

SAÚDE MENTAL NA ESCOLA: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO IFSC CÂMPUS XANXERÊ / SC

Mental Health at School: IFSC Experience Report – Xanxerê, Santa Catarina, Brazil

Cristina Folster Pereira¹
Sabrine Weber²
Giovana Bianca Darolt Hillesheim³
Maria Lidiane Herculano Graciosa⁴

Artigo encaminhado: 22/09/2019
Artigo aceito para publicação: 19/09/2022

RESUMO

Este trabalho relata uma experiência realizada no Instituto Federal de Santa Catarina, Câmpus de Xanxerê, após submissão e contemplação de um projeto de ensino de permanência e êxito. O referido projeto visou promover ações que contribuíssem para a saúde mental dos alunos do Ensino Médio Integrado ao técnico por meio de atividades integradas desenvolvidas pela articulação entre psicóloga, bibliotecária, docentes e discentes bolsistas. As atividades foram planejadas e executadas durante o segundo semestre de 2018, em diferentes espaços da instituição. Foram realizadas Rodas de Conversa, com temas referentes à promoção de saúde mental; foram discutidos livros e foram desenvolvidas atividades, nas disciplinas de Artes, Língua Portuguesa e Literatura, por meio da produção em aquarela, painel e mosaico, e escrita de textos. Ao final do processo, foi possível constatar que os estudantes, ao protagonizarem eventos interdisciplinares, puderam refletir criticamente por meio de consciência linguística e artística da situação comunicativa vivenciada à medida que relacionaram suas

¹ Psicóloga, especialista em Psicologia Clínica pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP). Mestre em Saúde Mental e Atenção Psicossocial – UFSC. cristina.folster@ifsc.edu.br

² Licenciada em Letras Português e Literaturas de Língua Portuguesa pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Mestre em Letras, área de Estudos Linguísticos pela UFSM. sabrineweber@gmail.com

³ Doutora em Artes Visuais pela Universidade Estadual de Santa Catarina (UDESC). Membro do grupo de pesquisa Educação, Arte e Inclusão - CNPq/UDESC e do Observatório da Formação de Professores no âmbito do Ensino de Arte: estudos comparados entre Brasil e Argentina - (OFPEA/BRA-ARG). giovana.bianca@ifsc.edu.br

⁴ Formada em Biblioteconomia na Universidade Federal de Alagoas (UFAL); Especialista em Biblioteconomia e gestão escolar. maria.lidiane@ifsc.edu.br

vivências a objetos de estudo em sala de aula, sentindo-se amparados e com autonomia na expressão de sentimentos.

Palavras-chave: Saúde mental. Educação. IFSC. Permanência e êxito.

ABSTRACT

This paper reports an experience carried out at the Federal Institute of Santa Catarina, Xanxerê Campus, state of Santa Catarina, Southern Brazil. The project aimed to promote the mental health of students from the integrated high school through activities articulated and developed by psychologist, librarian, teachers and scholarship students. The activities were planned and executed during the second semester of 2018, in different spaces of the institution. In the courtyard, pre-scheduled yarning circles were held, with themes - chosen by the students - referring to the promotion of mental health. Literary books were discussed and allowed reflection on the topics debated. In the classrooms, activities were developed on the subjects of Arts, Portuguese and Literature, based on moments of expression of feelings in trauma overcoming. Also, there were activities with watercolor panels and mosaic, as well as writing personal letters and motivational texts. with verbal and nonverbal language. At the end of the process, it was possible to verify that the students, when leading interdisciplinary events, were able to reflect critically through linguistic and artistic awareness of the communicative situation as they related their experiences as study objects in the classroom, feeling supported and with autonomy in the expression of feelings.

Keywords: Mental health. Education. IFSC. Permanence and success.

1 INTRODUÇÃO

O tema Saúde Mental é ainda considerado, por grande parte da sociedade, como um tabu, principalmente quando relacionado ao contexto escolar, o que dificulta o acesso à informação, à troca de experiência entre pares e à ajuda qualificada. Diante disso, a escola assume um papel essencial de preparação dos jovens para viverem e superarem dificuldades, ao propiciar atividades associadas

ao domínio afetivo e social, contribuindo para o processo de desenvolvimento (DESSEN, POLONIA, 2007; BRESSAN, ESTANISLAU, 2014; TOMÉ et al., 2017).

A constituição e compreensão de cada cidadão como sujeito no mundo se dá por meio de interação, reflexão e discussão, desde a infância e adolescência, sobre questões e entendimento de seu contexto com pessoas com quem convivem. Sobre esse aspecto, a escola, como ambiente em que o adolescente passa maior parte do tempo, deve, conforme Gadotti (1995, p. 211):

Proporcionar aos alunos um lugar de interação e questionamentos já que o homem não se forma nem exclusivamente sob a influência do ambiente, nem pelo desenvolvimento de sua consciência, mas por uma combinação de ambos.

