

# REFLEXÕES PARA A PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL NA ESCOLA

## *Reflections on the Promotion of Mental Health in the School Setting*

Cristina Folster Pereira<sup>1</sup>

Vanessa Luiza Tuono<sup>2</sup>

Magali Inês Pessini<sup>3</sup>

Letícia Helena Fronzin Fernandes Cruz Wiggers<sup>4</sup>

Raphael Henrique Travia<sup>5</sup>

Artigo encaminhado: 13/11/2025

Artigo aceito para publicação: 27/11/2025

### RESUMO

Este trabalho apresenta uma reflexão sobre a promoção da saúde mental no contexto escolar, com base em experiências desenvolvidas no Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC). De caráter qualitativo e descritivo, o trabalho tem como fundamento um relato de experiência elaborado coletivamente por profissionais das áreas de psicologia escolar, orientação educacional, gestão de pessoas e docência. A partir da sistematização de práticas institucionais e referenciais teóricos, o texto discute o papel da comunicação interpessoal, da atuação da psicologia escolar e das políticas de qualidade de vida no trabalho na prevenção do sofrimento psíquico e na promoção de ambientes educativos saudáveis. As reflexões evidenciam a importância de fortalecer a corresponsabilidade entre a gestão e a comunidade escolar, consolidando práticas coletivas que favoreçam o cuidado, o pertencimento e o desenvolvimento humano integral no contexto educacional.

**Palavras-chave:** Saúde mental e educação. Comunicação interpessoal. Psicologia escolar. Qualidade de vida no trabalho.

### ABSTRACT

This study presents a theoretical and practical reflection on the promotion of mental health in the school context, based on experiences developed at the Federal Institute of Santa Catarina (IFSC). Qualitative and descriptive in nature, the study is grounded in an experience report collectively prepared by professionals in the areas of school psychology, educational guidance, people management, and teaching. By systematizing institutional practices and theoretical frameworks, the text discusses

---

<sup>1</sup> Psicóloga Escolar do Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC – Câmpus Joinville). Mestrado em Saúde Mental e Atenção Psicossocial, UFSC. E-mail: cristina.folster@ifsc.edu.br

<sup>2</sup> Docente do Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC – Câmpus Florianópolis). Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Catarina, UFSC. E-mail: vanessal@ifsc.edu.br

<sup>3</sup> Pedagoga do Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC – Câmpus Florianópolis Continente). Doutora em Educação em Ciências Química da Vida e Saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). E-mail: magali.pessini@ifsc.edu.br

<sup>4</sup> Psicóloga do Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC – Câmpus Florianópolis). Mestra em Educação pela Universidade Federal de Santa Catarina, UFSC. E-mail: leticiah@ifsc.edu.br

<sup>5</sup> Graduação Tecnológica em Gestão Hospitalar e Especialização em Educação de Jovens e Adultos (PROEJA) pelo Instituto Federal de Santa Catarina. Coordenador Pedagógico do Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC – Câmpus Joinville). E-mail: raphael.travia@ifsc.edu.br

the role of interpersonal communication, the contributions of school psychology, and quality-of-life-at-work policies in preventing psychological distress and promoting healthy educational environments. The reflections highlight the importance of strengthening co-responsibility between management and the school community, consolidating collective practices that foster care, belonging, and holistic human development within the educational context.

**Keywords:** Mental health and education. Interpersonal communication. School psychology. Quality of life at work.

## 1 INTRODUÇÃO

A escola é um espaço de convivência, aprendizado e construção de identidades, no qual se entrelaçam múltiplas dimensões do desenvolvimento humano. Nesse cenário, a saúde mental assume papel central, tanto para o bem-estar dos estudantes quanto para a qualidade de vida dos trabalhadores da educação. Conforme descreve Galvão (2014, p. 113), em suas ideias pedagógicas, Wallon propõe que a escola reflita sobre suas dimensões sociopolíticas e se aproprie de seu papel no movimento de transformações da sociedade. O autor propõe uma escola engajada, inserida na sociedade e na cultura e, ao mesmo tempo, comprometida com o desenvolvimento dos indivíduos, por meio de uma prática que integre as dimensões social e individual.

A interface entre psicologia e educação tem sido fortemente marcada, historicamente, por debates e disputas em torno dos sentidos do cuidado, da normalização e da promoção de subjetividades (ANTUNES, 2008; BARBOSA; PROENÇA, 2012). Cabe ressaltar que, nos últimos anos, o aumento dos casos de sofrimento psíquico no ambiente escolar tem se tornado um desafio cada vez mais crescente, exigindo um olhar mais atento, sensível e integrado sobre os fatores que o influenciam.

