

**Discussion
Paper**

ESPM

v. 3, n. 2, 2015

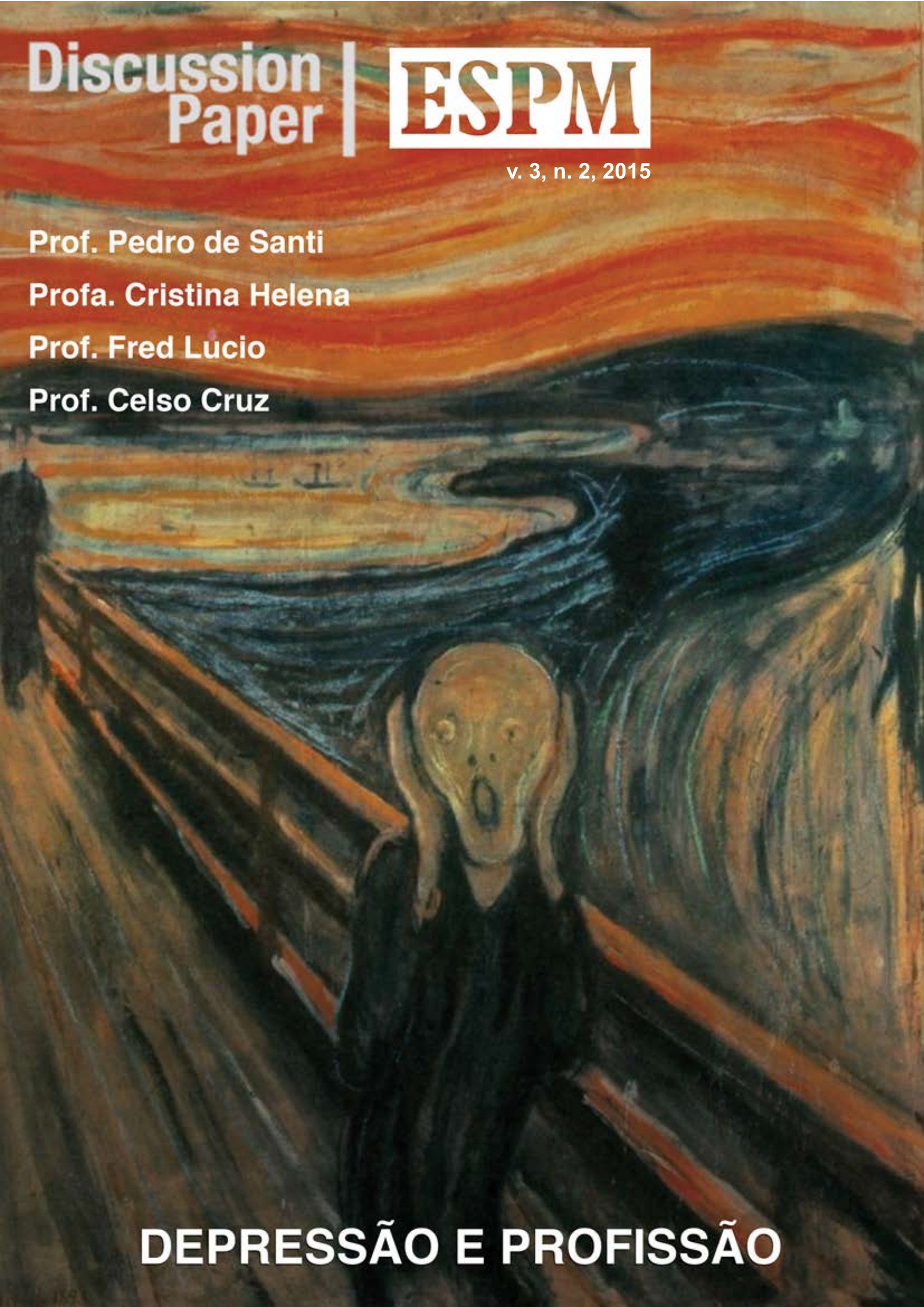
Prof. Pedro de Santi

Profa. Cristina Helena

Prof. Fred Lucio

Prof. Celso Cruz

DEPRESSÃO E PROFISSÃO



EXPEDIENTE

Corpo Editorial

J. Roberto Whitaker Penteadó
Presidente

Alexandre Gracioso
Vice-presidente acadêmico

Elisabeth Dau Corrêa
Vice-presidente administrativo-financeira

Emmanuel Publio Dias
Vice-presidente corporativo

José Francisco Queiroz
Vice-presidente de marketing e comunicação

Luiz Fernando Dabul Garcia
Diretor geral da graduação ESPM-SP

Ismael Rocha
Diretor acadêmico de graduação ESPM-SP

Conselho Editorial

Prof. Carlos Frederico Lucio

Profa. Cristina Helena Pinto de Mello

Profa. Denise Fabretti

Prof. Fabio Mariano Borges

Prof. Ismael Rocha

Prof. João Osvaldo Schiavon Matta

Prof. Luiz Fernando Dabul Garcia

Prof. Pedro Luiz Ribeiro de Santi

Prof. Leonardo Nelmi Trevisan
(Edição de texto)

Prof. Matheus Matsuda Marangoni
(Edição de arte)

Fernando Matijewitsch
(Gerência de edição)

APRESENTAÇÃO

Publicação trimestral, em formato eletrônico, o Discussion Paper ESPM reúne artigos, notícias de pesquisas, resenhas, traduções ou entrevistas oriundas de debate temático.

