

PROCESSOS EM GRUPO COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ESCOLAR

Hanny Daisy Ferro de Souza ¹
Vinicius Henrique Alves Silva ²

RESUMO

A saúde mental dos estudantes é uma esfera de grande preocupação, uma vez que o ambiente acadêmico pode apresentar desafios emocionais e psicológicos significativos. O estresse acadêmico, a pressão social, as transições e mudanças, a sobrecarga de atividades e a falta de conexões sociais adequadas são apenas alguns dos fatores que podem afetar negativamente a saúde mental dos estudantes. Diante disso, foi desenvolvida a revisão bibliográfica dos trabalhos publicados entre 2010 a 2022, nas bases de dados SciELO, Lilacs, PsycINFO, BVS e Google Acadêmico, tendo como objetivo investigar a diversidade e a eficácia do uso de processos grupais no ambiente escolar como estratégia para melhorar o bem-estar e a saúde mental dos jovens. A partir das pesquisas analisadas foi possível esmiuçar os principais conceitos teóricos relacionados aos processos em grupo e à saúde mental no contexto escolar, identificar os benefícios e desafios desta estratégia, além das diferentes abordagens e técnicas utilizadas para sua realização. Desta forma, com base nas informações levantadas compreendeu-se a potencialidade e amplitude de benefícios alcançados através da adoção de práticas de cuidado em saúde mental com grupos escolares. Portanto, torna-se essencial que as instituições de ensino reconheçam a importância da saúde mental dos estudantes e forneçam suporte adequado, como programas de promoção do bem-estar psíquico, além disso, é crucial incentivar os estudantes a buscar ajuda quando necessário e a adotar estratégias de cuidado em grupo para preservar sua saúde mental.

Palavras-chave: Saúde mental, processo grupal, contexto escolar.

¹ Graduando do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Alagoas - UFAL, hannydaisyfs@gmail.com;

² Orientador: Psicólogo, Graduado pela Universidade Federal de Alagoas - UFAL, vinicius_halves@hotmail.com.