Nesse contexto, a promulgação da Lei nº 14.819, de 16 de janeiro de 2024, que institui a Política Nacional de Atenção Psicossocial a Comunidades Escolares (PNAPCE), é um marco histórico das políticas públicas de saúde mental no país. Trata-se de uma iniciativa governamental que se propõe a abordar de forma ampla, contínua e articulada as questões psicossociais nas instituições escolares, incluindo não apenas estudantes, mas também os profissionais da educação, famílias e os sujeitos que constituem e permeiam esse contexto escolar (BRASIL, 2024).

A referida legislação aponta a valorização das equipes escolares e da escuta ativa; todavia, essa escuta só poderá se efetivar se houver condições de trabalho adequadas. Ressalta-se que o histórico de subfinanciamento e a baixa presença de profissionais especializados nas instituições escolares representam desafios concretos. Como afirmam Baroni e Silva (2022): “Não temos pessoas o suficiente para dar conta de tudo isso” (p. 108), o que evidencia uma limitação estrutural que a nova política precisará enfrentar para não se limitar a intenções declaradas.

Dessa forma, o objetivo é refletir sobre como a saúde mental na escola impacta as relações estabelecidas nesse cenário e compreender a instituição escolar como um espaço de relações humanas complexas, atravessadas por demandas psicológicas, pedagógicas e sociais.

Neste artigo discutimos, à luz de referenciais teóricos e práticos, como a comunicação, a psicologia escolar e as condições de trabalho podem se articular para o enfrentamento do sofrimento psíquico e para a construção de ambientes educacionais mais saudáveis e acolhedores.

## **2 PERCURSO METODOLÓGICO**

O percurso metodológico desta narrativa fundamenta-se na sistematização das experiências e reflexões produzidas durante a mesa “*Saúde Mental na Escola*”, realizada no âmbito do 1º Congresso Brasileiro de Arte, Cultura e Saúde Mental, em conjunto com o XV Encontro Catarinense de Saúde Mental, sediado na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) entre os dias 29 e 31 de outubro de 2025. A mesa foi composta por palestrantes e mediadora, todos servidores de diferentes câmpus do Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC), que integram o grupo de autoras e autores deste artigo.

Como relato de experiência, o texto deriva do diálogo coletivo estabelecido entre profissionais das áreas de psicologia escolar, gestão de pessoas, orientação educacional e docência, que, reunidos na referida mesa, compartilharam vivências, analisaram desafios institucionais e discutiram estratégias para a promoção da saúde mental no contexto escolar. Esse processo de troca e reflexão permitiu consolidar perspectivas práticas e analíticas sobre o tema, constituindo a base para elaboração deste trabalho.

A etapa inicial envolveu o levantamento das práticas cotidianas implementadas em diferentes câmpus, como rodas de conversa, oficinas temáticas,

grupos interdisciplinares e ações integradas de escuta e acolhimento, todas voltadas ao enfrentamento do sofrimento psíquico e à construção de ambientes saudáveis e inclusivos. Durante o congresso, as experiências foram sistematizadas a partir da exposição dos contextos institucionais, dos desafios enfrentados frente à pandemia, do uso intensivo de tecnologias digitais e da busca por qualificação da qualidade de vida no trabalho dos servidores e estudantes.

O percurso metodológico também compreendeu uma reunião inicial destinada ao alinhamento das ideias e à definição da organização do trabalho. As interações posteriores ocorreram de forma remota, por meio de ferramentas digitais, especialmente WhatsApp e Google Drive, que possibilitaram a troca contínua de informações, o compartilhamento de apresentações e materiais, bem como o aprimoramento colaborativo das reflexões produzidas. Esses procedimentos favoreceram o registro de análises críticas, recomendações práticas e a identificação de pontos convergentes para o fortalecimento das relações humanas e institucionais no IFSC.

O artigo consolida essas discussões em uma perspectiva narrativa, articulando análises teórico-práticas fundamentadas nas referências da psicologia escolar, na gestão de pessoas e nas políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental. Dessa forma, o percurso metodológico privilegia a voz coletiva, a construção plural do conhecimento e a valorização da experiência dos servidores como sujeitos ativos na transformação das práticas institucionais.

### **3 DISCUSSÕES**

#### **3.1 Comunicação interpessoal para saúde mental na educação**

A comunicação interpessoal, que consiste em diálogo construtivo e intencional, é reconhecida como uma importante ferramenta para a promoção da saúde mental no contexto escolar, pois permite fortalecer vínculos, incentivar o acolhimento mútuo e identificar precocemente fatores de risco entre os alunos (OLIVEIRA, 2024).

Práticas como a Comunicação Não-Violenta ajudam a criar ambientes mais empáticos e abertos ao diálogo, fundamentais para que estudantes se sintam pertencentes e apoiados (SOUSA et al., 2020). Por meio da escuta ativa e da observação cuidadosa dos comportamentos cotidianos, educadores podem detectar

sinais de isolamento, tristeza persistente, agressividade e outras manifestações que apontam para sofrimento psíquico, facilitando encaminhamentos para suporte adequado (CARNETTI; FEIL, 2024).

