

ASSESSORIA EM SAÚDE MENTAL A DUAS UNIDADES DE EDUCAÇÃO NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE-PB

ICARO ARCÊNIO DE ALENCAR RODRIGUES

Psicólogo do IFPB – campus Campina Grande; Mestre em Gestão nas Organizações Aprendentes (UFPB), icaro.rodriques@ifpb.edu.br;

HOZANA DOS SANTOS SILVA

Estudante do Curso de Licenciatura em Matemática do IFPB – campus Campina Grande, santoshozana6@gmail.com.

RESUMO

Mediante os impactos causados pela pandemia de covid-19 que impuseram a necessidade de isolamento social e o uso de mídias digitais para o trabalho e o estudo, além das repercussões na saúde mental dos indivíduos, o projeto de extensão *Assessoria a instituições de ensino no município de Campina Grande no período de pandemia: saúde mental e processos de gestão do uso das redes sociais e gestão do tempo* buscou amenizar tais impactos na equipe de educadores e nos familiares das crianças atendidas na Creche Galdina Barbosa e na Escola municipal Santo Antônio, ambas localizadas em Campina Grande – PB. Esse trabalho busca destacar as ações em saúde mental do referido projeto. Desta feita, por meio da realização de oficinas, *podcasts* e mídias de áudio e imagem, a equipe do projeto conseguiu atingir os objetivos propostos. Em trabalhos futuros, buscar-se-á também expandir o conceito de promoção e prevenção em saúde mental de forma a abranger mais ações que estejam compreendidas como pertencentes às práticas da Psicologia Escolar, como a orientação profissional e o diagnóstico e a intervenção psicopedagógica.

Palavras-chave: Saúde mental, Assessoria, Escola, Creche, Campina Grande.

INTRODUÇÃO

A pandemia de covid-19 interferiu significativamente na vida humana, impulsionando a mudança de hábitos. O acesso à *internet* e, principalmente, às redes sociais digitais aumentaram devido à necessidade de comunicação a distância, motivada pelo imperativo do confinamento e isolamento social. Assim, o contato com familiares e amigos, as ações de trabalho e as atividades de educação escolar se apropriaram dessas tecnologias de comunicação. Todavia, essa transformação brusca de hábitos não está livre de problemas.

Para além dos espaços físicos, os ambientes virtuais também são propícios ao conflito. Recentemente, a Escola Estadual Raul Brasil, em Suzano, São Paulo, foi palco de um massacre planejado por dois jovens pela *internet*, que resultou na morte de dez pessoas (oito assassinatos e dois suicídios). O espaço virtual utilizado para tal planejamento foi o *Dogolachan*, que se constitui de uma comunidade anônima alocada na deep web (internet profunda: segmento da internet de difícil acesso que abriga redes e sites anônimos), no qual o politicamente incorreto é incentivado, como o ódio pelas minorias (mulheres, negros, nordestinos, LGBTs etc.). Os usuários são conhecidos como “chans”, que se caracterizam como pessoas “falhas”, seja na vida escolar, profissional ou nos relacionamentos amorosos, revelando dificuldades no convívio social (MANFREDINI, 2019).

Nesse sentido, as redes sociais se apresentam como espaços informais nos quais também podem ocorrer agressões, ameaças e intimidações que, presumivelmente, interferem nas relações que ocorrem nos espaços escolares, seja com estudantes, funcionários ou educadores, assim como nas relações familiares. Além disso, percebe-se que esses ambientes são mais atrativos que o ambiente escolar e familiar, pois o uso deles compete com o tempo de estudo e o de convivência com a família.

Mais especificamente sobre o período de pandemia que o mundo passa, destaca-se uma pesquisa com jovens sobre os efeitos dessa crise sanitária. Esses ressaltaram a dualidade de valores das redes sociais, quando se pensa nos diferentes tipos de notícias sobre a covid-19:

Os que têm mais rejeição são justamente os meios mais fáceis de propagar Fake News e que os jovens sabem, que é por WhatsApp e Telegram, ou Facebook e Instagram. [...] Já os outros, Youtube, Podcast, jornais na rua e campanhas

de TV e internet, eu acho que está sendo uma procura muito importante para se informar quando esses canais são especializados. É um youtuber que é infectologista, que é microbiologista que faz live sobre isso. É um podcast sobre ciência que fala sobre epidemiologias no mundo. São sites confiáveis. Esse “confio mais ou menos” é uma expressão geral. (CONJUVE, 2020, p. 58).

