

## FUNDAMENTOS DA SAÚDE MENTAL NA ESCOLA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM CURSO DE EXTENSÃO

Maria Luiza Limeira da Silva<sup>1</sup>  
Alidiane Josefa Barbosa da Silva<sup>2</sup>  
Livia Maria de Pontes Nascimento<sup>3</sup>  
Sara Livia dos Santos Sousa<sup>4</sup>  
André Augusto Diniz Lira<sup>5</sup>

### INTRODUÇÃO

O lugar da escola é crucial para a compreensão e desenvolvimento de práticas relacionadas à promoção da saúde. Ainda vigoram representações de saúde como ausência de doença na sociedade, assim como se destina pouco ou quase nenhum tempo para atividades nesse sentido. A importância da temática da saúde pode ser aquilatada em vários âmbitos, considerando inclusive as mudanças drásticas acarretadas devido à pandemia do novo Coronavírus. A partir de 2020, o grupo PET Pedagogia tem trabalhado em diversas ocasiões com a temática da saúde mental, visando fundamentar projetos de extensão com esse enfoque.

Este relato de experiência de um projeto de extensão é, portanto, uma culminância de estudos e pesquisas anteriores nesse âmbito. Com o curso, tivemos como finalidade fundamentar o trabalho docente não apenas em termos conceituais, mas também de conteúdos procedimentais e atitudinais no tocante à saúde mental, à psicologia positiva, à logoterapia e às dificuldades acentuadas pelo isolamento social e pela excessiva exposição às tecnologias, como transtornos de ansiedade e depressão. Advogamos que apenas uma formação de caráter experiencial, autorreflexiva e prática poderá levar planejamentos educativos que incorporem a temática da saúde nas práticas pedagógicas.

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG e Bolsista do Programa de Educação Tutorial (PET Pedagogia), [limeiraluizamaria@gmail.com](mailto:limeiraluizamaria@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG e Bolsista do Programa de Educação Tutorial (PET Pedagogia), [alidiane-ph@outlook.com](mailto:alidiane-ph@outlook.com)

<sup>3</sup> Mestranda em Educação pela Unidade Acadêmica de Educação - UFCG, Graduanda do curso de Pedagogia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG e Bolsista do Programa de Educação Tutorial (PET Pedagogia), [liviamariapn@gmail.com](mailto:liviamariapn@gmail.com)

<sup>4</sup> Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG e Bolsista do Programa de Educação Tutorial (PET Pedagogia), [sara\\_livia\\_sousa@hotmail.com](mailto:sara_livia_sousa@hotmail.com)

<sup>5</sup> Tutor do Grupo Programa de Educação Tutorial (PET Pedagogia) e docente da Unidade Acadêmica de Educação (UAEd) da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [andreaugustoufcg@gmail.com](mailto:andreaugustoufcg@gmail.com)

A proposta de um curso de extensão sobre os fundamentos da saúde mental na escola teve como objetivo discutir os fundamentos básicos da relação de saúde integral com a educação em contextos de pandemia, analisando os conceitos básicos de saúde mental, refletindo sobre o lugar da escola na promoção da saúde no desenvolvimento humano e abordando as contribuições da psicologia positiva e da logoterapia em tempos e desafios pandêmicos, a partir de encontros síncronos e assíncronos realizados em ambientes virtuais de aprendizagem voltados à licenciandos.

Havendo sido concluída a atividade, a partir da interação dos cursistas durante os encontros e dos relatos dialogados no final do curso de extensão, cumprimos nosso propósito de introduzir conteúdos básicos de saúde mental, contribuindo na formação docente para a promoção e prevenção da saúde mental na escola e na desconstrução de atitudes preconceituosas no cotidiano escolar quanto à saúde mental, ao apontar alternativas para superar os desafios da pandemia através da explicitação das potencialidades dos sujeitos.

## **METODOLOGIA**

O grupo PET Pedagogia da Universidade Federal de Campina Grande realizou o curso de extensão “Fundamentos da Saúde Mental na Escola” com carga-horária total de 15 horas-aula, sendo divididas em 9 horas de atividades síncronas (aulas expositivas de caráter dialógico) e 6 horas de atividades assíncronas (estudos dirigidos), que aconteceram por meio de ambientes virtuais de aprendizagem (plataformas *meet* e *classroom*). O curso foi ministrado pelo tutor e professor André Augusto Diniz Lira, e pelas componentes do grupo PET Pedagogia: Maria Luiza Limeira da Silva, Rafaelly Sales da Cruz, Sara Lívia dos Santos Sousa, Lívia Maria de Pontes Nascimento e Alidiane Josefa Barbosa da Silva. O público alvo do curso de extensão foi exclusivamente para licenciandos, oferecendo-se, no momento de inscrição, um total de 40 vagas.