Iniciativas que promovem o diálogo franco sobre emoções, bullying, violência e ansiedade, como rodas de conversa, oficinas e dinâmicas grupais, são descritas na literatura como estratégias eficazes para prevenção e enfrentamento dos problemas de saúde mental na escola (OLIVEIRA, 2024; SILVEIRA *et al.*, 2021, SOUSA *et al.*, 2020).

O protagonismo dos estudantes também é favorecido por práticas comunicacionais inclusivas, respeitando o tempo de fala e valorizando diferentes perspectivas dentro da sala de aula. Segundo Carnetti e Feil (2024), uma cultura de escuta fortalece todos os atores do ambiente escolar, aproxima os docentes dos alunos e auxilia no desenvolvimento da inteligência emocional. Dessa forma, a escola torna-se espaço transformador, tanto para o florescimento pessoal quanto para a construção de comunidades mais saudáveis (OLIVEIRA, 2024).

Dados recentes apontam que 97% dos adolescentes brasileiros utilizam a internet diariamente, e o uso prolongado de dispositivos digitais encontra-se relacionado ao crescimento dos índices de ansiedade e transtornos psíquicos nessa população (YANG; CRESPI, 2025). Em resposta, a Lei n. 15.100/2025 foi sancionada para restringir o uso de celulares nas escolas, visando a proteção da saúde física e mental dos estudantes ao estabelecer ações de acolhimento e espaços de escuta para o sofrimento psíquico (BRASIL, 2025).

Estudos nacionais e internacionais demonstram que aproximadamente 14% dos adolescentes entre 15 e 19 anos apresentam pelo menos um diagnóstico psiquiátrico, principalmente depressão e ansiedade, sendo que este índice dobra na transição da infância para a adolescência (POLANCZYK *et al.*, 2015; IPSOS, 2025; OPAS, 2025). Tais evidências reforçam a importância de políticas públicas integradas, com foco preventivo, intervenções precoces e suporte psicoemocional contínuo nas escolas.

Conforme Paulo Freire (1997), a escola deve ser muito mais que um local de transmissão de conhecimento: é um espaço privilegiado para a produção de sentido, acolhimento e cuidado, proporcionando oportunidades para o desenvolvimento integral dos estudantes. Práticas como escuta ativa, empatia e

elaboração de projetos de vida fortalecem o vínculo escolar e contribuem positivamente para a saúde mental coletiva (FREIRE, 1997).

Portanto, investir em comunicação interpessoal, aberta e empática é imprescindível para fortalecer a saúde mental na escola, pois amplia o acolhimento, facilita o reconhecimento dos fatores de risco e transforma o ambiente escolar em um espaço seguro e propício ao desenvolvimento humano integral.

### 3.2 Ações da psicologia escolar em diferentes contextos

A psicologia escolar constitui-se como uma área de interface entre a Psicologia e a Educação, cujo objetivo central é compreender e intervir nos processos de ensino-aprendizagem e nas relações institucionais que permeiam a vida escolar.

Historicamente, o campo enfrentou desafios relacionados à concepção reducionista de seu papel, muitas vezes restrito à dimensão clínica e individualizante. Conforme destaca Francischini e Viana (2016), as demandas dirigidas à(o) psicóloga(o) escolar costumam estar centradas no aluno e em suas “dificuldades”, refletindo uma expectativa de intervenção psicodiagnóstica, em detrimento de uma atuação sistêmica e contextualizada.

A revisão de literatura conduzida por Titon e Zanella (2018) evidencia que, embora haja um crescimento das produções científicas sobre o tema da psicologia escolar desde 2009, as práticas ainda são predominantemente centradas no estudante, o que reflete uma herança de modelos clínicos e psicologizantes. Há, portanto, uma necessidade de fortalecer perspectivas institucionais e coletivas de atuação que contemplem a complexidade dos processos educacionais e as relações institucionais que os constituem.

Para Francischini e Viana (2016), essa concepção limitada vem sendo superada a partir de reflexões teóricas e práticas que enfatizam o caráter histórico, social e cultural do desenvolvimento humano. Inspiradas em Vygotsky, tais abordagens compreendem o sujeito como um ser ativo, constituído nas relações sociais. Nesse sentido, a psicologia escolar amplia seu escopo, passando a integrar dimensões institucionais, pedagógicas e comunitárias do processo educativo, deslocando o foco da patologia individual para a compreensão crítica das condições escolares e sociais que produzem o fracasso escolar.

