

SAÚDE PSICOLÓGICA DO ADOLESCENTE: A ESCOLA NO CONTEXTO DO CUIDADO EMOCIONAL DE SEUS ALUNOS.

Resumo

O presente trabalho é fruto da execução da Atividade Curricular de Extensão 1 e 2 que tem como proposta mapear e construir projetos de intervenção em comunidades, utilizando os conceitos básicos das disciplinas trabalhadas no primeiro e segundo períodos do curso de Psicologia. O projeto em tela foi realizado em uma comunidade escolar e teve como objetivo a criação de espaços de promoção do cuidado em saúde mental para estudantes de turmas do 1° ao 3° ano do Ensino Médio em uma escola estadual localizada no município de Arapiraca, Agreste do Estado de Alagoas. No período de mapeamento foi identificado que a sobrecarga emocional dos/as estudantes associada a falta de diálogo seria uma das principais demandas a serem trabalhadas. Os estudantes tinham dificuldades em lidar com o conteúdo ofertado pela escola e culpavam-se por não alcançarem as expectativas geradas em termos de aproveitamento escolar e aprovação nas disciplinas, o que era gerador de sofrimento psíquico. A metodologia consistiu em quatro movimentos: aproximação e levantamento de demandas; delimitação e problematização da demanda escolhida; construção de uma proposta de intervenção; desenvolvimento da proposta (em andamento). Não existindo a possibilidade de se atender a esta demanda diretamente com o grupo dos alunos, identificou-se na escola a presença dos DOTs (Docentes Orientadores de Turma). Estes seriam justamente os profissionais da escola que têm a função de acompanhamento aos alunos e responsáveis pela escuta e orientação dos estudantes. São estes os sujeitos escolhidos para este projeto de intervenção que neste momento se encontra em andamento.

Palavras-chave: Sofrimento Psíquico e Escola. Adolescência. DOTs. Psicologia e Comunidade.

JOCIELE VIEIRA DA SILVA (Autor)

Vínculo Institucional: UNIVERSIDADE
FEDERAL DE ALAGOAS.

LETÍCIA PEREIRA DE MAGALHÃES (Autor)

Vínculo Institucional: UNIVERSIDADE
FEDERAL DE ALAGOAS.

JAINÉ DA SILVA PASSOS (Autor)

Vínculo Institucional: UNIVERSIDADE
FEDERAL DE ALAGOAS.

MARIA AUGUSTA COSTA DOS SANTOS (Orientadora)

Vínculo Institucional: UNIVERSIDADE
FEDERAL DE ALAGOAS.

Submetido em OUT/2022.

Aceito em NOV/2022.

Revisado em NOV/2022.

Publicado em DEZ/2022.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho foi desenvolvido visando o mapeamento e construção de um projeto de intervenção no ambiente escolar para promoção do cuidado em saúde mental para os alunos, sendo desenvolvido em turmas do 1º ao 3º ano do Ensino Médio de uma Escola Estadual, localizada em Arapiraca, Agreste do Estado e segundo maior município de Alagoas.

No que tange a metodologia, a mesma foi sistematizada em quatro movimentos: aproximação e levantamento de demandas; delimitação e problematização da demanda escolhida, construção de uma proposta de intervenção, desenvolvimento da proposta (em andamento). Com os dados obtidos no levantamento, foi possível estabelecer uma identificação, destacando a saúde mental dos alunos como principal tema demandado.

A demanda trabalhada se mostrou de grande importância uma vez que se compreende aqui o grande o número de adolescentes que apresentam adoecimento mental no ambiente escolar; que é a escola um importante meio de identificação e ambiente de cuidado emocional de seus alunos e que os DOTs são profissionais fundamentais para lidar com tais demandas. Atuando na criação de meios de diagnósticos e mapeamento, proporcionando ferramentas de prevenção e proteção para esses adolescentes, o ambiente escolar é uma parceira fundamental, pois participa da construção de projetos de vida menos estressantes e fomentadores de saúde mental. (CORREA, 2018 *apud* FELÍCIO *et al.*, 2020).