Desse modo, promover a saúde mental no ambiente escolar pode produzir benefícios a longo prazo, como prevenir problemas mentais, melhorar o desempenho acadêmico, aumentar a motivação e permanência escolar, além de auxiliar os estudantes adolescentes em vulnerabilidade social a lidar com as adversidades (TOMÉ et al., 2017).

A promoção de saúde mental também vai ao encontro da Política Nacional de Promoção de Saúde (PNPS), do Ministério da Saúde (BRASIL, 2014), o qual recomenda a criação de espaços e ambientes saudáveis nas escolas, fazendo consonância ao Programa Nacional de Saúde na Escola (PSE) e aos valores e princípios defendidos pelo Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC), como respeito às diferenças, diálogo e humanização e, sobretudo, aos Assuntos Estudantis no que se refere à Permanência e Êxito:

São consideradas ainda propostas que contribuem para a permanência e o êxito dos discentes atividades de prevenção e promoção de saúde, de combate à discriminação e de valorização das diferenças entre os discentes. (INSTITUTO FEDERAL DE SANTA CATARINA, 2017, p. 4).

Diante da importância da promoção de saúde mental nas escolas e da abertura de edital do IFSC n. 02/2018, as autoras, servidoras do Câmpus Xanxerê, submeteram projeto intitulado “Promoção de Saúde Mental como estratégia de permanência e êxito dos discentes do Ensino Médio Integrado do Câmpus Xanxerê”, visando promover ações que contribuíssem para a saúde mental dos discentes do Ensino Médio Integrado ao técnico por meio de atividades integradas entre psicóloga - coordenadora do projeto, bibliotecária, docentes e discentes. As atividades foram (re)planejadas e desenvolvidas durante o segundo semestre de 2018, utilizando-se dos diferentes espaços da instituição. Assim, este trabalho se propõe a relatar a experiência desenvolvida no projeto, suas principais atividades e resultados.

O objetivo geral do projeto foi realizar ações que promovessem a Saúde Mental como estratégia de permanência e êxito dos discentes do Ensino Médio Integrado do Câmpus Xanxerê. Para tanto, foram pensados os seguintes objetivos específicos: proporcionar um ambiente escolar saudável; promover a leitura, a arte, o diálogo e a escrita como instrumentos terapêuticos; proporcionar um espaço/tempo de troca de experiência e empatia entre pares; possibilitar ao discente diferentes formas de se expressar; e, por fim, propiciar a integração e o empoderamento do estudante adolescente.

Por meio do edital, foi possível contar com a colaboração de alunos bolsistas do ensino médio integrado ao técnico. Dezesete discentes inscreveram-se para as entrevistas de seleção, efetivadas com a presença de dois servidores - coordenador do projeto e colaborador. As entrevistas foram semiestruturadas com duração média de 30 minutos. As perguntas trataram sobre a motivação para a realização das ações, tempo para executá-las, interesse no tema de saúde mental e qual das atividades o aluno gostaria de estar colaborando. A seleção dos quatro bolsistas foi publicada e divulgada no mural de entrada do Câmpus. Nas seções seguintes, portanto, são descritas as ações desenvolvidas no projeto de permanência e êxito sobre saúde mental na escola.

2 DESENVOLVIMENTO DO PROJETO: PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL NO IFSC - CÂMPUS XANXERÊ

Para dar início às atividades, foi realizada uma reunião com todos os membros envolvidos no projeto: psicóloga, bibliotecária, discentes bolsistas, professoras de Artes e de Língua Portuguesa, Redação e Literatura. Os bolsistas puderam familiarizar-se com o projeto e cronograma de atividade, deram sugestões e novas ideias, além de juntarem-se aos servidores de referência de suas atividades: dois deles ficaram responsáveis, em conjunto da psicóloga, das rodas de conversa; outro uniu-se às docentes nas atividades de produção escrita e artística e o quarto bolsista responsabilizou-se pelas ações em conjunto da bibliotecária.

As atividades foram planejadas e executadas durante o segundo semestre de 2018, em diferentes espaços da instituição. No pátio, ambiente externo, foram realizadas Rodas de Conversa pré-agendadas, com temas - escolhido pelos estudantes - referentes à promoção de saúde mental. Somado às rodas, foram discutidos livros literários que oportunizaram a reflexão dos temas debatidos. Nas salas de aula, foram desenvolvidas atividades, nas disciplinas de Artes, Língua Portuguesa e Literatura, a partir de momentos de expressão dos sentimentos e superação de traumas, por meio da produção em aquarela, painel e mosaico, escrita de cartas pessoais e textos motivacionais com linguagem verbal e não-verbal.