Além dos problemas associados às redes sociais digitais com a mudança de hábitos, a rotina semanal perdeu sua estrutura, propiciando dificuldades na organização do tempo. Igualmente, o medo de adoecimento e de morte, a perda da renda familiar, a distância física de pessoas queridas, por exemplo, têm comprometido a saúde mental da população.

Devido a esses fatores complicadores da vida humana, em especial para os profissionais e familiares de estudantes de escolas públicas, e assumindo a missão de formação humana que compete aos institutos federais, o projeto de extensão intitulado de *Assessoria a instituições de ensino no município de Campina Grande no período de pandemia: saúde mental e processos de gestão do uso das redes sociais e gestão do tempo*¹ auxiliou os profissionais da educação e familiares de alunos que compõem a Creche Municipal Galdina Barbosa Silveira e a Escola Municipal de Ensino Fundamental Santo Antônio Promoção Humana – ambas localizadas na cidade de Campina Grande – PB – sobre o uso de mídias sociais digitais, gestão do tempo, empreendedorismo e temas relacionados à saúde mental, por meio de oficinas, tutoriais e *podcasts*, no intuito de aliviar os impactos negativos da pandemia nesse público. O presente trabalho terá como foco central as ações direcionadas para a saúde mental do público-alvo.

Portanto, ações que buscam informar a população com base na ciência, como o descrito por Oliveira *et al.* (2021), que trabalharam temas como *fake news*, promoção em saúde mental, produtividade e adaptação de rotina, distanciamento social, ensino remoto, prevenção do suicídio, entretenimento infantil e relações sociais, embasam o presente trabalho (Figura 1).

1 Projeto aprovado e fomentado pelo Edital n. 13/2020 da Pró-Reitoria de Extensão e Cultura do Instituto Federal da Paraíba.

Figura 1 - Intervenções virtuais de educação em saúde para o enfrentamento da pandemia



Fonte: Oliveira *et al.* (2021)

Percebeu-se que o processo de assessoria às duas unidades de educação municipal propiciou momentos de reflexão, além da ampliação do conhecimento dos participantes sobre as temáticas propostas pelo projeto, fortalecendo a saúde mental dos educadores e familiares.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

É observável que as redes sociais digitais exercem influência significativa na vida das pessoas. Também fica evidente que são ferramentas que facilitam a convivência e outros processos humanos. Vale lembrar que, quando se trata do público estudantil, esse assunto ganha destaque, não só pelos impactos positivos, mas igualmente pela dificuldade em gerir o uso dessas redes.

A pesquisa de Carrano (2017), com discentes e docentes de uma escola pública de Ensino Médio no município do Rio de Janeiro, constatou que os alunos, quando entram na *internet*, primeiramente acessam as redes sociais (55,4%), geralmente com uma frequência de mais de onze horas semanais; reservam apenas um pequeno espaço de tempo (4,1%) para realizarem pesquisas escolares; em sua maioria, navegam para tratar de questões pessoais (78%); além do mais, consideram que o uso desses ambientes pela instituição escolar poderia melhorar o desempenho dos estudantes (55%), avaliando que esses espaços são subutilizados pela escola.

Até mesmo os próprios jovens revelam que o uso da *internet* tem pontos negativos. Spizziri *et al.* (2012) realizaram uma pesquisa com 534 adolescentes, entre 12 e 17 anos, de escolas públicas e privadas e buscaram investigar as diferentes formas do uso da *internet* pelos adolescentes. No que tange aos aspectos negativos, os participantes destacaram a possibilidade de se viciarem (49,81%) como principal desvantagem do uso da *internet*; a periculosidade do ambiente virtual (48,12%); a falta de contato com a pessoa com quem se comunicam (43,04%); e as limitações para se expressarem (38,34%).

Além dessas questões expostas sobre o uso das redes sociais digitais, o que se pensa da escola também aparece como tema comum nesses ambientes virtuais. Miranda, Carvalho e Pacheco (2015) analisaram postagens de estudantes em páginas do *Facebook*, que tinham como finalidade tratar de assuntos relacionados à escola e identificaram que os jovens utilizam as redes sociais para expressarem o que acham do local onde estudam, abordando, com frequência, o aparente descompasso entre os objetivos dessas instituições e os interesses dos alunos.