SAÚDE MENTAL E ADOLESCÊNCIA

A adolescência, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), é classificada como o período de vida que compreende dos dez aos dezenove anos de vida completos. Sendo caracterizada pela passagem da infância para a vida adulta, é demarcada por inúmeras e consideráveis mudanças biológicas e psíquicas. É uma fase de grandes conflitos, alterações hormonais e que por vezes pode ser marcada por alguma alteração de comportamento, sendo um período durante o qual ocorrem várias experiências de desenvolvimento importantes. Além de

maturação física e sexual, essas experiências incluem o movimento para a independência social e econômica, desenvolvimento da identidade e aquisição das competências necessárias para a realização de relacionamentos adultos (DE OLIVEIRA, REGINA HERZOG, 2017).

Entretanto, a adolescência além de um momento de enorme potencial de crescimento, mostra-se também como um momento de risco, durante o qual contextos sociais exercem muita influência. É um período no qual muitos jovens experimentam uma grande variedade de adaptações e problemas de saúde mental. Segundo Silveira *et al.* (2019), padrões de comportamento que são estabelecidos durante este processo podem ter efeitos positivos e negativos duradouros sobre o futuro, a saúde e o bem-estar dessa população.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), as questões de saúde mental são uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo, havendo estudos que demonstraram que a maioria dessas questões na idade adulta tem início na infância e adolescência, frisando a importância de compreender a dimensão e os fatores de risco das mesmas na população adolescente. Dentre as mais comuns, podemos citar a ansiedade, que é um estado psíquico de apreensão ou medo provocado pela antecipação de uma situação desagradável ou perigosa, diante da qual o indivíduo se acha indefeso. O quadro de ansiedade vem acompanhado por sintomas de tensão e se torna patológica quando atinge um valor extremo, com carácter sistemático e generalizado, sendo capaz de interferir no funcionamento saudável da vida do indivíduo. (CAMPOS, 2015)

Isto posto, vale destacar que, segundo Rocha *et al.* (2022), os alunos do ensino médio introduzem em suas vidas altos níveis de ansiedade, o que pode levar à desestabilização e ao fracasso escolar, principalmente quando estes veem a vida acadêmica como elemento maior e definidor de suas vidas. Em outras palavras, criam alta pressão e expectativas, tornando o espaço estudantil fonte de sofrimento psíquico.

Compreendendo o processo de alterações e descobertas pelo qual essa faixa etária passa, e levando em conta a escassez de estudos sobre os fatores destas mudanças que são capazes de interferir na saúde psíquica desta população, quase sempre tidos como comum a idade, a adolescência se mostra um campo bastante fértil para o florescimento de patologias como ansiedade e depressão, fruto, em grande número das vezes, de cobranças familiares e pressão

escolar e social pelo alcance de expectativas de um suposto sucesso, muitas vezes idealizado e construído por outrem. Esses fatores, para Campos (2015), culminam em outro ponto que contribui fortemente para a fragilidade emocional destes jovens: a autocobrança que é internalizada pelo próprio jovem sobre a perspectiva de um futuro de sucesso

O adolescente, refém da autocobrança, não admite falhas, está sempre buscando a certeza de que será digno de respeito e admiração e de que o seu lugar na vida do outro está resguardado. Com isso, o jovem começa a criar situações onde exista uma competição com as demais pessoas para mostrar suas capacidades e suprir uma pequena parcela da baixa autoestima. Ele também apresentará dificuldade em lidar com críticas, além de medo da rejeição (CAMPOS, 2015).

Ademais, compreende-se o estigma sobre esta faixa etária e a necessidade de que seja dissipado. É necessário que se abandone o conceito de adolescente na visão pessimista da sociedade e os/as enxerguem como proativos e com metas para o futuro. É preciso, portanto, enxergar o jovem despido de estereótipos, reconhecendo seu sofrimento e problemas como legítimos e dignos de atenção (SILVEIRA *et al.* 2019). Deve-se compreender que as questões enfrentadas por esses jovens são muito mais que “coisas da idade”. Precisa-se colaborar tanto para que os mesmos se sintam acolhidos e seguros para compartilhar seu mal estar e incômodos, quanto para melhor compreender estas questões, vendo-as de um ângulo distinto do “pré-conceito”.

Este mesmo espaço (a escola) que pode ser causador de sofrimento, pode também cooperar com a cura. Ela, enquanto instituição formadora, pode auxiliar nos processos de comunicação e assim minimizar os impactos causados pelos transtornos psicológicos que muitos adolescentes e jovens podem desenvolver.

