



**XXXIII SIC** SALÃO INICIAÇÃO CIENTÍFICA

<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2021: SIC - XXXIII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2021
<b>Local</b>	Virtual
<b>Título</b>	Transtornos mentais comuns e experiência com educação socioemocional e mindfulness: um estudo com professores da rede pública de educação básica
<b>Autor</b>	ELVIS KEVIN ABADI
<b>Orientador</b>	ANGELA HELENA MARIN



## Transtornos mentais comuns e experiência com educação socioemocional e *mindfulness*: um estudo com professores da rede pública de educação básica

Autores: Elvis Abadi e Breno de Freitas.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Angela Helena Marin.

**Introdução:** Em decorrência da pandemia de COVID-19, a dinâmica e jornada de trabalho docente sofreram modificações, como o aumento de carga horária e necessidade de assumir novas demandas, o que tem causado desconforto e esgotamento. Estes estados podem incitar o desenvolvimento de transtornos mentais comuns (TMC), caracterizados por sintomas de estresse, ansiedade e depressão. O efeito terapêutico da prática de *mindfulness* tem sido verificado como efetivo no tratamento desses transtornos, assim como há evidências da educação socioemocional sendo utilizada como estratégia de preveni-los. **Objetivo:** Avaliar a presença de TMC em professores da rede municipal de ensino de Lajeado-RS e sua experiência com educação socioemocional e *mindfulness*. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo e comparativo, de corte transversal e abordagem quantitativa, do qual participaram 217 professores com idade média de 45,5 anos (DP=9,8). Todos responderam remotamente ao *Self Report Questionnaire* (SRQ) e questionário sobre experiência com educação socioemocional e *mindfulness*. Realizaram-se análises descritivas e testes de comparação (Mann-Whitney), considerando a distribuição dos professores em dois grupos conforme a presença ou ausência de TMC. **Resultados:** Verificou-se que 40,1% dos professores apresentavam TMC, 65,9% tinham conhecimento sobre educação socioemocional e 38,7% haviam praticado *mindfulness*. Dentre os que indicaram conhecer a educação socioemocional, 97,8% afirmam que a utilizavam no contexto escolar e na vida pessoal, assim como 98,2% daqueles que praticavam *mindfulness*. Entretanto, não houve diferenças entre os grupos quando considerada a presença ou ausência de TMC. **Discussão:** Os dados denotam um expressivo percentual de professores com problemas psíquicos. Entretanto, conhecer educação socioemocional ou praticar *mindfulness* não atuou como fator protetivo. Destaca-se que o tempo de prática e o modelo de intervenção socioemocional não foram considerados, o que pode justificar a não diferenciação entre os grupos, pois os professores podem ter tido experiências pontuais.