O objetivo é incentivar a discussão de assuntos, atinentes ou complementares, ao conteúdo curricular de disciplinas da área de Ciências Sociais Aplicadas.

O perfil deste periódico oferece espaço de publicação da produção docente, incluindo procedimentos de pesquisa, em diferentes formatos.

O Discussion Paper ESPM busca também ampliar repertório e capacidade de análise do corpo discente, pois, a iniciativa procura, especialmente, a participação do aluno nos debates geradores de cada número.

NORMAS DE PUBLICAÇÃO

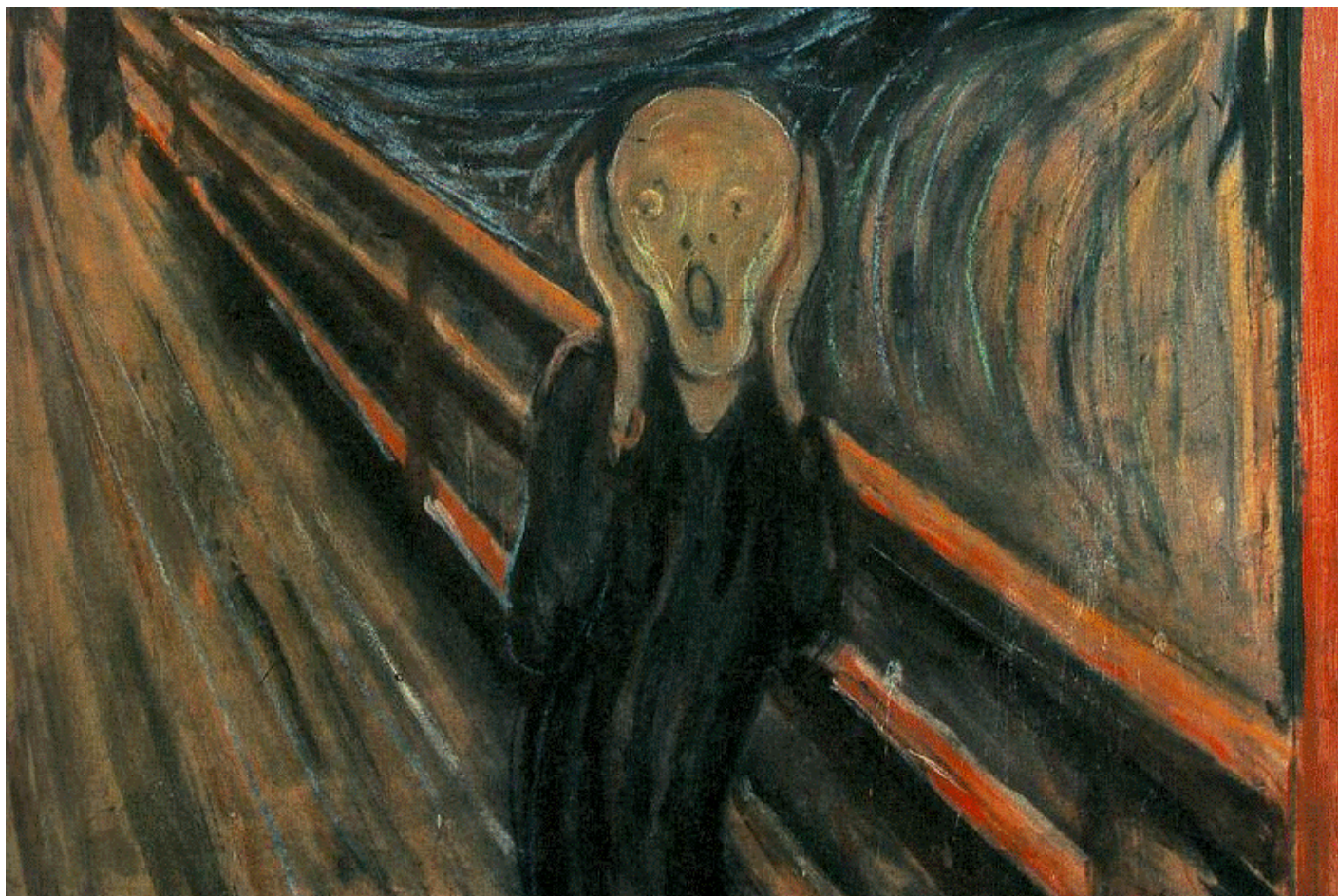
A submissão de trabalhos deverá ser feita através do endereço eletrônico do periódico, nos seguintes formatos: texto: Microsoft Word; tabelas: Excel; gráficos e figuras: Powerpoint. Quanto a forma, os originais deverão ser apresentados em arquivo de texto: Microsoft Word, página tamanho A4, margem esquerda e superior de 3cm, direita e inferior de 2cm, espaço 1,5, fonte Times New Roman, com limite de 06 páginas. O Discussion Paper ESPM adota como critério orientador para elaboração das referências bibliográficas dos papers a norma NBR-6023:2002 - Informação e documentação.