Os encontros virtuais aconteceram durante três dias consecutivos e tiveram, cada um, três horas de duração, com intervalos de 20 minutos. As aulas expositivas abordaram, como temas, os fundamentos da saúde mental e sua relação com a educação; a pandemia, a psicologia positiva, a logoterapia e os transtornos relacionados à ansiedade e à depressão. Com relação às atividades assíncronas, além de um exercício inicial de diagnóstico da concepção dos alunos sobre o conceito de saúde, utilizamos como recursos didáticos vídeos relacionados às temáticas e artigos disponíveis para complementar os conteúdos.

Para a obtenção dos resultados do relato de experiência apresentado, utilizamos como metodologia um levantamento de dados, obtidos sob autorização dos cursistas com o objetivo de acompanhar o seu progresso ao longo do curso de extensão, no qual solicitamos um breve relato sobre suas compreensões do conceito saúde e o lugar da escola como uma instituição promotora de saúde.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

Para a realização do curso de extensão, utilizamos como principal referencial teórico, nas atividades síncronas e assíncronas, alguns capítulos do livro “Saúde Mental na Escola: o que os educadores devem saber” dos autores Gustavo M. Estanislau e Rodrigo Bressan. Além dele, os conceitos fundamentais da logoterapia do livro “Em busca de um sentido” de Viktor Frankl; o capítulo “Bem vindo à psicologia positiva” do livro Psicologia positiva: Uma abordagem científica e prática das qualidades humanas de C.R. Snyder & Shane J. Lopez; o artigo “Psicologia positiva” de Patrícia Nunes; o artigo “Depressão e Desempenho Escolar em Crianças e Adolescentes Institucionalizados” de Débora Dalbosco Dell’Aglío e Cláudio Simon Hutz; e a cartilha “Ansiedade em crianças: um olhar sobre transtornos de ansiedade e violências na infância” de Simone Gonçalves de Assis et. al.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O curso de extensão consistiu em três encontros síncronos, nos quais, inicialmente, trabalhamos com os cursistas o conceito de saúde e suas abordagens contemporâneas, a relação entre saúde e bem-estar e alguns princípios para a promoção de saúde, bem como os transtornos mentais mais presentes no campo educacional, as estratégias para a sua prevenção e o papel do professor para a aprendizagem socioemocional na escola, tendo em vista que os educadores precisam atuar no desenvolvimento dos seus alunos, não somente em aspectos acadêmicos, mas também relacionados à saúde (ESTANISLAU e BRESSAN, 2014).

No segundo dia, exploramos os conceitos fundamentais da Logoterapia, mais conhecida como a teoria do “Sentido da vida” do psicólogo Viktor Frankl, os benefícios da Psicologia Positiva e as suas contribuições para o contexto de crise e pandemia que estamos vivenciando.

Por fim, no terceiro dia, estudamos dois transtornos mentais que são recorrentes no contexto brasileiro, especialmente no educacional, que são o transtorno de ansiedade e o de

depressão, nos quais discorremos sobre as suas implicações na infância, suas principais características, como podem ser identificados na escola e o papel do professor na prevenção, diagnóstico e tratamento desses transtornos. Vale salientar que não constitui à função do professor o diagnóstico e o tratamento de transtornos, mas, ancorado nesses conhecimentos, o profissional educador tem maiores condições de atuar, com seu espaço/tempo de contato privilegiado com as crianças, em questões relativas a suas saúdes mentais (ESTANISLAU e BRESSAN, 2014). Dessa forma, o professor, em trabalho coletivo com a família e outros profissionais, pode identificar possibilidades a serem investigadas pelos entes responsáveis.

De igual modo, além das apresentações expositivas, nas atividades assíncronas foram elaborados recursos didáticos, como slides sobre as respectivas temáticas, vídeos sobre saúde mental e sobre os fundamentos da logoterapia, e formulários que tiveram como objetivo incentivar a interação dos alunos durante o curso, nos quais percebemos a participação dos cursistas ao longo dos encontros, trazendo os seus conhecimentos prévios e experiências acerca das temáticas trabalhadas.

Além das avaliações que foram feitas ao longo do curso, contamos como atividade assíncrona a participação nos recursos que foram disponibilizados no ambiente virtual do *Google Classroom*, bem como um formulário final em que foi solicitado aos alunos um breve relato sobre suas compreensões do conceito saúde e o lugar da escola como uma instituição promotora de saúde, considerando-se os períodos antes e depois do curso de extensão.

A partir dos dados coletados através das respostas dos cursistas, percebemos que a grande maioria não possuía um conhecimento aprofundado no que se refere às concepções de saúde e doença e sobre a saúde mental na escola; a partir de uma análise comparativa entre as redações que foram realizadas antes e depois do curso, foi notório o saldo positivo que obtivemos a respeito da evolução na compreensão das temáticas apresentadas. Algumas teorias, que geralmente não estão presentes nos currículos das licenciaturas, como a Logoterapia e a Psicologia positiva, foram apontadas nos relatos como uma nova e importante descoberta, principalmente no contexto educacional como estratégia para ser elaborada na sala de aula.