O marco legal mais significativo para a inserção da Psicologia nas escolas é a Lei nº 13.935/2019, que dispõe sobre a prestação de serviços de Psicologia e de Serviço Social nas redes públicas de educação básica. A norma determina que esses serviços devem ser realizados por equipes multiprofissionais, voltadas à melhoria da qualidade do ensino-aprendizagem e articuladas ao projeto político-pedagógico das escolas (BRASIL, 2019). Essa legislação consolida uma luta histórica da categoria profissional e do campo educacional, reconhecendo a importância da atuação psicológica como parte integrante das políticas públicas de educação.

O Conselho Federal de Psicologia (CFP), em suas Referências Técnicas para Atuação de Psicólogas(os) na Educação Básica (2019), ressalta que a prática profissional deve estar ancorada em um projeto ético-político comprometido com a emancipação humana e com a democratização das relações escolares. O documento enfatiza a necessidade de compreender a escola como espaço de socialização e de construção de cidadania, mas também como instituição que reproduz as contradições sociais (CFP, 2019). Assim, cabe à Psicologia contribuir para a transformação dessas relações, combatendo processos de exclusão, medicalização e patologização das diferenças (CFP, 2019; FRANCISCHINI; VIANA, 2016; TITON; ZANELLA, 2018).

### 3.2.1 A psicologia escolar no Instituto Federal de Santa Catarina - IFSC

A criação dos Institutos Federais, por meio da Lei n. 11.892/2008, consolidou um novo modelo educacional voltado à integração entre ensino, pesquisa e extensão, com ênfase na formação integral dos estudantes. Nesse contexto, a psicologia escolar desempenha um papel relevante ao contribuir para o desenvolvimento humano, o bem-estar institucional e o êxito acadêmico, em articulação com os eixos de Apoio Acadêmico e Assistência Estudantil do IFSC (BRASIL, 2008; FEITOSA; MARINHO-ARAÚJO, 2016; INSTITUTO FEDERAL DE SANTA CATARINA, 2017).

No Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC), o psicólogo escolar atua em articulação com equipes multiprofissionais, desenvolvendo atividades de orientação, acolhimento e prevenção, bem como promovendo espaços de diálogo e reflexão coletiva. Tais ações buscam, além de responder a demandas emergenciais,



consolidar práticas preventivas e educativas voltadas à formação cidadã (FEITOSA; MARINHO-ARAÚJO, 2016). As experiências vivenciadas em diferentes câmpus da instituição demonstram o compromisso com uma educação integral, que contempla não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também o emocional e social dos estudantes.

O relato de experiência desenvolvido por Pereira *et al.* (2022) apresenta uma iniciativa voltada à promoção da saúde mental no contexto escolar, realizada no IFSC – Câmpus Xanxerê e coordenada pela psicóloga escolar. As atividades foram construídas de forma interdisciplinar, envolvendo também docentes e estudantes, e buscaram promover espaços de diálogo e reflexão sobre o bem-estar emocional e as relações interpessoais no ambiente educativo.

Entre as ações desenvolvidas, foram realizadas rodas de conversa com turmas do ensino médio integrado e atividades de leitura e discussão de obras literárias que abordavam temas como emoções, convivência, subjetividade, adolescência e saúde mental. Esses momentos possibilitaram a partilha de experiências, o fortalecimento de vínculos e a promoção da escuta e do acolhimento no ambiente escolar (PEREIRA *et al.*, 2022).

Nas aulas de Artes, foram propostas atividades voltadas para a expressão dos sentimentos e a superação de traumas. Utilizando-se de técnicas como a produção em aquarela, painel e mosaico, a disciplina permitiu que os estudantes elaborassem suas questões internas por meio de canais não-verbais, transformando experiências subjetivas em criações concretas. Paralelamente, na disciplina de Língua Portuguesa e Literatura exploraram a dimensão narrativa do sofrimento e da esperança. Por meio da escrita de cartas pessoais e de textos motivacionais, os estudantes puderam exercitar a linguagem verbal e não-verbal como meio de reflexão e empoderamento. (PEREIRA *et al.*, 2022).

De forma semelhante à experiência relatada no IFSC – Câmpus Xanxerê, o Câmpus Joinville desenvolve o Projeto Hábitos de Estudo, de caráter coletivo e fundamentado no trabalho interdisciplinar, voltado ao fortalecimento dos processos educativos. A iniciativa foi iniciada no semestre 2022/2 pela pedagoga do câmpus e, em seguida, passou a contar com a atuação conjunta da psicóloga escolar. O projeto teve uma de suas ofertas contemplada com recursos do Edital nº 06/2023 DIREN/PROEN, o que possibilitou a aquisição de materiais, como jogos e livros, além da participação de dois estudantes bolsistas. Em algumas edições, também



contou com a colaboração de outros profissionais, entre eles uma segunda pedagoga e uma docente.

