resultado de múltiplos fatores inter-relacionados, que envolvem aspectos organizacionais, sociais e subjetivos. A presença constante de estressores no ambiente escolar contribui para o desenvolvimento de quadros de ansiedade, estresse e Síndrome de Burnout, impactando não apenas o bem-estar dos professores, mas também o processo de ensino-aprendizagem e o clima institucional.

Diante desses resultados, destaca-se a relevância da psicologia escolar como campo fundamental de atuação na promoção da saúde mental dos educadores. A inserção do psicólogo no contexto educacional possibilita a identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico, a mediação de conflitos e o desenvolvimento

de estratégias de intervenção que favoreçam o bem-estar e a qualidade das relações no ambiente escolar. Além disso, sua atuação contribui para a construção de práticas pedagógicas mais sensíveis às dimensões emocionais do processo educativo.

Outro aspecto importante evidenciado refere-se à necessidade de adoção de uma abordagem transdisciplinar, que cause a relação entre psicologia e educação, permitindo uma compreensão mais ampla e complexa das demandas escolares. Essa articulação favorece a construção de intervenções que considerem o professor em sua totalidade, incluindo suas dimensões cognitivas, emocionais e sociais.

Portanto, conclui-se que a promoção da saúde mental dos professores deve ser compreendida como um compromisso coletivo, que envolve gestores, profissionais da educação, psicólogos e a sociedade como um todo. Investir no cuidado com os educadores significa fortalecer a educação e contribuir para a construção de uma sociedade mais humana e socialmente justa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, Ana Carolina Galvão. PSICOLOGIA NA ESCOLA: UMA PREOCUPAÇÃO NECESSÁRIA COM A SAÚDE MENTAL DE EDUCANDOS E EDUCADORES. **Editora Manual**, 2025.

BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. Edições 70, 2011.

BATISTA, Pauliane Valeska Chagas. Cuidando de quem ensina: relato de experiência em um projeto de atenção e promoção à saúde mental de docentes da rede pública. 2023.

CARNEIRO, Ericka Cristian S. et al. ENTRE O SABER E O SENTIR: SAÚDE EMOCIONAL NAS ESCOLAS COMO PILAR PARA UMA EDUCAÇÃO INCLUSIVA, TRANSFORMADORA E HUMANIZADORA. **Aracê**, v. 7, n. 3, p. 11799-11815, 2025.

CARVALHO, Eduardo Xavier Azarite de. Psicologia escolar e sua atuação com professores: uma revisão bibliográfica. 2025.

CRUZ PEREIRA, Lidiana et al. O ADOECIMENTO PSÍQUICO DE PROFESSORES E ESTRATÉGIAS PARA A SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE DE TRABALHO. **REVISTA FOCO**, v. 18, n. 12, p. e10882-e10882, 2025.

ESCÁRATE, Daniel Dreifuss; VALCÁRCEL, Odette Vélez. **O poder de educar: um olhar sobre o vínculo pedagógico**. Contra o Vento, 2025.

FÉLIX, Nathalia Quaiatto et al. SAÚDE DO EDUCADOR EM TEMPOS DE PANDEMIA: uma revisão narrativa sobre a saúde mental de profissionais da educação básica. **Revista Interdisciplinar de Promoção da Saúde**, v. 7, n. 1, p. 55-63, 2024.

FERREIRA, Jordânia et al. Saúde mental a partir das atualizações da nr-1: o papel do psicólogo na prevenção e promoção do bem-estar no ambiente de trabalho. **Revista Multidisciplinar Integrada-REMI**, v. 5, n. 3, p. 1-13, 2025.

FREIRE, Katia Regina Lopes Costa et al. PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NA ESCOLA: REFLEXÕES A PARTIR DE UM RELATO DE EXPERIÊNCIA. **Saberes: Revista interdisciplinar de Filosofia e Educação**, v. 25, n. 01, p. SM07-SM07, 2025.

GIL, Bruno. Investigações da invenção e reinvenção da memória. **Joelho nº03, ecdj, DARQ-FCTUC, Coimbra**, 2012.

LEMOS, Renata Louise Ferreira et al. Promoção de saúde mental no ambiente escolar: desafios e estratégias em duas realidades brasileiras. **Revista Semiárido De Visu**, p. 136-151, 2025.