Após primeira reunião com todos os envolvidos, iniciou-se a execução das atividades. Em paralelo, foram realizadas reuniões isoladas para planejamento e avaliação de todas as ações, as quais são apresentadas na sequência.

2.1 Atividades extraclasse: rodas de conversa e momentos literário

As rodas de conversa e momentos literários foram realizados no *hall* do Câmpus, nos intervalos entre as aulas do período da manhã e tarde com uma

hora de duração. O ambiente era previamente organizado, dispondo as cadeiras, sofás e *puffs* em círculo.

A partir de um tema, escolhido pelos próprios discentes, a conversa acontecia. Dinâmicas, vídeos e textos foram utilizados como recursos potencializadores da discussão. A psicóloga mediava os encontros, em conjunto com os bolsistas e fazia a escuta qualificada. O momento literário acontecia logo após as discussões. Um dos bolsistas, com a orientação da bibliotecária, trazia um livro para a roda, relatava os pontos principais e uma reflexão sobre a obra. Nos minutos finais, os participantes escolhiam o próximo tema e faziam comentários e críticas sobre o que estavam achando do projeto no geral.

Na primeira roda, o debate foi organizado utilizando uma série do serviço de streaming *Netflix* vista e comentada pelos estudantes-adolescentes: “13 reasons why”. O segundo encontro abordou o tema “Autoestima” por meio de dinâmica com balões e *feedbacks* positivos entre os participantes. “Biblioterapia” foi tema da terceira roda que iniciou com a leitura de poesia interpretada por professora e um aluno ator de teatro. Neste dia, as discussões sobre livros e as dinâmicas oportunizaram aos alunos pensar situações em que a leitura os tenha ajudado em momentos difíceis.

O quarto encontro abordou o assunto “Ansiedade”. Os alunos puderam compartilhar suas experiências e tiveram orientações para amenizar suas preocupações. O último tema trabalhado foi “Traumas”. Esse encontro contou com a participação do coletivo de mulheres Janete Cassol, de Xanxerê, que contribuiu com a conversa entre os discentes.

2.2 Atividades na disciplina de Artes: desdobramento estético a partir do tema

A professora de Artes trabalhou com as turmas de primeiro ano do ensino médio os pressupostos da arteterapia por meio de uma produção visual coletiva. A partir do estímulo às potencialidades simbólicas e criativas dos estudantes, foi estimulada a execução de exercícios lúdicos e estéticos voltados às operações mentais de equilíbrio pessoal. Inicialmente, as turmas coletaram, junto à

comunidade escolar e família, depoimentos de traumas e estratégias de superação para lidar com tais situações. Os relatos foram transcritos para postais decorados com desenhos para colorir. A ideia foi que, por meio da metáfora, os alunos associassem o enfrentamento da folha em branco e as escolhas colorísticas necessárias ao seu preenchimento ao movimento de superação de um episódio triste, traumático. Os postais coloridos contendo no verso os relatos foram pendurados no corredor como uma cortina esvoaçante voltada ao manuseio e interação com os passantes. Novamente o pensamento metafórico foi utilizado, uma vez que a cortina traz consigo a simbologia de ocultar a paisagem para além da janela; remover a cortina é ampliar o campo de visão, tal como falar sobre um trauma é ampliar as possibilidades de lidar com ele.

Figura 1 - Parte da exposição dos trabalhos sobre traumas.



Fonte: Arquivo pessoal das autoras (2018)

As turmas de segundo ano trabalharam, na disciplina de Artes, a produção visual em aquarela a partir de poemas da coletânea “Textos cruéis demais para serem lidos Rapidamente” (SILVA, 2017). Essas pinturas foram expostas no *hall* do Câmpus e desvelaram situações de vida e enfrentamento dos estudantes, os quais a comunidade escolar desconhecia. A aquarela, segundo a Arteterapia, trabalha como a fluidez, sendo usada pelos terapeutas para auxiliar um comportamento menos enrijecido, oportunizando ao aquarelista a constatação de que não é possível manter controle sobre tudo ao longo da vida. Alguns momentos

de vida se assemelham muito à tinta aguada se espalhando livremente sobre o papel, parecendo “ter vida própria” e assumindo nuances e contornos não planejados.

