



SAÚDE MENTAL DE EDUCADORES ACOLHIDOS PELA PLATAFORMA CHA NO MUNICÍPIO DE MENDES/ RIO DE JANEIRO

Gabrielle Mazulo ¹

Valdir A Costa ²

Maria Paula da Silva Vale ³

Clélia Christina Mello Silva ⁴

RESUMO

A Plataforma CHA para educadores é uma tecnologia social que promove saúde psíquica, comunicativa e ocupacional, além de formação continuada em serviço para educadores de todo o Brasil. Desde 2022 a plataforma tem atuado de forma personalizada na comunidade escolar de educação básica do município de Mendes/ RJ. Este projeto tem por objetivo restabelecer a excelência didática-pedagógica pautada nos pressupostos teóricos da pedagogia libertadora de Paulo Freire com formação continuada e acompanhamento pedagógico, psicológico e comunicativo dos professores para organizar uma escola promotora de saúde e cidadania planetária. Este resumo apresenta resultados referentes ao acolhimento psicológico. Atividades de acolhimento são realizadas *online* semanalmente e presenciais com atividades bimestrais na escola. Toda comunidade escolar se cadastrou na plataforma CHA no campus virtual da Fiocruz. Foram cadastrados 15 educadores e 02 diretores. Todos responderam a avaliação diagnóstica por meio de formulário eletrônico, que contém perguntas específicas referentes a saúde mental. Foram realizadas dez

¹ Graduando do Curso em Psicologia da Universidade Federal Rural do RJ (UFRRJ) mazulo.gabrielle@gmail.com;

² Especialista em Psicologia Clínica, coordenador da área da Psicologia da Plataforma CHA para Educadores, IOC. Fiocruz, RJ, valdiracosta46@gmail.com;

³ Graduada em Pedagogia e Psicologia, pela Universidade de Vassouras - RJ, Secretária de Educação do Município de Mendes, Rio de Janeiro, RJ, m.paula14vale@gmail.com;

⁴ Pós-doutora em Educação e doutora em Ciências pela UFRJ e Coordenadora geral da Plataforma CHA para Educadores/ LAPSA/IOC/ Fiocruz, RJ, clelia@ioc.fiocruz.br



sessões individuais de 50 minutos com cada profissional uma vez por semana. O acolhimento psicológico da Plataforma CHA é pautada no atendimento de curta duração da Gestalt-terapia. Nove profissionais da escola foram atendidos no acolhimento psicológico *online* individualmente no ano passado, apenas 2 desses profissionais continuam sendo acolhidos. Todos participaram das atividades presenciais de acolhimento. Novos professores da escola estão sendo cadastrados. Os cinco principais motivos de estresse relatados pelos professores na avaliação diagnóstica foram: medo, ansiedade provocada pelo trabalho *online*, acúmulo de tarefas, perda de familiares, isolamento social e instabilidade financeira. No retorno presencial o medo, ansiedade, luto, cansaço mental e estresse foram verificados. Durante cada sessão o educador pode experimentar a tomada de consciência (*awareness*), fazendo contato consigo e seus problemas na busca por solução. A plataforma CHA tem acompanhado e promovido saúde para essa comunidade escolar de Mendes.

Palavras-chave: acolhimento psicológico, professores, ensino fundamental, saúde

ABSTRACT

The CHA Platform for Educators is a social technology that promotes psychological, communicative, and occupational health, also ongoing in-service training for educators throughout Brazil. Since 2022, the platform has been operating in a personalized way within the elementary education community in the municipality of Mendes/RJ. This project aims to restore didactic pedagogical excellence based on the theoretical principles of Paulo Freire's liberating pedagogy, providing continuous training and pedagogical, psychological, and communicative support for teachers to organize a school that promotes health and planetary citizenship. This summary presents results related to psychological support.

Online welcoming activities are conducted weekly, with in-person meeting proposals held bimonthly at the school. The entire school community registered on the CHA platform on the Fiocruz virtual campus. Fifteen educators and two

directors were registered. All responded to a diagnostic assessment through an electronic form containing specific questions about mental health. Ten individual 50-minute sessions were conducted with each professional once a week.

The CHA Platform offers a psychological support based on short-term Gestalt therapy. Nine school professionals received online individual psychological support last year, with only two teachers continuing to receive support. All participated in in-person welcoming activities. New teachers at the school are being registered.

The five main stressors reported by teachers in the diagnostic assessment were fear, anxiety from online work, task overload, loss of family members, social isolation, and financial instability. Upon returning to in-person work, fear, anxiety, grief, mental fatigue, and stress were observed. During each session, educators could experience awareness, making contact with themselves and their problems in the search for solutions. The CHA platform has been monitoring and promoting health for the Mendes school community.