O Processo de Avaliação pelos Pares consiste nas seguintes etapas: o artigo original será analisado por dois integrantes do Conselho Editorial para verificar se cumpre com os requisitos temáticos e metodológicos e definir a área epistemológica de avaliação a ser direcionada. Em seguida, o artigo será enviado a pares de avaliadores externos, preservando o anonimato dos autores (blind review), que não compareceram ao debate gerador do respectivo Discussion Paper. Os avaliadores externos procederão de acordo com os critérios: 1. Publicar sem alterações; 2. Publicar com pequenas alterações, efetuadas pelos avaliadores; 3. Retornar ao autor com orientações de correções a serem efetuadas, podendo ser publicado posteriormente; 4. Retornar ao autor com a reprovação do artigo, sem publicação posterior. Os resultados desta avaliação serão encaminhados aos autores através do endereço eletrônico informado no ato da submissão, preservadas estritamente a confidencialidade e privacidade deste resultado.

SUMÁRIO

Apresentação do debate.....	4
Depressão é perda? Desamparo? Ou, é “surto de lucidez”?..... <i>Pedro de Santi</i>	5
Possíveis relações entre economia e depressão..... <i>Cristina Helena</i>	7
Uma visão sobre a depressão no ambiente de trabalho..... <i>Fred Lucio</i>	9
Vida de professor universitário e depressão..... <i>Celso Cruz</i>	11

DEPRESSÃO E PROFISSÃO



APRESENTAÇÃO DO DEBATE

“Doença da alma”. A expressão é boa para definir depressão. Mas, provavelmente, incompleta. Desde sempre, depressão foi tratada como “transtorno”. Se ela acontece no ambiente de trabalho tudo pode ficar um pouco mais difícil. Será que no espaço profissional cabem “pessoas tristes”?

O Debate Depressão e Profissão não tinha roteiro pré-estabelecido, apenas um ponto de partida no texto do psicanalista e professor da ESPM Pedro de Santi que propôs pensar depressão, entre outras visões, tanto como “perda” (um luto, por exemplo), ou como “tristeza” - quando o que somos ou fazemos, “não faz diferença”. Ou, ainda, quando extenuados por ambiente de trabalho repleto de exigências, experimenta-se um “surto de lucidez”.

Qual destas definições você prefere para depressão? Qual delas se encaixa na trágica atitude do copiloto alemão, de companhia de baixo custo, é verdade? Só no caso extremo vale a pena pensar nela? Da discussão sobre Depressão e Profissão participaram, além do Pedro de Santi, os professores da ESPM, Cristina Helena P. de Mello, Carlos Frederico Lucio e Celso Cruz. A mediação do debate foi feita pelo professor Ismael Rocha, Diretor Acadêmico de Graduação – SP.



PEDRO DE SANTI

DEPRESSÃO É PERDA?
DESAMPARO? OU, É “SURTO DE
LUCIDEZ”?

Em clima de fim de maio e aproximação do final do semestre letivo, trago um assunto que temo ser oportuno: a incidência de depressão no campo do trabalho.

‘Depressão’ é um termo descritivo, inicialmente. Ele diz respeito a um afundamento: aplica-se a uma pista de asfalto cujo solo de base cede, assim como a um estado de humor rebaixado, triste. Mas o termo também nomeia um transtorno mental mais severo, da família da psicose. Certa indistinção ou sobreposição entre a depressão como estado e como transtorno gera um uso quase indiscriminado de anti-depressivos para situações de tristeza.

A depressão como transtorno vem sendo descrita em termos muito próximos desde a antiguidade: passando, entre outros, por Hipócrates, Galeno, Pinel, Freud, Kraepelin e, atualmente, o DSM 5, o manual americano de referência em diagnóstico psiquiátrico. Mas, até o século XIX ela era chamada de melancolia (bile negra, em referência à teoria antiga dos quatro humores). Houve também uma mudança semântica. A melancolia identificava os loucos e os gênios, era predominantemente masculina e se caracterizava por pensamentos mórbidos (como em Hamlet). Com a virada para o século XX, agora como depressão, passou a ser identificada como um distúrbio de humor, predominantemente feminino e, com isso, ganhou uma dimensão exclusivamente depreciativa (como na TPM), de doença.

Já o termo ‘profissão’ remete a trabalho, mas também a uma declaração ou voto. Há no termo uma dimensão de ação e afirmação, como na expressão “profissão de fé”.

Neste texto, vou abordar três dimensões da relação entre os termos.

Naturalmente, há muitas outras.

Há poucos meses, prestei um serviço para uma grande empresa multinacional. Ela está encerrando parte de seu negócio na América Latina. Tendo estado estabelecida por aqui há mais de 40 anos, ela se preocupou com a realocação de seu quadro de funcionários: parte deles foi realocada nas áreas que permanecem em atividade, outra passou a ter um novo patrão, que comprou as instalações que seriam desativadas.

O convite foi para que eu fizesse uma palestra sobre transformação, num sentido positivo e motivador, num encontro que representava um ritual de passagem entre as duas situações profissionais. Quase perdi o convite ao propor tratar da questão do ‘luto’. Inicialmente, pareceu um termo muito pesado e negativo, com o potencial de evocar mágoas e discordâncias. Mas consegui argumentar que a elaboração do luto era a condição para transformar o sentido de perda em nova disponibilidade. O resultado foi rico e desdobrou num trabalho com outros grupos, inclusive na Argentina.

Em depoimentos bastante emocionados, muitos falavam da dimensão de família com que viviam seus trabalhos, do orgulho que sentiam por estar ligados a uma marca de nome sólido e da insegurança frente ao futuro. Assumiu-se a dor e apostou-se no futuro.