A consolidação dessa iniciativa tem permitido o compartilhamento de resultados e reflexões em eventos científicos e pedagógicos. A experiência foi reconhecida com o 1º lugar no Seminário de Ensino, Pesquisa, Extensão e Inovação do IFSC (SEPEI 2023), na Divisão Temática 3, e aceita para publicação no e-book *Permanência e Êxito na EPT: saberes e experiências no IFC e no IFSC para o enfrentamento do abandono escolar* (Edital nº 134/2023 – IFSC/IFC).

Os resultados observados até o momento indicam que as ações têm se mostrado eficazes na promoção de estratégias de aprendizagem, organização dos estudos e regulação emocional. Considerando os estudantes que não podiam participar presencialmente nos horários extraclasse, o projeto foi adaptado para uma versão totalmente virtual. Intitulado Hábitos de Estudo em Rede, o formato on-line encontra-se atualmente em sua terceira edição e conta com a colaboração das duas psicólogas e das pedagogas do câmpus.

As experiências descritas demonstram que a atuação da psicologia escolar no IFSC, em articulação com outros profissionais, contribui de forma significativa para a construção de espaços de escuta, diálogo e produção de sentido, fortalecendo o papel da escola como ambiente de formação integral e de cuidado com a saúde mental da comunidade escolar.

### 3.3 Saúde mental dos trabalhadores da educação

Discutir a saúde mental no ambiente escolar é uma tarefa fundamental. No contexto educacional, os trabalhadores da educação estão expostos a múltiplas demandas e desafios que repercutem diretamente em seu bem-estar e na qualidade de vida. Refletir sobre esses processos, especialmente sob a perspectiva da gestão de pessoas, implica reconhecer que o trabalho é um determinante central da saúde e que os processos de adoecimento e sofrimento psíquico decorrem de um conjunto complexo de fatores objetivos e subjetivos. Em consonância com Ferreira (2012), compreender a Qualidade de Vida no Trabalho exige considerar não apenas as condições materiais e organizacionais, mas também o modo como os trabalhadores interpretam, vivenciam e atribuem significado às experiências laborais.

No IFSC, a experiência acumulada nas ações de gestão de pessoas e nas práticas de atenção à saúde do trabalhador evidencia a importância de integrar o

olhar clínico e institucional da Psicologia aos processos administrativos e organizacionais. Essa integração reforça a compreensão de que o cuidado com os trabalhadores é parte essencial do cuidado com a própria instituição, favorecendo uma cultura organizacional pautada na escuta, na prevenção e na promoção da saúde mental. Conforme argumenta Ferreira (2012), iniciativas de QVT devem estar ancoradas em processos participativos, nos quais os trabalhadores se reconheçam como sujeitos ativos na construção de ambientes mais saudáveis.

Nesse sentido, discutir saúde mental e qualidade de vida no trabalho não deve ser visto como algo periférico, mas como um tema estruturante da educação contemporânea. Como as instituições educacionais são compostas por pessoas, cuidar de quem trabalha na escola significa, essencialmente, cuidar da própria instituição. Assim, a área de Gestão de Pessoas assume um papel estratégico na articulação de políticas e práticas voltadas à promoção do bem-estar, da valorização profissional e da saúde mental dos trabalhadores da educação.

Abordar o sofrimento psíquico no trabalho, o estresse ocupacional, o esgotamento profissional, os conflitos interpessoais e os desafios da conciliação entre vida pessoal e profissional significa reconhecer as múltiplas dimensões do adoecimento, contemplando tanto as condições objetivas de trabalho quanto os aspectos subjetivos e relacionais.

A gestão de pessoas contemporânea exige uma atuação que vá além da administração técnica de recursos humanos, demandando a criação de ambientes mais saudáveis, transparentes e participativos, capazes de reconhecer e enfrentar questões como a sobrecarga laboral, as violências institucionais (como o assédio moral e sexual), a ausência de escuta e o insuficiente reconhecimento profissional. Soma-se a isso a influência de determinantes sociais mais amplos, como as desigualdades sociais, a dupla ou tripla jornada realizada majoritariamente por mulheres, a precarização do trabalho e as limitações de acesso a políticas públicas.

No contexto da educação pública, destaca-se ainda a prevalência de doenças musculoesqueléticas e de transtornos mentais e comportamentais, situação agravada durante a pandemia da Covid-19. Esses fatores exigem, por parte da administração pública, escuta ativa, compromisso ético e políticas de cuidado integradas.