É na escola que inúmeros jovens passam boa parte de suas vidas, principalmente com o advento do ensino integral. Com isso, este espaço torna-se participante da construção da personalidade e comportamento dos sujeitos, além de se mostrar um válido instrumento para a percepção de mudanças nocivas e/ou preocupantes por parte desses. Ela é fulcral para a criação e adoção de métodos preventivos e para proteção dos/as adolescentes, uma vez que, sem uma atenção especial sobre a saúde mental, a instituição de ensino também pode sofrer abalos em seu

nível de qualidade a longo prazo (CAMPOS, 2018 *apud* FELÍCIO *et al.*, 2020).

Dentro desta perspectiva, se estabelece de forma clara a necessidade da formação de um elo entre a educação e a saúde, visando prevenir e saber lidar com relação às questões da adolescência. Além disso, faz-se preciso para isto ainda, a presença de uma abordagem ativa sobre o assunto e a exposição da realidade para os adolescentes, para que estes possam visualizar e perceber quando necessitam de ajuda. Além de abordar temáticas relacionadas à tristeza, ansiedade e, principalmente, sobre a vida, tais comportamentos também serão capazes de auxiliar no elo aluno e autores da educação (ROCHA *et al.*, 2022).

Nesse sentido, é primordial não só para o bem dos jovens como também para a cooperação com o sucesso escolar desses, a criação de intervenções em saúde mental, estabelecimento de espaços de escuta humanizados e capacitados e realização de ações preventivas no meio escolar, visando oferecer um maior conhecimento dos transtornos psicológicos e de sua sintomatologia. Isto proporciona tanto conforto como auxilia os adolescentes a entrarem de maneira mais saudável na vida adulta (GROLLI; WAGNER; DALBOSCO, 2017 *apud* ROCHA, 2022).

MATERIAIS E MÉTODOS

Para entender e estudar o cuidado com a saúde mental dos estudantes, foi necessário um mapeamento visando compreender como a comunidade escolar entende e aborda esta problemática. Para tanto, utilizou-se um roteiro de diagnóstico de comunidades auxiliado por um roteiro de entrevista semiestruturada com o objetivo de conhecer, mapear e diagnosticar demandas que poderiam ser respondidas a partir de projetos de intervenção.

Devido a impossibilidade de conciliar o tempo de mapeamento com a quantidade de alunos da escola, tentou-se entrevistar o máximo de alunos e profissionais, disponíveis e voluntários, focando nas perguntas da entrevista que abriam espaço para expor e dialogar sobre a escola, de forma geral, e sobre as relações ali estabelecidas.

Em um primeiro momento, ainda no período de mapeamento, foram realizadas entrevistas, com perguntas elaboradas de forma conjunta pelo grupo de estudantes de Psicologia

com o objetivo de entender o que os alunos vivenciam no ambiente escolar. As entrevistas foram realizadas de forma isolada, cada estudante entrevistado, separadamente, para preservar suas respostas e sua liberdade de fala, assim obtendo respostas mais sinceras sem o perigo da influência de terceiros.

No segundo momento (mapeamento), foi realizada a observação do ambiente escolar onde se observou o espaço e os estudantes (durante a realização das entrevistas, em momentos de interação com outros estudantes ou sozinhos). Também foram entrevistados os DOTs e feitas observações no intuito de se tentar captar a dinâmica das relações estabelecidas no local.

O terceiro e último momento do período de mapeamento foi o de pesquisa bibliográfica. A partir dos marcadores utilizados, foram selecionados os seguintes artigos para embasamento deste trabalho: “Ansiedade em alunos do ensino médio: um estudo de revisão”; “Ansiedade em Estudantes do Ensino Médio: uma Revisão Integrativa da Literatura”; “Refletindo sobre a depressão e a ansiedade no contexto escolar”; “Impacto da ansiedade na qualidade de vida e no sucesso escolar de adolescentes”; “Identidade profissional do Psicólogo: uma revisão da produção científica no Brasil” e “Políticas públicas e direitos humanos: desafios à atuação do Psicólogo”. Os principais autores que contribuíram com o trabalho foram: Silveira *et al.* (2020); Rocha *et al.* (2022); Felício *et al.* (2020); Campos (2015); Mazer e Melo-Silva (2011) e Gesser (2014).