Uma pessoa que passa por um luto se encontra deprimida, descritivamente. Rebaixamento do humor, tristeza, desinteresse, pensamentos saudosistas e aparentemente mórbidos. O luto é justamente a luta entre o reconhecimento de que algo querido foi perdido e a tentativa de negar a realidade e manter vivo o que se foi. Ao longo de nossa vida profissional, passamos por diversos estados de depressão, naturalmente, em situações de perda ou frustração ante expectativas. E o luto, como estado depressivo se distingue do transtorno depressivo por uma variável importante: ele passa. Demora, mas passa. Além disso, o luto é um processo de amadurecimento e transformação a ser atravessado, não negado.

Outra forma de pensar a depressão, para além do senso comum, é falar sobre ela da perspectiva da psicologia experimental. De uma perspectiva behaviorista, diferente do que pode parecer, a depressão não seria um estado induzido pela ocorrência de um ou mais eventos tristes ou ruins, mas a percepção de que nenhum de nossos atos produz qualquer modificação no ambiente. Operamos continuamente gestos em direção ao nosso ambiente: alguns são reforçados e tendemos a mantê-los; outros são punidos e tendemos a evitá-los, ao menos na presença do agente punidor; mas, quando comportamentos nossos simplesmente não tem consequências, vamos parando de emití-los. E se esta experiência se generaliza, vamos nos tornando prostrados como um animal enjaulado, com o sentimento de que não fazemos diferença e não podemos fazer

nada para mudar. Assim, mesmo que se esteja numa condição de trabalho considerada boa, esta é a depressão do desamparo e da impotência, do ir ao trabalho arrastando os pés sem vontade ou esperança.

A terceira dimensão da depressão que quero tratar é extremamente típica de nosso regime de trabalho. Num ambiente de excesso de estímulos e demandas, somos colocados em posição de constantemente respondermos ao que se apresenta e nos defendermos como pudermos da invasão. É comum que tendo passado por longo período num regime assim, quando paramos, tenhamos uma sensação de vazio e de não pertencimento: olhamos em torno e temos a impressão de que não escolhemos nossa vida; não sabemos mais dizer se gostamos ou não do nosso trabalho, de nossos amigos e, mesmo, de nossas famílias. Esta é a depressão da falta de sentido.

Nesta situação, o trabalho aparece como fardo e justamente não como profissão, algo em que eu me realize, reconheça e considere estar implicado. É impossível ser criativo e inovador sob regime de sobrecarga: não agimos, apenas reagimos. Muitos pacientes em meu consultório contam que trabalham naquilo mesmo que escolheram, mas que tem um volume tal de trabalho que tudo o que fazem é “tirar trabalho da frente”, recorrendo ao seu traquejo e experiência, mas sem qualidade ou dedicação verdadeiros. Para isto, seria necessário ter tempo e espaço numa dimensão rara, hoje.

É como se tivéssemos acordado de repente em meio a uma vida que não reconhecemos como nossa. Como psicanalista, chamo esta experiência de “surto de lucidez”. Mas há quem a chame de depressão e corra para se medicar.

O estado de depressão que é assim despertado pode ser um momento preciosos de reflexão e reposicionamento profissional ou pessoal, em busca de um padrão de vida melhor, de uma vida que pareça mais significativa à pessoa.

Quem quer sair do fluxo saturado do trabalho pode ser acusado de não estar comprometido com ele, não ter atitude pró-ativa ou ser resistente à mudança. Mas me parece uma boa ideia resistir à mudança quando se está em queda livre, deprimindo.

Esta última forma de depressão, assim como a tristeza do luto, são, a rigor, positivas. Elas dizem respeito à maturidade e à possibilidade de transformação. Mas é difícil reclamar pelo direito inalienável de poder estar triste a um mundo seduzido pela ladainha que vende que todos podem ser felizes e, portanto, têm a obrigação de sê-lo e estar constantemente ativos, sob pena de serem chamados de doentes.

A este mundo, a depressão só chama a atenção quando torna um funcionário improdutivo, ou quando se suspeita que ela possa ter induzido um piloto de avião a dar fim à própria vida, levando consigo centenas de pessoas.



CRISTINA HELENA

POSSÍVEIS RELAÇÕES ENTRE ECONOMIA E DEPRESSÃO

A questão da depressão é séria, porque tem custos sociais expressivos. Para mim, está muito claro que a depressão envolve uma questão clínica, uma questão biológica, talvez outra, que é uma questão de momento. Mas, ela está associada, também, ao modelo de produção, que eu chamaria de resultado da subsunção formal e real do processo de trabalho ao capital. Então, você muda. Você destitui o trabalho de significado. E o incentivo não é correspondente ao significado que você perde como vida, como trabalho.

Só que na cabeça de um economista, tem incentivo: é o salário, é grana, é renda. E isso é satisfação, que é uma das coisas que a gente discute mais em economia. Nas primeiras aulas,

discutimos os dez princípios da economia, como as pessoas tomam decisões. Uma das coisas que a gente fala é que as pessoas reagem a incentivos. E não é um biscoito de cachorro, né? Não é aquela situação.