Figura 2 - Parte da exposição das pinturas em aquarela



Fonte: Arquivo pessoal das autoras (2018)

2.3 Atividades nas disciplinas de Língua Portuguesa e Literatura: cartas pessoais e mensagens

Na disciplina de Língua Portuguesa e Literatura, o estudo do gênero textual *carta pessoal* foi realizado a partir de discussões acerca do trabalho de prevenção ao suicídio. Desse modo, foram desenvolvidas atividades durante o mês de setembro, em função da alusão à campanha mundial de prevenção ao suicídio – “setembro amarelo”. A professora explicou sobre a campanha e solicitou a produção de cartas pessoais destinadas a alguém do Câmpus (alunos, pessoas da equipe diretiva, pedagógica, coordenadores, professores, vigilantes, zeladores...), a escolha de cada estudante, que tivessem como objetivo agradecer o destinatário por algum episódio ou expressar a importância desta pessoa para aquele espaço. Envelopes e folhas com orientações sobre o “Setembro Amarelo” e também de escrita da carta foram entregues a todos os alunos participantes.

Após a escrita e reescrita de cartas, os envelopes foram preenchidos e as

cartas distribuídas pelo aluno bolsista e outros alunos voluntários em um dia intitulado “dia do correio”, e aqueles que receberam a carta poderiam responder com uma nova carta. Foram produzidas e distribuídas em torno de 250 cartas. Com essa atividade, os discentes que escreveram tiveram a oportunidade de expressar seus sentimentos com seus pares e/ou servidores. Quem recebia, sentia-se feliz pelo carinho, amor e afeto, tanto que retribuía, respondendo com outra carta.

Paralelo ao “Dia do correio”, foi realizado um trabalho na entrada do Bloco I, principal bloco do Câmpus. Os membros do projeto procuraram na internet por mensagens e figuras que pudessem contribuir na motivação dos alunos. Após impressão colorida e aquisição de uma caixa, foi organizada uma mesa e um painel, ambos estilizados com as cores amarelas - conforme campanha nacional de prevenção ao suicídio. Após colagem de orientações, foi disponibilizada a caixa com as mensagens/figuras motivacionais e foram deixados materiais para produção de novas mensagens por aqueles que retiravam a sua da caixa. O objetivo foi ter um espaço permanente durante todo o “setembro amarelo”, no qual os alunos pudessem ler informações, pegar as mensagens dentro da caixa e, em troca, escrever outra de sua autoria, atualizando a caixa de forma personalizada.

Figura 3 - Autoras ao lado da caixa de mensagens na entrada do Bloco 1.



Fonte: Arquivo pessoal das autoras (2018)

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Todo o processo de realização deste trabalho contou com a participação ativa dos alunos bolsistas em conjunto com a bibliotecária, com a exposição e discussão de livros, psicóloga, por meio das Rodas de Conversa, e docentes que atuaram com todas as turmas por intermédio da linguagem escrita e da arte. Essas atividades aconteceram paralelamente e foram articuladas com reuniões semanais entre todos os membros da equipe executora do projeto. As divisões das atividades e responsáveis foram apenas para organização da execução, contudo, era necessária a contribuição de todos em todas as ações.

Importante pontuar que as Rodas de Conversa serviram como um instrumento avaliador de todo o projeto, visto que alguns minutos finais de cada encontro eram dedicados às críticas e às sugestões dos participantes. Esses espaços confirmaram que as atividades, enriquecidas por meio da visão e intervenção interdisciplinar e colaboração dos jovens bolsistas, auxiliaram

sobremaneira na promoção de saúde mental dos adolescentes estudantes do IFSC, Câmpus Xanxerê, contribuindo na permanência e êxito da instituição.

4 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Portaria nº 2.446, de 11 de novembro de 2014*. Redefine a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Brasília, DF: Ministério Da Saúde, 2014. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2014/prt2446_11_11_2014.html Acesso 20/12/2022

BRESSAN, R. A.; ESTANISLAU, G. M. (Org.). *Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber*. Porto Alegre: Artmed, 2014.

DESSEN, M. A.; POLONIA, A. da C. A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano. *Paidéia*, Ribeirão Preto, v. 17, n. 36, p. 21-32, abr. 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v17n36/v17n36a03> Acesso 20/12/2022

GADOTTI, M. *Pedagogia da práxis*. São Paulo: Cortez, 1995.

INSTITUTO FEDERAL DE SANTA CATARINA. *Plano de desenvolvimento institucional 2015-2019*. Florianópolis: IFSC, 2017. Disponível em: <https://www.ifsc.edu.br/pdi-2015-2019> Acesso 20/12/2022

SILVA, I. P. da. *Textos cruéis demais para serem lidos rapidamente*. São Paulo: Globo Alt, 2017.

TOMÉ, Gina et al. Promoção da saúde mental nas escolas: projeto ES´COOL. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, Lisboa, v. 8, n. 1, p. 173-184, 2017.