Key Words: psychological support, teachers, primary education, health

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 1946), saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade. A saúde mental implica muito mais que a ausência de doenças mentais. Segundo a OMS (2023), as situações de competição são as principais causas de estresse associado ao trabalho. Estatísticas apontam que uma a cada cinco pessoas podem sofrer de algum problema de saúde mental e esses impactarão diretamente no ambiente laboral, causando perda de produtividade e faltas ao trabalho, entre outros (SAÚDE mental no trabalho, 2017).

A sobrecarga de trabalho dos educadores, muitas vezes envolvendo múltiplas jornadas, a falta de recursos e infraestrutura nas escolas, a exposição à violência dentro da sala de aula, o desinteresse dos alunos e outras complexas condições que afetam o ambiente escolar (DO VALE; AGUILLERA 2016). Além disso, o não reconhecimento profissional e a desvalorização social e econômica

dos professores, são fatores que contribuem para o adoecimento e a sobrecarga dos educadores. Cuidar da saúde mental dos educadores é essencial para proporcionar um ambiente de trabalho e aprendizado de qualidade. A saúde mental é uma preocupação de suma importância no âmbito educacional, abordar a saúde física e o autocuidado desse profissional implica considerar o impacto de sua atividade profissional em suas vidas.

Em 2020, surgiu a Plataforma CHA para Educadores, localizada no campus virtual da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), apresenta como objetivo aprimorar não apenas a competência pedagógica, mas também a saúde mental e emocional dos educadores, um aspecto de extrema relevância, particularmente agravado pelos desafios adicionais impostos pela pandemia de COVID-19. A sigla (**CHA**) representa **Conhecimentos, Habilidades e Atitudes**, e essa plataforma inovadora oferece uma ampla gama de recursos para educadores de diversos segmentos da educação por meio de cursos, rodas de conversa, oficinas temáticas e suporte psicológico, fonoaudiológico e pedagógico, a plataforma CHA fornece um ambiente abrangente para apoiar educadores em sua jornada profissional (MELLO-SILVA et al, 2022).

Sendo assim, a plataforma CHA para Educadores se destaca como uma ferramenta valiosa para o cuidado da saúde mental de educadores. O acolhimento psicológico desempenha um papel fundamental na promoção da saúde mental e emocional dos profissionais da educação, fato esse que está diretamente relacionado à construção do conhecimento pelos educadores. A atenção à saúde mental é essencial para criar um ambiente de trabalho saudável e, por consequência, melhorar o sistema educacional como um todo.

Neste sentido, a Plataforma CHA mudou a sua estratégia de atuação. Em vez de cuidar da saúde mental de diversos professores de escolas e municípios diferentes, decidimos verificar o impacto de cuidar de todos os professores de uma mesma escola de um município. Este artigo apresenta resultados referentes ao desenvolvimento da saúde mental dos educadores acolhidos pela Plataforma CHA no município de Mendes.

PERCURSO METODOLÓGICO

Município de Mendes e a escolha da escola

A cidade de Mendes é um município brasileiro do estado do Rio de Janeiro, Região Sudeste do país. Sua população estimada é de 18.614 habitantes em 2020. Localiza-se a uma latitude 22°31'36" sul e a uma longitude 43°43'58" oeste, estando a uma altitude de 446 metros. Após contato com a secretaria de Educação de Mendes para desenvolvimento do projeto na cidade, a secretária nos apoiou e indicou a uma escola de educação básica no centro do município com uma comunidade escolar de mais 400 alunos, a escola municipalizada Jayme Siciliano.

Comitê de ética

O projeto já foi aprovado pelo comitê de ética e pesquisa em seres humanos do IOC/Fiocruz com o CAAE 32236620.8.0000.5248.

Acolhimento psicológico

O processo terapêutico utilizado para trabalhar juntamente com os educadores está baseado na Gestalt-terapia de curta duração. O psicoterapeuta e paciente buscam soluções de situações, que estejam sendo vividas, utilizando todos os recursos disponíveis para que o paciente possa se sentir seguro e confortável para conduzir sua própria vida (RIBEIRO, 2009, 2011, 2012 & PINTO, 2009). Foram realizadas entre dez e vinte sessões individuais com duração de 50 minutos cada, uma vez por semana no formato *online*. O número de sessões realizadas dependeu das necessidades imediatas de cada educador, e de sua capacidade interna de se ajustar em curto espaço de tempo. Forneceu aos educadores uma escuta sensível para tomada de consciência do educador para assim conseguir lidar com o seu “aqui e agora”.