LIMA, Edgar Nogueira et al. A PSICOLOGIA ESCOLAR E A PROMOÇÃO DE SAÚDE EMOCIONAL NA REDE DE EDUCAÇÃO BÁSICA DE FORTALEZA. **Revista Eletrônica Científica Ensino Interdisciplinar**, v. 11, n. 36, 2025.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. Metodologia científica. In: **Metodologia científica**. 2011. p. 314 p-314 p.

MATTOS MARTINS, Franciele et al. SAÚDE MENTAL E SATISFAÇÃO NO TRABALHO DE PROFESSORES DA REDE PÚBLICA ESTADUAL. **Cadernos da FUCAMP**, v. 30, 2024.

MENDES, Deise Maria Leal Fernandes et al. Programa para promoção de competências emocionais em crianças para educadores (PROMCE-E): Relato de experiência. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 23, n. 2, p. 629-646, 2023.

MUNIZ, Antonio. **Jornada da Facilitação: um guia prático para agilistas, gestores e educadores para promover o engajamento e a colaboração das pessoas e criar resultados extraordinários**. Brasport, 2022.

NEVES, Ana Clara Moreira. Contribuições do estágio profissionalizante para a formação do (a) psicólogo (a) escolar na perspectiva da inclusão educacional. 2025.

OLIVEIRA, Bruno Diniz Castro de et al. Promoção de Saúde Mental no contexto escolar: potências, desafios e a importância da colaboração intersetorial para o campo da Atenção Psicossocial. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 34, p. e34077, 2024.

OLIVEIRA, Miriam Cristina Monteiro Silva de; LEITE, Isabelle Diniz Cerqueira; COELHO, Maria Teresa Barros Falcão. O papel do psicólogo escolar segundo professores: uma abordagem bioecológica. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 28, p. e232075, 2024.

SANTOS, Maria de Fatima Alves et al. Saúde Mental e Autocuidado dos Professores da Educação Básica: Relato de Experiência do Projeto PSIEDUC. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 19, n. 76, p. 176-188, 2025.

SANTOS, Sabrina Alcantara dos et al. Demandas psicológicas em alunos típicos do Ensino Fundamental II: o olhar da psicologia escolar. 2025.

SANTOS, Thais Aparecida et al. Docência em tempos de pandemia: impactos na saúde mental do educador. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 18, n. 52, p. 462-485, 2024.

SEPULVEDA, Jessica; ALVES, Larissa; GONÇALVES, Lênia. A HIPERCONNECTIVIDADE DA GERAÇÃO ALFA E O IMPACTO NA SAÚDE MENTAL: O OLHAR DA PSICOLOGIA (PSICOLOGIA). **Repositório Institucional**, v. 3, n. 2, 2025.

SILVA, Fernanda Priscila Alves; DA CRUZ, Daiana Rodrigues. Importância de ações de saúde mental na escola: tessituras de um

projeto de extensão em Parintins/Amazonas. **Revista Macambira**, v. 8, n. 1, p. 1-19, 2024.

SILVA, Merian Correia; DE OLIVEIRA, Eloiza Helena Brito; DA SILVA, Luciane Barbosa. Saúde mental, trabalho e psicologia. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 5, p. e47511527593-e47511527593, 2022.

SILVA, Vitória Barbosa; SOUZA, Patrícia Pinheiro; DE MOURA, Priscila Lucia da Silva. Evasão Escolar: Um olhar cuidadoso para a saúde mental de adolescentes. **Research, Society and Development**, v. 14, n. 11, p. e149141149941-e149141149941, 2025.

SOARES, MATHEUS LUCAS SOUSA. As possibilidades do psicólogo na prevenção e promoção da saúde mental no trabalho. 2022.

TEIXEIRA, Adão Ribeiro et al. AÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ESCOLAR: ESTRATÉGIAS E DESAFIOS. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 2, n. 01, p. 1-18, 2026.

VIEIRA, Julyane Ribeiro et al. O papel da Orientação Educacional na promoção da saúde mental escolar. **INTERFERENCE: A JOURNAL OF AUDIO CULTURE**, v. 11, n. 2, p. 5876-5889, 2025.

WESSEL, Samanta Cristina. Atuação de psicólogas na educação infantil e sua contribuição para a promoção do desenvolvimento psicossocial na infância. 2023.

¹ SOARES, MATHEUS LUCAS SOUSA. As possibilidades do psicólogo na prevenção e promoção da saúde mental no trabalho. 2022.