Verificou-se, também, que as postagens nessa temática têm como objetivo causar a sensação de pertencimento e provocar risos. Além do mais, elas acabam sendo comentadas e compartilhadas por outros usuários que não pertencem ao grupo específico onde foi exibida, conseqüentemente

promovendo informações distorcidas sobre ambientes de educação para o público externo (PACHECO, 2015).

Pode-se também questionar qual a relação entre a pandemia atual e o uso das redes sociais. A pesquisa de Primo (2020, p. 188) mostrou que houve um considerável aumento do uso das redes sociais durante o período inicial da pandemia de covid-19, pois “durante o isolamento seu uso de mídias sociais: aumentou muito (37,1%), aumentou um pouco (34,2%), permaneceu o mesmo (22,9%), diminuiu um pouco (3,9%) e diminuiu muito (1,9%)”.

Além do mais, uma pesquisa recente sobre mudanças nas redes sociais e na saúde mental de estudantes de graduação suíços, durante a pandemia de covid-19, identificou que as redes de interação e de apoio ficaram mais escassas e mais estudantes passaram a estudar sozinhos. Além disso, os níveis de estresse, ansiedade, solidão e os sintomas depressivos pioraram. Destacam-se como principais estressores, inicialmente, o medo de perder a vida social e, posteriormente, esse medo se deslocou para preocupações com a saúde, a família, os amigos e o próprio futuro (ELMER; MEPHAN; STADFELD, 2020).

De modo oposto, também se observou que as práticas de conversação online e a visualização de postagens de outrem resultou em impacto emocional positivo, na medida que fizeram os participantes se sentirem: muito bem (21,2%), bem (52,4%), nem bem nem pior (22,1%), pior (4%), muito pior (0,3%). Sobre a exposição do sentimento quando não estavam se sentindo bem, a maioria dos participantes (61%) relatou expor esse sentimento apenas em conversas privadas na internet (PRIMO, 2020).

No mesmo contexto, Alves *et al.* (2020) realizaram uma pesquisa com jovens de 14 a 18 anos de quatro Escolas Técnicas Estaduais de Pernambuco e buscaram investigar a relação dos estudantes com o uso das redes sociais durante a pandemia. De acordo com os dados coletados, a maioria dos estudantes que participaram do estudo confirmaram que perdiam a noção do tempo quando acessavam as redes sociais (35,38%), sentiam uma grande necessidade de permanecer conectado às redes sociais (33,63%) e precisavam de cada vez mais tempo para lidar com assuntos relacionados às redes sociais (31,49%). Porém, verificou-se que, mesmo não sabendo gerenciar o tempo no uso das redes sociais, os estudantes afirmaram que não descuidavam das amizades e/ou familiares por estar conectado às redes sociais (55,43%) e não acham que seja um problema a frequência com que entram nas redes sociais (25,66%).

Crianças e adultos também não estão protegidos dos desafios à saúde mental que a *internet* propicia por meio das redes sociais digitais. Como exemplo, moderadores do *Facebook* (um gerenciador que tem como objetivo aprovar ou negar solicitações de entrada ou de publicações, assim como removê-las) revelam que têm sofrido no âmbito da saúde mental, tendo em vista a necessidade de avaliarem postagens com conteúdos perturbadores, como maus tratos a animais, canibalismo e terrorismo (BBC, 2019). Portanto, a existência de postagens como essas interfere na qualidade de vida dos usuários. Mesmo sob a supervisão de moderadores, são potencialmente danosas para qualquer idade, nem sempre são passíveis de bloqueios ou exclusões sem que possam ser antes visualizadas por eles.

Frente a essa demanda atual dos estudantes, muitas vezes, as ações dos pais e das instituições de educação não são eficientes, como se observa numa pesquisa de viés psicanalítico a qual ressalta que pais e professores se queixam de perderem o controle dos alunos, pois esses ficam constantemente conectados aos aparelhos e às redes sociais. Nesse sentido, a escola frequentemente volta-se para buscar o controle dessa situação pela proibição do uso no espaço físico escolar, contudo não conseguem obter êxito, já que os discentes continuam a usá-los, pois não se desapegam daquilo que promove prazer (LIMA, 2015).