O acolhimento psicológico do CHA é baseado na abordagem transdisciplinar da Gestalt-terapia, que transita em várias correntes filosóficas, metodológicas e terapêuticas. A base filosófica da Gestalt-terapia é composta pelo Humanismo de Maslow, Carl Rogers, Rollo May; o existencialismo de J.

Paul Sartre, Martin Heidegger, Karl Jasper, Binswanger, Soren Kierkegaard e Martin Buber; a fenomenologia de Edmund Husserl, Marice Merleau-Pontier, Frantz Bentano, Eugène Minkowski e Max Scheler; a Psicanálise de Freud, Ferenczi, Groddeck, Rank, Adler, Jung, Reich e Horney; a Psicologia da Gestalt ou Teoria da Forma; a Teoria de Campo de Kurt Lewin; os Holismos de Jan Smuts; Teoria Organísmica; Psicodrama de Moreno; Teorias Corporais Reichiana, Taoísmo e o Zen-Budismo.

Durante as sessões foram trabalhados alguns conceitos básicos da Gestalt-terapia como os educadores, como a autorregulação organísmica, ajustamento criativo, aqui-agora - aqui e agora, *awareness*, bloqueio do contato, campo, contato, corpo, diálogo, experimento, fenômeno, figura-fundo e fronteira de contato. Assim procuramos acolher durante as sessões a diferença de cada educador, respeitando as suas necessidades individuais, buscando reestruturar a vivência frente ao isolamento social e a dificuldade ao seu retornar à sala de aula. Ajudar o educador a fazer contato com a relação consigo próprio, melhorar sua auto-observação, ampliar o campo de consciência e com isso identificar os estressores, construindo estratégias de enfrentamento para as condições que podem ser modificadas (PINTO, 2009).

Os motivos pelos quais os educadores procuraram a plataforma e os sentimentos deles frente ao retorno para as atividades escolas foram apresentados sob a forma de nuvem de palavras utilizando o software Cloud (wordart.com).

Foram seguidas todas as orientações técnicas regulamentadas pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) para a prática do atendimento psicológico online a ser realizado. Os acolhimentos psicológicos online, aconteceram sempre pautado pelo Código de Ética Profissional (Resolução CFP nº 10, de 21 de julho de 2005). Além do cadastramento no E-PSI a Resolução nº 4 do CFP, de 26/03/20, dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio das TICs (Tecnologia da Informação e da Comunicação).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram cadastrados 15 educadores e 02 diretores. Todos responderam a avaliação diagnóstica por meio de formulário eletrônico, que contém perguntas

2009). Se concentrar nas coisas que pode controlar e não nas coisas que não pode controlar.

A linguagem artística utilizada no processo terapêutico do CHA se expressou em diferentes momentos na escola (atividades presenciais) e como sugestões a serem realizadas em família, como cantar, dançar, desenhar, esculpir, representar, dentre outros. Com essa dinâmica buscou-se manter uma postura positiva por meio da utilização de uma perspectiva de longo prazo, se preocupar com o hoje, ser paciente e gentil consigo mesmo, celebrar qualquer sucesso, fazer pausas e realizar atividades agradáveis.

Alguns educadores se encontravam em um processo depressivo, para eles foi utilizado foi a dinâmica do experimento que é o instrumento mais nobre no trabalho gestáltico, seu desdobramento em geral inclui algumas das intervenções técnicas mais comuns da Gestalt-terapia. O experimento sempre implica uma emergência da situação, sempre original, envolvendo diretamente a participação do paciente como coautor da história. Ao final resulta em uma obra acabada, com um valor estético próprio que sempre impacta pela novidade que em si mesmo revela (FIGUEROA, 2015, p 114).

Um dos educadores acolhidos no CHA apresentou um quadro depressivo e foi convidado durante o atendimento online a fazer um experimento chamado “Viagem de Fantasia”. Em um ambiente que ele estava acostumado. Essa experiência o ajudou a perceber uma importante expressão de si mesmo e de sua vida. O paciente buscou em si próprio, uma tomada de consciência real, com isso passou a estar presente em seus momentos, buscando recuperar sua qualidade de vida, ativa do seu dia a dia. Desta forma, o paciente se deu conta que o isolamento não tinha sido o responsável principal do que estava acontecendo com ele, sendo tomadas outras decisões.

O objetivo da Gestalt-terapia é o crescimento natural do indivíduo e o aumento de sua consciência (*awareness*), o que gera automaticamente uma mudança autêntica e duradoura (YONTEF, 1998). Pacientes e terapeutas em Gestalt-terapia, dialogam entre si, isto é, comunicam suas perspectivas fenomenológicas (FRAZÃO, 2013) e neste processo promovem o reconhecimento da responsabilidade e da escolha na criação da própria existência.