Nos últimos anos, o IFSC tem ampliado o debate sobre Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), reconhecendo sua importância como instrumento estratégico de

Cadernos Brasileiros de Saúde Mental, ISSN 2595-2420, Florianópolis, v.17, n.54, p. 34-49, 2025

promoção da saúde e prevenção do adoecimento. Em 2023, a instituição realizou uma ampla Pesquisa de QVT estruturada em sete dimensões: condições de trabalho e suporte organizacional; organização do trabalho; reconhecimento e crescimento profissional; relações socioprofissionais; trabalho e vida social; sentido e significado do trabalho; e uso de tecnologia. Essa proposta dialoga diretamente com o modelo conceitual de Ferreira (2012), que enfatiza a centralidade da percepção subjetiva dos trabalhadores e a necessidade de diagnósticos multidimensionais. A concepção do autor tem como base conceitual a “ergonomia da atividade”, uma proposta contra-hegemônica de QVT, que tem como principal pressuposto de que “para transformar o trabalho, é preciso conhecê-lo, compreendê-lo com rigor científico” (FERREIRA, 2012, p. 18).

A pesquisa de QVT realizada no IFSC em 2023 obteve 960 respostas, correspondendo a 37% dos servidores efetivos, e apontou um índice geral de QVT de 6,57 (em escala de 0 a 10), indicando um nível moderado de bem-estar. Entre os fatores protetivos mais destacados estão o respeito e o reconhecimento do papel social do trabalho. Por outro lado, o uso intensivo da tecnologia e a ausência de limites entre vida e trabalho surgiram como fatores de risco psicossocial.

Esses resultados foram amplamente divulgados em um Painel Institucional e discutidos em Seminários Regionais nos 22 câmpus e na Reitoria, processo que estimulou a construção coletiva de planos de ação locais e fortaleceu uma cultura institucional voltada à promoção da saúde. Assim, a QVT passa a ser compreendida como um processo contínuo de escuta e corresponsabilidade entre gestão e trabalhadores.

A pandemia da Covid-19 transformou profundamente a organização do trabalho, impondo novas fronteiras — ou, muitas vezes, a ausência delas — entre vida pessoal e profissional. O teletrabalho e o uso intensivo de tecnologias ampliaram jornadas, reduziram pausas e aumentaram a sobreposição de demandas. No contexto do Programa de Gestão e Desempenho (PGD)<sup>6</sup>, o desafio atual é estabelecer limites claros e práticas saudáveis de trabalho remoto, evitando o esgotamento e o sofrimento psíquico.

---

<sup>6</sup> O Programa de Gestão e Desempenho (PGD) é o modelo de gestão instituído no âmbito da Administração Pública Federal pelo Decreto nº 11.072, de 17 de maio de 2022. Ele estabelece diretrizes para o desenvolvimento e a mensuração das atividades realizadas pelos servidores, com foco nos resultados alcançados e na qualidade dos serviços oferecidos à sociedade.

As comunicações instantâneas, especialmente via aplicativos como o WhatsApp, tornaram-se uma extensão do ambiente laboral, dificultando a desconexão e gerando sobrecarga cognitiva, conflitos e exaustão mental. Esse fenômeno demanda reflexão institucional e políticas que promovam uma cultura digital mais saudável, com fronteiras respeitadas entre trabalho e vida pessoal.

### 3.4 Rupturas e conexões entre o trabalho, a escola e o CAPS

A recente realização da 5ª Conferência Nacional de Saúde Mental em 2023 reafirmou a importância do cuidado em liberdade, do financiamento adequado, da participação social, traçando os principais desafios para a atenção psicossocial, durante e após a pandemia de Covid-19. A Reforma Psiquiátrica Brasileira é pautada em uma nova forma de cuidado, entendida como um processo social complexo, e não apenas na reformulação de serviços assistenciais, (AMARANTE, 2007, *apud* DEL SARTO; SILVA; FAGUNDES SILVA, 2023, p.14).

Quando se fala em rede de atenção psicossocial, precisamos elencar diversos serviços e conexões entre a atenção básica, os equipamentos de urgência e emergência, centros de convivência, pontos de cultura e lazer; contudo não se pode negar a centralidade e o protagonismo que os CAPS, apesar de tão atacados pela mídia e subfinanciados pelo governo, desempenham como serviços substitutivos à exclusão e à internação psiquiátrica, conforme disposto na Lei nº 10.216/2001.

A narrativa em primeira pessoa elaborada por Travia (2020) exemplifica situações em que a rede de atenção psicossocial foi acionada a partir da escola e se ampliou para os demais serviços substitutivos. A permanência do estudante no IFSC – Câmpus Joinville acabou por prepará-lo para ocupar esse espaço sob a perspectiva de trabalhador, após aprovação em concurso público no ano de 2013.

Concordamos com Travia (2020, p. 140) que “a capa da militância de saúde mental pesa demais algumas horas, mas não podemos mudar o passado, então o caminho a ser trilhado é para frente. Entretanto, não somos super-heróis todos os dias”. Reconhecemos, assim, a fragilidade também como potência, não na esperada — e talvez utópica — “superação” de toda e qualquer dificuldade, mas na convivência com a loucura cotidiana.