Não esqueço disso, porque eu tive uma crise, um ataque pessoal... não foi bem um ataque de lucidez, mas acho que foi talvez... no 11 de setembro. Não sei se vocês lembram dessa situação que os cachorros procuravam os mortos e os vivos. E os cachorros que procuravam os mortos estavam em uma alegria profunda, porque achavam um monte de mortos e ganhavam pilhas de biscoito. Enquanto isso, os cachorros que procuravam os vivos, pobres coitados, estavam acabados, não procuravam mais ninguém, ficavam parados. Os bombeiros não tiveram dúvidas e se fizeram de vivos jogados nos escombros. Os cachorros os achavam; e eles estavam vivos: parabéns, um biscoito. Eles ganharam ânimo depois disso. Naquele momento, eu descobri, olhando aquela cena, porque eu tive uma crise de choro, que o biscoito que estavam me dando não era suficiente...

Foi em 2001 essa percepção. Eu demorei ainda dois anos para tomar alguma atitude e fazer alguma coisa por mim depois daquilo. E tem outra palavra que eu acho que pode enriquecer o vocabulário de quem pensa depressão, que na época vinha muito na minha cabeça, que se chama Karoshi. Karoshi é uma palavra japonesa, que significa morte súbita por excesso de trabalho. No Japão, isso acontece. Pessoas morrem por excesso de trabalho, por dessignificação...

É verdade que a Coreia passou o Japão em número de mortes relacionadas à essa causa, karoshi. Mas, eu tenho um pouco a impressão que, no caso específico do nosso País,

no Brasil, a gente talvez não tenha, no sistema de saúde, profissionais capazes de fazer o diagnóstico correto, de identificar e, portanto, de quantificar.

O crescimento de AVCs é algo que precisa ser mencionado entre nós brasileiros. A

Circunstância é quase sempre a mesma: o cara foi trabalhar e caiu. Até descobrir o que era: labirintite, infarto... Enfim, teve tudo junto, ao mesmo tempo. E, isso é Karoshi à brasileira.

Por outro lado eu acho que estamos em um momento da nossa sociedade... eu não tenho esses números, mas isso dava um projeto de iniciação científica bem interessante, para a gente investigar... em que boa parte da população não está vinculada ao processo de trabalho formal. É um número grande, significativo de pessoas que não têm idade para trabalhar, mas trabalha. Há, por exemplo, os que não tem capacidade mesmo para trabalhar, não no sentido de não ser capaz, mas no sentido de já estar aposentado por invalidez ou de apresentar algum tipo de deficiência que seja, de fato, limitadora.

Portanto, temos os sem idade, os sem capacidade e os sem vontade, que são aqueles que não procuram trabalho. Estes compõem parcela significativa da população. O resto, uma fração bem menor da população, que trabalha para dar conta de garantir o provento do restante. E trabalha sem condições de produtividade, porque o País investiu pouco a gente na formação dessas pessoas, na capacitação dessas pessoas...

As estruturas de formação brasileiras não geraram a necessária expertise nelas para elas organizem as coisas de um jeito que não precisem trabalhar tanto, que “poupe serviço” dessa parcela da população brasileira que trabalha para os demais. Na prática, os que trabalham vivem de “tirar da frente” o excesso de coisas a fazer a que estão submetidos. Porém, “tirar da frente” é coisa de gente inteligente, é coisa de gente que tem condições de “tirar da frente”. Nem todo mundo consegue tirar da frente.

Porém, você tem um grupo grande de pessoas que está absolutamente sobrecarregado de trabalho, e que não tem produtividade, mas tem que dar conta de todo mundo. Esse quadro geral é um quadro preocupante. A gente chama de político o problema, quando as pessoas batem panela, saem nas ruas. A gente divide entre direita e esquerda. Mas, eu não sei se isso não é um grito de socorro, de certa forma, dessas pessoas para dizer: “essa vida eu não aguento. Essa é uma organização de sociedade da qual não quero participar”.

Os economistas - o que eu acho bem engraçado - simplificam muito essas questões, divagando em torno do conceito de satisfação. Esses pensadores, os economistas, acham que é muito simples: paga-se um salário maior; o salário maior te dá acesso a mais bens e serviços; mais bens e serviços aumentam a sua utilidade, sua satisfação; e, portanto, você tem um bem-estar. Isso é a teoria convencional.

O que comecei a estudar agora - e que acho que tem alguma coisa de novidade para falar sobre esse assunto - é a parte de outra teoria da economia, a comportamental, que é exatamente sobre a questão do desempenho da

pessoa no trabalho. Eu gostaria de finalizar provocando algumas considerações sobre esta teoria comportamental.

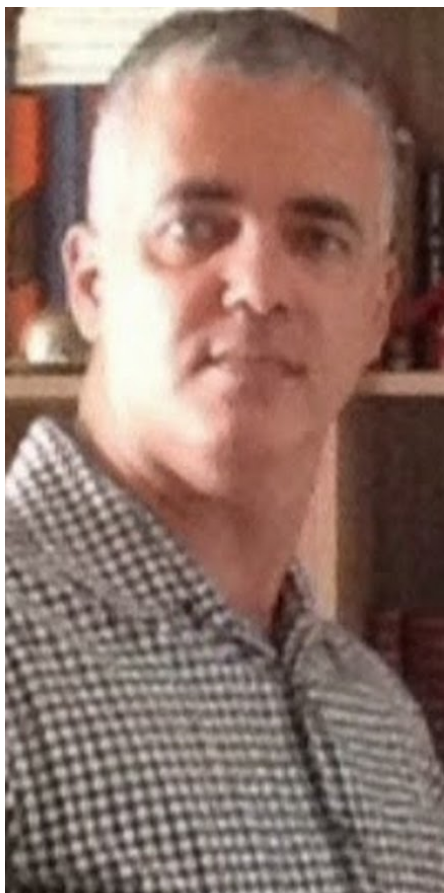
Para começo de conversa é preciso dar um nome à estas provocações com algum destaque para esta imagem: **a caixa preta da firma: relações humanas e produtividade.**