De acordo com Figueroa (2015, p.112), o propósito da terapia gestáltica é desenvolver a *awareness*, possibilitando o ajustamento criativo pelo qual há autorregulação orgânica. Para o Gestalt-terapeuta a pessoa deve se sentir responsável por si próprio, estar “*awareness*” em seus momentos diversos para conseguir lidar com seu futuro próprio, sendo o responsável de sua liberdade e reconhecendo seus limites (Ribeiro, 2006).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante o apoio psicológico promovido pela Plataforma CHA, o educador foi incentivado a buscar o autocuidado, a fim de conseguir estabelecer limites durante o seu dia, ter uma rotina de sono adequada, praticar atividades físicas regularmente, cuidar da sua alimentação, praticar técnicas de relaxamento, manter conexões com outras pessoas regularmente, assim podendo ajudar a reduzir os sentimentos de ansiedade ou depressão que se potencializaram com a Pandemia e a Pós-Pandemia do Covid-19.

A participação dos educadores nas dinâmicas de acolhimento psicológico, associadas ao comprometimento da secretaria de educação com a saúde dos educadores promoveu um processo de adaptação que culminou na melhoria da qualidade do trabalho das educadoras, no reconhecimento da sua importância, com carga horária para planejamento prevista na carga horária final das educadoras na escola, além da criação de um espaço de ambiência saudável para os educadores na escola.

A experiência de realizar o acolhimento psicológico da plataforma CHA no município de Mendes com todos os professores de uma mesma escola foi exitosa, sem dúvida a participação da Secretária de Educação e sua equipe em todo o processo fez diferença. O projeto continua por mais um ano e espera-se promover cada vez mais saúde para comunidade escolar de Mendes.

REFERÊNCIAS

ASTECPMPA. **Gestores, vamos falar de saúde mental no trabalho e bem-estar dos funcionários.** Disponível em: <<https://astecmpa.com.br/artigo->



gestores-vamos-falar-de-saude-mental-no-trabalho-e-bem-estar-dos-funcionarios/>.

CARLOTTO, M. S. **Síndrome de Burnout: diferenças segundo níveis de ensino**. Psico, v. 41, n. 4, p. 495-502, 2010.

CÓDIGO DE ÉTICA PROFISSIONAL (Resolução CFP nº 10, de 21 de julho de 2005). Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/>>.

FIGUEROA, M. **As técnicas em Gestalt-terapia**. In: _____. A Clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia. São Paulo: Summus, 2015. (v.3, cap. 5).

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Organizadoras). **Gestalt-terapia: Fundamentos Epistemológicos e Influências Filosóficas**. São Paulo: Editora Summus, (Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas), 2013.

GUIDO, L. DE A. et al. Estresse, coping e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 45, n. 6, p. 1434–1439, dez. 2011.

do VALE, P. C. S.; AGUILLERA, F. **Estresse dos professores de ensino fundamental em escolas públicas: Uma revisão de literatura**. Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, v. 5, n. 1, p. 86-94, 2016. DOI: 10.17267/2317-3394rpds.v5i1.712.

MELLO-SILVA, C. C. et al. **Plataforma CHA para educadores: Perfil de uma amostra de docentes da educação básica frente às mudanças sociais e educativas decorrentes da pandemia do COVID-19**. Revista Sustinere, v. 10, n. 2, p. 773–795, 20 dez. 2022.



PINTO, Ênio Brito. **Psicoterapia de curta duração na abordagem Gestáltica: elementos para a prática clínica**. 2ª edição. São Paulo: Summus, 2009.

PAHO - ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. **Apresentação Saúde Mental no Trabalho - Dia Mundial da Saúde Mental 2017**. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/documentos/apresentacao-saude-mental-no-trabalho-dia-mundial-da-saude-mental-2017>>.

RESOLUÇÃO DO EXERCÍCIO PROFISSIONAL Nº 4/2020. **Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de tecnologia da informação e da comunicação durante a pandemia do COVID-19**. Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/>>.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Conceito de Mundo e de Pessoa em Gestalt-terapia: revisitando o caminho**. São Paulo: Editora Summus, 2011.

_____. **Gestalt-terapia de curta duração**. 3ª Edição. Revista e Ampliada. São Paulo: Editora Summus, 2009.

_____. **Gestalt-terapia: refazendo o caminho**. 8ª Edição. Revista. São Paulo: Editora Summus, 2012.

_____. **Vade-mécum de Gestalt-terapia: Conceitos básicos/ Jorge Ponciano Ribeiro**. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2006.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide**. Disponível em: <<https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Mental Health Action Plan 2013-2030**. Disponível em: <<https://www.who.int/initiatives/mental-health-action-plan-2013-2030>>.