Sabemos que um CAPS não é terapêutico em si; não basta retirar os pacientes de um hospital psiquiátrico e colocá-los em uma casa no meio da cidade se as estruturas do manicômio continuarem a ordenar o funcionamento do serviço (SOUZA; PINHEIRO, 2012). De forma similar, entendemos que a presença ainda recente da Psicologia e do Serviço Social na educação constitui uma possibilidade de estabelecer novas conexões entre a escola e a RAPS — não de suprir uma demanda reprimida ou ocupar outro lugar, mas de potencializar a permanência e o êxito dos estudantes, facilitando seu encaminhamento e percurso nos serviços dos Sistemas Únicos de Saúde e de Assistência Social (SUS e SUAS).

Comparemos o CAPS ao delírio, não no seu aspecto psicopatológico, mas sob a perspectiva psicanalítica, na qual temos o delírio como tentativa de cura: “A formação delirante que presumimos ser o produto patológico, é na realidade, uma tentativa de restabelecimento, um processo de reconstrução”, afirmam Briggs e Rinaldi (2014, p.419). Os mesmos autores ainda acrescentam que em 1924, no artigo “Neurose e Psicose”, Freud define o delírio como “um remendo no lugar em que originalmente uma fenda que apareceu na relação do ego com o mundo externo”, Briggs e Rinaldi (2014, p.421).

Defendemos portanto, que todo CAPS seja semelhante ao delírio, apresentando-se ao sujeito psicótico como recurso para suportar as exigências do mundo e o real, sendo um oásis no deserto, pois sabemos que não há propriamente a cura do sofrimento psíquico. Ainda assim, podemos estreitar laços entre o CAPS e a escola na tentativa de produzir ações que ofereçam um lugar seguro e redutor do sofrimento psíquico de estudantes e trabalhadores da educação.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A comunicação interpessoal, a empatia, a atuação crítica e contextualizada da psicologia escolar e as políticas de gestão voltadas à qualidade de vida no trabalho configuram pilares fundamentais para a construção de ambientes educacionais mais saudáveis. A articulação entre esses eixos demonstra que a promoção da saúde mental não se restringe à prevenção do sofrimento psíquico, mas se amplia para a criação de uma cultura de cuidado, diálogo e pertencimento no cotidiano escolar.

Os relatos de experiências no IFSC, mostram que práticas colaborativas e interdisciplinares fortalecem o vínculo entre estudantes, servidores e a instituição, consolidando a escola como um espaço de desenvolvimento humano integral.

A psicologia escolar reafirma-se como um campo essencial para a promoção de uma educação integral, comprometida com o desenvolvimento humano e a transformação das relações institucionais. Ao superar perspectivas individualizantes, essa área consolida sua relevância na construção de práticas educativas mais inclusivas, democráticas e voltadas ao bem-estar coletivo dos estudantes.

Mais do que programas pontuais, trata-se de promover uma cultura de cuidado, em que as práticas docentes e de gestão estejam alinhadas à missão educativa e humana das instituições públicas. Afinal, é imperioso ressaltar que cuidar de quem faz a escola existir é, em última instância, fortalecer a própria escola.

A escola reflete os espaços sociais e constrói, ao longo da formação, esse reflexo no ambiente e na sociedade. Que o olhar de todos os envolvidos nesse processo seja articulado às necessidades humanas e à promoção da saúde mental.

## REFERÊNCIAS

ANTUNES, Mitsuko Aparecida Makino. Psicologia escolar e educacional: história, compromissos e perspectivas. *Cadernos de Psicologia Escolar e Educacional*, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 469–475, jul./dez. 2008. Acesso em: 10 jul. 2025.

BARBOSA, D. R.; PROENÇA, M. C. Psicologia educacional ou escolar? Eis a questão. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 16, n. 1, p. 163–173, 2012. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=282323570018>. Acesso em: 03 dez. 2025.

BARONI, B. M.; SILVA, J. A. R. Ações do Programa Saúde na Escola: experiências de trabalhadores da saúde na Baixada Santista/SP. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, DF, v. 75, supl. 1, e20210837, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0837>.

BRASIL. *Lei nº 11.892, de 29 de dezembro de 2008*. Institui a Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica e cria os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 30 dez. 2008.

\_\_\_\_\_. *Lei nº 13.935, de 11 de dezembro de 2019*. Dispõe sobre a prestação de serviços de Psicologia e de Serviço Social nas redes públicas de educação básica. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 12 dez. 2019.

\_\_\_\_\_. L. Lei nº 14.819, de 16 de janeiro de 2024. Institui a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 17 jan. 2024. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2023-2026/2024/lei/L14819.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/L14819.htm). Acesso em: 01 jul. 2025.

\_\_\_\_\_. Lei n. 15.100, de 13 de janeiro de 2025. Restringe o uso de aparelhos eletrônicos nas escolas com objetivo de proteger a saúde. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 13 jan. 2025.