Vários apontamentos de grande valia foram explorados nas respostas dos cursistas, como a importância do trabalho com a saúde mental na escola, que muitas vezes é negligenciado. A relevância da temática a ser trabalhada no contexto escolar é muito pertinente, tendo em vista que, segundo Estanislau e Bressan,

O sistema escolar [tem sido identificado] como um espaço estratégico e privilegiado na implementação de políticas de saúde pública para jovens, passando a destacá-lo como principal núcleo de promoção e prevenção de saúde mental para crianças e adolescentes, atuando nos fatores de proteção e na redução de riscos ligados à saúde mental. (ESTANISLAU E BRESSAN, 2014, p. 16)

A grande maioria dos relatos narram uma experiência escolar que não contava com o apoio e assistência de profissionais para o trabalho com a saúde, especialmente a saúde mental. Eles reconhecem, portanto, o papel imprescindível do professor na sala de aula e no acompanhamento para a prevenção de transtornos mentais, bem como combate ao estigma, problemas os quais poderiam ser amenizados ou evitados com políticas educacionais voltadas à área, e com uma maior articulação da escola e da família.

Outro ponto importante que resultou da análise diagnóstica dos cursistas diz respeito ao reflexo dos temas abordados no curso, que despertam uma reflexão que foi além da escola: o olhar para si mesmo. Como professores, é importante que antes de trabalharmos os aspectos da saúde mental com os alunos, trabalhem em reflexões intrínsecas, de cuidado com a nossa saúde e bem-estar. Tendo em vista que além de ser uma necessidade subjetiva do professor, educar exige “corporeificação das palavras pelo exemplo” (FREIRE, 1996). Atrelado a esse aspecto, percebemos inúmeros relatos nos quais predominavam a importância do tema em momentos de crise e pandemia que - ainda - estamos vivenciando. É notório que, em um contexto de isolamento social, perdas e medo constante, os principais transtornos (discutidos durante o curso) de ansiedade e depressão vêm se tornando cada vez mais comuns em nosso cotidiano, por isso, é preciso romper com o estigma historicamente presente na sociedade com relação à saúde mental, e estimular o cuidado de si e do outro, o acompanhamento psicológico e os tratamentos quanto à prevenção e promoção da saúde.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A saúde mental na escola é um tema que está sendo trabalhado em nosso grupo há quase dois anos, a partir de autores conceituados na área e de uma grande diversidade de temáticas que dele surgem. Realizar um curso de extensão, no entanto, foi uma experiência que contribuiu profundamente para a nossa prática docente, tendo em vista que discorreremos sobre temas pouco explorados nos cursos de licenciatura, mas que são imprescindíveis para o trabalho na escola. A partir dessa experiência, tivemos a oportunidade de realizar reflexões intrínsecas, mas também de diálogos e compartilhamento de experiências com os cursistas

que, como já foram apresentados, forneceram resultados positivos que nos incentivaram a continuar pesquisando sobre a temática, que é tão importante para a comunidade científica, mas, infelizmente, ainda muito negligenciada e estigmatizada na área da educação.

Concluimos, portanto, que os problemas relacionados à saúde mental são cada vez mais recorrentes e que poucas políticas públicas, principalmente escolares, são desenvolvidas para o trabalho com a saúde mental na escola e que, de igual modo, os cursos de licenciatura ainda estudam muito pouco sobre uma temática tão presente no contexto educacional. Nosso desejo, portanto, é que esse relato de experiência vá além do que trabalhamos nesses três dias de curso, e que possa se estender e crescer como objeto de teoria e prática na educação e em nossa sociedade.

**Palavras-chave:** saúde mental, psicologia, educação, escola.

## REFERÊNCIAS

- ASSIS, S. G. et al. **Ansiedade em crianças:** um olhar sobre transtornos de ansiedade e violências na infância. Rio de Janeiro: FIOCRUZ/ENSP/CLAVES/CNPq, 2007. 88p. (Série Violência e Saúde Mental Infanto-Juvenil).
- DELL'AGLIO, D. D; HUTZ, C. S. **Depressão e Desempenho Escolar em Crianças e Adolescentes Institucionalizados.** Porto Alegre: Psicologia: Reflexão e Crítica, 2004. p.341-350.
- ESTANISLAU, G. M. BRESSAN, R. A. (Orgs). **Saúde Mental na Escola:** o que os educadores devem saber. Porto Alegre: Artmed, 2014. 277 p.
- FRANKL, V. E. **Em busca de sentido:** um psicólogo no campo de concentração. Petrópolis: Vozes, 2017. 140 p.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia:** Saberes necessários à prática educativa. 25 ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.
- NUNES, P. **Psicologia positiva.** Portugal: O portal dos psicólogos, 2007. 49 p.
- SNYDER, C. R; SHANE, J. L. Bem vindo à Psicologia positiva. In:\_\_\_\_. **Psicologia positiva:** Uma abordagem científica e prática das qualidades humanas. Porto Alegre: Artmed, 2008. p. 17-33.