Ponto um: aumento do salário não é suficiente para comprar um trabalhador melhor, de melhor qualidade ou mais produtivo. Muitas vezes, o ambiente de trabalho dá um incentivo melhor do que a remuneração. Então, melhores salários não compram melhores trabalhadores. Enquanto isso, a economia clássica da economia diz: “quanto maior o salário, maior a produtividade do trabalho”. Pronto, aqui começa um debate que realmente vale a pena.

Ponto dois: se não há aumento na produtividade, se não é perceptível um trabalhador melhor, a empresa não paga mais. Isto faz parte de uma lógica corporativa consolidada. Porém, a economia comportamental identifica que empresas maiores tendem a pagar salários maiores. Por quê? Porque você não tem a satisfação de ter um ambiente menor, onde você conhece todo mundo, onde você enxerga o seu trabalho no conjunto e vê exatamente o que você fez. O “jogo da satisfação” conta e muito. Com um adendo igualmente interessante para discutir: empresas maiores tendem a pagar mais, mas não necessariamente contratam trabalhadores melhores.

Como se vê, no Brasil, o debate sobre condições psicológicas do profissional e relações de trabalho está apenas no começo.





FRED LUCIO

UMA VISÃO SOBRE A DEPRESSÃO NO AMBIENTE DE TRABALHO

Discutir depressão em ambiente de trabalho numa sociedade de mercado, leva, necessariamente, a uma discussão sobre Economia e Economia Capitalista, mais precisamente. E é sempre bom lembrar que quando se discute o fenômeno econômico, é necessário considerar outras formas de abordagem que não a das Ciências Econômicas stricto sensu. Uma área bastante interessante é a Antropologia Econômica, por exemplo. Diferentemente do que levaria a crer o senso comum, quando se pensa uma abordagem da economia sob o prisma da Antropologia, não se buscam os fatores culturais que estão relacionados aos fenômenos econômicos numa relação de determinação (como a produção e o consumo, por exemplo).

Isso seria uma leitura até certo ponto superficial.

Essa é uma abordagem importante, sem dúvida, mas a efetiva contribuição da Antropologia Econômica está simultaneamente num outro aspecto: compreender os sistemas econômicos como sistemas culturais, ou seja, não somente são produzidos pelo conjunto a que se chama genericamente de cultura, mas também a produzem. Os Antropólogos Econômicos, portanto, buscam compreender simultaneamente quais os sentidos socialmente construídos que levam ao surgimento de determinados processos econômicos numa dada sociedade (ou até mesmo grupos sociais) e, além disso, compreender como a economia também produz e constrói valores culturais, padrões de comportamento coletivo, crenças etc., orientando a vida das pessoas e a própria construção desta sociedade. Em suma: a esfera econômica é produto e produtora da cultura simultaneamente.

Assim, o Capitalismo é considerado um sistema simbólico e cultural - e não apenas econômico - que imprime nas pessoas modos de pensar e de agir, valores e crenças, configurando a teia de significações que são tecidas nas sociedades chamadas "modernas" ou "de mercado" e que servem como referência para seus integrantes. Por exemplo: a partir do nosso nascimento, somos preparados para termos uma família, uma religião e "um lugar no mercado de trabalho" (uma profissão). E, mais do que uma simples relação de trabalho, este "lugar no mercado de trabalho", via de regra, é considerado o pilar da existência de um indivíduo e, em grande medida, um definidor de sua posição social. Ter uma boa profissão garantiria, simbolicamente: um bom posicionamento social; boas condições

de formar e manter uma boa família; condições de consumo; equilíbrio social; e até, perpetuação no tempo (memória) por meio do patrimônio acumulado no processo.

Se, para Marx, a Economia determina as demais esferas da vida social, para uma parte considerável dos antropólogos que estudam os fenômenos econômicos (pelo menos para aqueles que não estão sob influência do marxismo) passa-se algo mais complexo: é porque a sociedade concebe o mundo de um determinado jeito que orienta suas relações econômicas num certo "sentido" (grifo proposital da palavra sentido). Parte-se do axioma (ou postulado - ou seja, uma verdade evidente) de que toda cultura produz significado e está ordenada segundo este significado que é socialmente construído. E o corolário derivado desta verdade é que, se há um significado, há uma racionalidade que lhe é própria. Não no sentido clássico da racionalidade da economia: mas como um determinado grupo manifesta e constrói sua racionalidade nos processos econômicos (que envolvem a clássica tríade: produção, distribuição - ou circulação - e consumo).

Em relação especificamente aos aspectos da produção e do consumo, para um determinado grupo de pensadores da Antropologia Econômica (e aqui eu cito Marshall Sahlins, certamente o nome mais forte que abre esta perspectiva de abordagem), não é necessário consumir mais para se ter satisfação. Muito pelo contrário: o grau de satisfação é dado pelos parâmetros culturais colocados pelo grupo do que é sentir-se satisfeito.