A partir daí, elaborou-se um projeto de intervenção que teve por objetivo a criação de espaços de convivência, escuta e discussão sobre saúde mental, para os adolescentes e que fossem facilitados pelos DOTs. O projeto foi elaborado para ser realizado em quatro encontros iniciais, desenvolvidos no próprio ambiente escolar ou em ambiente virtual em formato de curso e que acontecem semanalmente. Cada encontro é desenvolvido com base na formação dos DOTs para que estes possam criar tais espaços e responder às demandas que surgiram no período de mapeamento.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A sobrecarga emocional dos estudantes do ensino médio, associada a falta de espaços de escuta e diálogo foi identificada como uma das principais demandas da instituição e dos

entrevistados no período de mapeamento do projeto em tela. Estas, por sua vez, produzem consequências diretamente sobre o bem estar ou mal estar, principalmente psicológico, dos envolvidos na comunidade escolar. De sobremaneira, afeta mais comumente os alunos, que acabam não conseguindo lidar com o conteúdo pedagógico ofertado pela escola e culpando-se por não alcançarem as expectativas geradas, acentuando e gerando sofrimento psíquico e aumentando de forma significativa os casos de adoecimento mental nessa comunidade.

Tal demanda não surge do nada e muito menos seria isolada ou particular da escola aqui abordada, mas é parte de um período de exigências maiores dispensadas aos adolescentes que vivenciam em sua vida acadêmica momentos de maior responsabilidade, aliados à iminência da escolha profissional ou mesmo a incerteza de cumprimento de uma vida ligada à sobrevivência após o término do ensino médio.

Nesse sentido, e para a atenuação do problema, faz-se necessário a criação de espaços que visem escutar, observar, discutir, problematizar, orientar e instrumentalizar os estudantes para lidar com esse período de suas vidas e com os possíveis adoecimentos ligados a este tempo. O papel dos DOTs, profissionais que se encontram na escola neste momento, tem um papel fundamental no desenvolvimento de tais espaços.

É fato que aqui não alcançaremos todos os estudantes que encontram-se em sofrimento nesta relação com os estudos, mas é um ponta pé inicial para que a instituição consiga lidar com tais demandas e também crie espaços mais propícios, para tanto, futuramente. É importante enfatizar que tais atividades devem ser realizadas por profissionais que possuam a formação necessária e adequada para o desenvolvimento dessas e a situação seja trabalhada e não apenas acentuada.

CONCLUSÃO

Este trabalho foi desenvolvido dentro da Atividade Curricular de Extensão 1 e 2 com a proposta de mapear e construir projetos de intervenção em comunidades, utilizando os conceitos básicos das disciplinas trabalhadas no primeiro e segundo períodos do curso de Psicologia. O relato aqui apresentado foi fruto de um mapeamento realizado em uma comunidade escolar onde

se identificou o sofrimento psíquico dos estudantes em sua relação com as atividades pedagógicas e ainda a falta de espaços de diálogo para a atenuação dessas demandas.

Para o atendimento disto, estão sendo desenvolvidos encontros formativos no próprio ambiente escolar e em ambientes virtuais que visam a formação dos DOTs para a criação de espaços de acolhimento, discussão, problematização e criação de ferramentas para que os estudantes consigam lidar com as demandas advindas do ambiente escolar e que são causadoras de sofrimento psíquico.

Com essa finalidade, se objetiva o estabelecimento de espaços de escuta humanizados e capacitados. A qualificação e preparo dos DOTs em relação ao entendimento da saúde psicológica dos estudantes bem como sobre a atuação em processos grupais é fundamental. Lá se abordarão temáticas relacionadas a tristeza, ansiedade, e principalmente sobre suas relações com a vida acadêmica. Acredita-se aqui que a intervenção a partir de dessas temáticas será um passo rumo à formação dos DOTs e na criação de elos mais fortalecidos com os estudantes por eles acompanhados.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, R. A. V. **Impacto da ansiedade na qualidade de vida e no sucesso escolar de adolescentes**. 2015. Dissertação (Mestrado em Medicina) - UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR, Covilhã, 2015.

DE OLIVEIRA, REGINA HERZOG. Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica. 2017.

FELÍCIO, J. F. et al. Refletindo sobre a depressão e a ansiedade no contexto escolar. **Interfaces**, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 482-490, 2020.

ROCHA, Joel Bruno Angelo et al. Ansiedade em Estudantes do Ensino Médio: Uma Revisão Integrativa da Literatura/Anxiety in High School Students: An integrative review of the literature. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 16, n. 60, p. 141-158, 2022.

SILVEIRA, J. A. *et al.* Ansiedade em alunos do ensino médio: um estudo de revisão. **Psicologia.pt, São Paulo, ISSN**, p. 1646-6977, 2020.