BRIGGS, R.; RINALDI, D. O sujeito psicótico e a função do delírio. *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, São Paulo, v. 17, n. 3, p. 416-430, set. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlpf/a/ckQYC33RW48Tm6JVKPn5vnP/>. Acesso em: 25 out. 2025. DOI: 10.1590/1415-4714.2014v17n3p416-3.

CARNETTI, E. F.; FEIL, C. F. A interface entre comunicação e psicologia escolar no apoio à saúde mental. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 28, n. 2, 2024.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. *Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) na educação básica*. Brasília, 2019. Disponível em: [https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2019/08/EducacaoBASICA\\_web.pdf](https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2019/08/EducacaoBASICA_web.pdf). Acesso em: 02 dez. 2025.

DEL SARTO, S.; SILVA, C. A.; FAGUNDES SILVA, A. A conferência estadual de saúde mental de Santa Catarina e seus desdobramentos. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental*, Florianópolis, v. 15, n. 46, p. 1–23, 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/92009>. Acesso em: 10 nov. 2025.

FEITOSA, Lígia Rocha Cavalcante; MARINHO-ARAUJO, Claisy Maria. Psicologia escolar nos Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia: oportunidades para atuação profissional. In: VIANA, M. N.; FRANCISCHINI, R. (org.). *Psicologia escolar: que fazer é esse?* Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2016. p. 176–185.

FERREIRA, M. C. (2012). *Qualidade de vida no trabalho: uma abordagem centrada no olhar dos trabalhadores*. (2a ed.). Brasília, DF: Paralelo 15

FRANCISCHINI, Rosângela; VIANA, Meire Nunes (orgs.). *Psicologia escolar: que fazer é esse?* Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2016.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1997.

GALVÃO, I. *Henri Wallon: uma concepção dialética do desenvolvimento infantil*. Petrópolis: Vozes, 2007.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. *Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios – PNAD*. Dados sobre tempo na escola. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/>. Acesso em: 10 nov. 2025.



INSTITUTO FEDERAL DE SANTA CATARINA (IFSC). *Pesquisa de Qualidade de Vida no Trabalho*. 2023. Disponível em: <https://lookerstudio.google.com/u/0/reporting/17d12371-304f-4e64-86b2-aa7bc7680508/page/Sy5KD>. Acesso em: 01 nov. 2025.

OLIVEIRA, B. D. C. Promoção de Saúde Mental no contexto escolar: potências e possibilidades. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 28, n. 3, 2024.

PEREIRA, Cristina Folster; WEBER, Sabrine; HILLESHEIM, Giovana Bianca Darolt; GRACIOSA, Maria Lidianne Herculano. Saúde mental na escola: Relato de experiência do IFSC Câmpus Xanxerê/SC. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/Brazilian Journal of Mental Health*, [S. l.], v. 14, n. 41, p. 75–85, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/69836>. Acesso em: 6 nov. 2025.

POLANCZYK, G. V.; SALUM, G. A.; SUGAYA, L. S.; CAYE, A.; ROHDE, L. A. *Annual Research Review: The worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents: a systematic review and meta-regression analysis*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, v. 56, n. 3, p. 345-365, 2015.

SILVEIRA, Bruna; COUTINHO, Livia; ESPERIDIÃO, Monise; SIMÕES, Talita. Boas práticas de saúde mental em escolas: um olhar para oito países. São Paulo: Vozes da Educação, 2021. Disponível em: <<https://vozesdaeducacao.com.br/wp-content/uploads/2022/04/Levantamento-Internacional-de-Boas-Praticas-de-Saude-Mental-Escolar.pdf>>.

SOUSA, et al. Estratégias comunicativas para prevenção de agravos psíquicos em escolas. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 26, n. 1, 2020.

SOUZA, L. G. S.; PINHEIRO, L. B. Oficinas terapêuticas em um Centro de Atenção Psicossocial: álcool e drogas. *Aletheia*, n. 38–39, p. 218–227, 2012. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942012000200018](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942012000200018). Acesso em: 1 nov. 2025.

TITON, Andreia Piana; ZANELLA, Andrea Vieira. Revisão de literatura sobre psicologia escolar na educação profissional, científica e tecnológica. *Psicologia Escolar e Educacional*, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 359–368, 2018. DOI: 10.1590/2175-35392018010922.

TRAVIA, R. H. Um anjo louco fez a gente se encontrar no CAPS III. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental*, v. 12, n. 32, p. 134–141, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/72147>. Acesso em: 10 nov. 2025. DOI: 10.5007/cbsm.v12i32.72147.

YANG, N.; CRESPI, B. I tweet, therefore I am: a systematic review on social media use and disorders of the social brain. *BMC Psychiatry*, v. 25, p. 95, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06528-6>.