Assim, é o significado construído sobre o que é a satisfação que orienta os padrões de consumo. E isso, na obra de Sahlins, tem a ver com o significado do que é abundância e do que é escassez. Aí, é interessante pensarmos numa distinção muito importante, entre sociedades com mercado e sociedades sem mercado. Assim como na Antropologia Política se faz a distinção entre Sociedades com Estado e Sociedades sem Estado. A questão é que, numa sociedade de mercado, onde os padrões de consumo são cada vez mais ampliados, ocorre uma ampliação também dos parâmetros de graus de satisfação. E isso numa curva que, pelo menos simbolicamente, tende ao infinito. Ou seja, cria-se a sensação de que jamais estaremos satisfeitos porque os parâmetros de consumo estão sendo sempre alargados. Isso, claro, repercute sobre a própria relação com o trabalho: tenho que trabalhar cada vez mais, procurando ganhos maiores para satisfazer a crescente necessidade.

A relação entre depressão e profissão me lembrou muito Marx, quando fala sobre a subsunção do trabalho (aquilo que ele chama de alienação, que é sair de si próprio) e o papel do processo de trabalho na sociedade capitalista nessa construção... É o se relacionar com o outro através do objeto, e este objeto é commoditizado, transformado em mercadoria (assim como o próprio trabalho). Em síntese: é o que ele chama de processo de fetichização. Isso parece interessante para se pensar hoje a relação da depressão com o ambiente de trabalho, porque tem a ver com o que o Pedro falou: do excesso, do esvaziamento de sentido (ou significado), do surto de lucidez, e muita gente já enfrenta isso. Como é o nosso caso. Quando você decide ser professor, você sabe que já vai

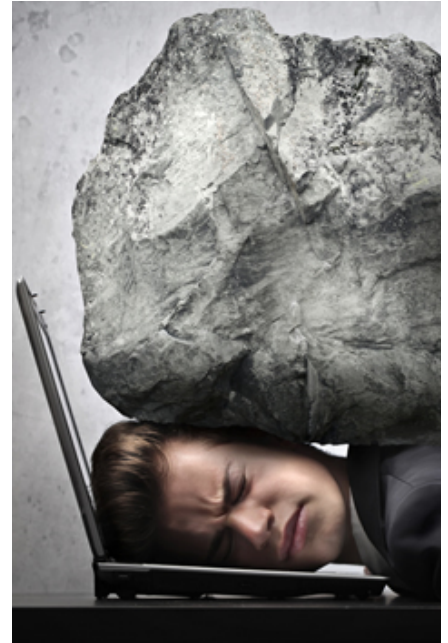
enfrentar, por exemplo, dificuldade econômica e uma série de outros revezes, mas você decide fazer porque você gosta. E aí, você vai em frente. O que leva uma pessoa a fazer, por exemplo, curso de Filosofia (como eu, quando jovem)? Se não for isso. Fica-se muito à mercê da questão da produtividade e da cobrança sobre o professor. E também sobre o pesquisador (afinal, este é o modelo fordista de se produzir, produzir, não importando muito a qualidade do que se produz).

Isso eu vivi muito nos módulos de Capacitação em Metodologias Didáticas, me Lorena, que fiz há alguns dias: os professores (todos de universidades americanas e que já utilizam esses métodos e técnicas há anos) estavam tão ansiosos para passar o máximo de conteúdo possível que muitos se esqueciam de um dos principais itens que sustentam o método: o feedback aos alunos. O desejo por grande produtividade (aqui, no caso, era passar o máximo de conteúdo no tempo disponível) que não se preocupavam com o fato dos alunos estarem ou não assimilando aquele mesmo conteúdo.

O grande problema é que não corresponder a essa projeção que nós mesmos fazemos de nossa profissão, ao mesmo tempo o medo e o estresse de não correspondermos àquilo que esperam de nós (principalmente os nossos contratadores). Isso, somado à pressão própria de nosso trabalho, pode nos levar a certas descompensações emocionais que, muitas vezes, podem existir de forma crônica.

Fechando com o argumento inicial (e a ideia de Sahlins), talvez seja interessante uma revisão (e uma

adequação) sobre quais os padrões de exigências são considerados satisfatórios para que não se sobrecarregue o sujeito no ambiente de trabalho (assim como ocorre, por exemplo, com os padrões de consumo na sociedade de mercado). Isso certamente possibilitaria uma maior adequação entre expectativas e modos de corresponder a estas expectativas no ambiente de trabalho.





CELSONO CRUZ

VIDA DE PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E DEPRESSÃO

Vida de professor universitário é excitante. Você trabalha com muita gente, de contextos, idades e valores diversos. Você influencia, você transforma, você lidera. Você lida com ideias e afetos. Com indivíduos, grupos, classes. Você sonha e realiza. Você muda. Você marca. Tem duas férias por ano. E, às vezes, até consegue “ganhar bem”.

Vida de professor universitário é deprimente. Assim como vêm, os alunos vão, alguns sem reconhecer o “valor” do mestre, mesmo porque não tiram os olhos das telas dos *smartphones* enquanto você se esfalta, praticando ativamente alguma metodologia, já pensando na próxima aula, talvez igual

à primeira, que vai dar numa escola do outro lado da cidade.

Então, nós, professores, nos alternamos nos dois extremos da gangorra, sentadinhos nos assentos das salas de professores, entre um gole e outro de café (que esfria ao longo do período), acompanhado por um biscoito de água e sal (que nos lembra do que a vida é feita), ou por uma bolacha doce (um *shot* de glicose ajuda a dar conta do recado).

Lá, nos intervalos, pontificamos gostosamente sobre o Corinthians e as séries do *NetFlix*, viagens de férias e matemática financeira, família e alunos. Fazemos piadas inteligentes e terapia breve, trocando causos da sala de aula e telefones de médicos, mesmo que quase sempre os assuntos fiquem no ar, porque o relógio corre e os elevadores vivem lotados.

Nossos horários são confusos – porque aprendemos a não dizer “não”, temos muitos boletos sobre a mesa e damos aulas de manhã, de tarde e de noite, em diversas instituições, cada uma com um perfil. Algumas apoiam os mestres, outras os espremem. Educação e Mercado são dois mestres que nem sempre falam a mesma língua.

Enfim, dormimos, comemos e nos locomovemos mal. Somos muito exigidos intelectualmente, fisicamente e afetivamente. Agora, que fique bem claro, além de dar aulas todos nós também podemos “trabalhar”.

Como já disse o poeta, trabalhar cansa. Trabalhar num tipo de mundo que prega altíssima produtividade, competição absoluta e consumo a todo custo é uma coisa que exaure. Estão aí os rombos que a Saúde causa nos orçamentos dos governos, das empresas e dos cidadãos para comprovar.

As rouquidões de março. As quietudes de abril. As gripes de maio. As

lombalgias de junho. As euforias de julho. As gastrites de setembro. As estafas de novembro. As expectativas de dezembro.

Para nosso consolo, **George Steiner**, o grande mestre e pensador, em **Lições dos mestres** (2005, p.29), esclareceu: “O magistério autêntico é uma vocação. É um chamado. A riqueza de significados que se relacionam a termos como ‘ministério’, ‘sacerdócio’, ecoam, de certa forma, no magistério secular, tanto moral quanto historicamente. ‘Rabino’, em hebraico, significa simplesmente ‘professor’.”

Ah, bom! Então, o magistério resulta de um chamado – e você achava que tinha virado professor porque não aguentava mais o seu trabalho naquela multinacional.

Claro, facilmente podemos viver gentis coveiros de nossos discípulos, mas os paradigmas são de primeira: **Sócrates e Platão, Virgílio e Dante, Jesus e os Apóstolos...**

Com tanta coisa na cabeça, nas costas, no peito, o professor pode sentir que a gravidade comprime ainda mais cada uma de suas vértebras, a ponto de quase partir sua coluna, a ponto de você sentir dor, tristeza, medo e falta de sentido.

Não é fácil falar sobre essas coisas, mesmo usando metáforas e alegorias. Pode ser mais prático conseguir um diagnóstico no **DSM-V** ou no **Google**. Vejamos. Você precisa apresentar ao menos cinco destes sintomas: sentir-se deprimido; perder ou ganhar muito peso; ter agitação ou lentidão psicomotora; sentir fadiga ou perda de energia; sentir-se sem valor ou com culpa excessiva; sentir sua habilidade de pensar ou se concentrar reduzida; ter pensamentos recorrentes sobre morte e suicídio. Tudo isso, toda hora, todo dia.

A melancolia, o demônio do meio-dia, o Sol Negro... Menor ou maior, a depressão não precisa de aviso prévio pra chegar. A dor, a tristeza e o vazio dispensam régua e compasso. Química e contexto contribuem para o quadro. A vida de professor não pode ser responsabilizada por um estado depressivo, mas colabora para aprofundar o mal-estar ou para mitigá-lo. A aprendizagem requer atrito, mas esperamos que após o auge das tensões aconteça satisfação, relaxamento e alívio. O magistério merece ser tratado com carinho e ações concretas.

No caso da saúde e do bem-estar, podemos trocar receitas de tarja-preta, se necessário, ou recomendar profissionais que o façam com sensatez. Mas também podemos fazer análise, grupos de movimento, grupos terapêuticos que invistam em psicologia positiva e resiliência, grupos de oração. Investir em prevenção ou redução de danos. Organizar trocas de experiências, caminhadas, meditação, yoga, futsal, teatro...

Mas, afinal, o que deseja um professor? Ser reconhecido. Ser valorizado. Ser prestigiado. Ter autonomia. Parceria, olho no olho, transparência. Desafios e alunos estimulantes, que gerem sentido. Condições de trabalho, ambiente e tecnologia. Venenos antimonotonia, na forma de pesquisas, metodologias e orientações diferenciadas. Aumentos de salário. Planos de carreira. Bons planos de saúde e previdência. Um professor quer espaço e tempo. Você se lembra de mais alguma coisa?

Que tal conquistar, também, o direito à preguiça? E também à própria depressão, porque ainda há muito preconceito, e a depressão alheia às vezes parece bobagem, enquanto sofremos calados, buscando conforto no fato de que muitos gênios

compartilharam da bile negra. Ainda que no meio das trevas, quando as águas parecem paradas, mínimos movimentos acontecem. Transformações. E aí a depressão tem muito para ensinar para nós, professores. Tudo isso não garante nada. Mas até que ajuda.