Nesse âmbito, em que emerge a necessidade de se gerir o uso das redes sociais, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) se apresenta como um documento normativo que busca definir um conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens essenciais que todos os alunos precisam desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica (BRASIL, 2018).

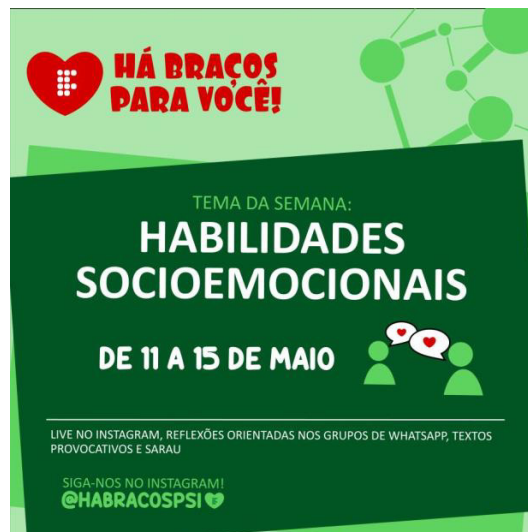
As tecnologias digitais e a computação são temas pertencentes à BNCC, tendo em vista que as Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDICs) estão cada vez mais presentes no cotidiano, impactando o modo de funcionamento da sociedade. Assim:

Os jovens têm se engajado cada vez mais como protagonistas da cultura digital, envolvendo-se diretamente em novas formas de interação multimidiática e multimodal e de atuação social em rede, que se realizam de modo cada vez mais ágil. Por sua vez, essa cultura também apresenta forte apelo emocional e induz ao imediatismo de respostas e à efemeridade das informações, privilegiando análises superficiais e o uso de imagens e formas de expressão mais sintéticas, diferentes dos modos de dizer e argumentar característicos da vida escolar. (BRASIL, 2018, p. 61).

Para tanto, faz-se imprescindível que a escola estimule a reflexão e a análise aprofundada, além da atitude crítica frente às ofertas de mídias digitais. Entretanto, a instituição escolar também precisa incorporar as novas linguagens, promovendo novas formas de interação, aprendizagem e compartilhamento de significados entre educadores, estudantes e familiares/responsáveis. Além disso, precisa favorecer uma formação baseada nos direitos humanos e na democracia, trabalhando pela desnaturalização de qualquer forma de violência (BRASIL, 2018).

Nesse aspecto, cita-se como as redes sociais podem se configurar como ferramentas de prevenção e promoção em saúde mental. O Projeto Há braços foi desenvolvido por psicólogos do IFPB durante os meses de março a setembro de 2020, os quais, por meio do gerenciamento de grupos de whatsapp e de um perfil do *instagram* (@habracospsi), trabalharam diversos temas (orientação profissional, sentido da vida, habilidades socioemocionais (Figura 2), organização da rotina de estudos, solidão e relacionamentos interpessoais) com a comunidade acadêmica da referida instituição (RODRIGUES, SILVA, LINS E SILVA e BAILÃO, 2021).

Figura 2 – Tema desenvolvido pelo grupo Há Braços



Fonte: Rodrigues, Silva, Lins e Silva e Bailão (2021)

Complementa-se que, na pesquisa *Juventudes e a pandemia de coronavírus*, os jovens, em sua maioria, frisaram que preferiam que as escolas priorizassem as atividades para lidar com as emoções em vez das aulas

convencionais. Da mesma forma, a maioria pediu estratégias para a gestão do tempo e para melhorar a organização (CONJUVE, 2020). Portanto, dispor de ferramentas de gestão sobre o uso de mídia sociais digitais está vinculado à qualidade da saúde mental.

Cabe ressaltar que a gestão/administração do uso das redes sociais, do tempo e da saúde mental não são equivalentes à repressão ou ao autoritarismo, de modo a desconsiderar a autonomia de pensamento e ação dos usuários, mas um meio de educá-los a conduzir o próprio comportamento para que esse contribua de forma eficaz na autoestima, nas relações sociais e no processo de ensino e de aprendizagem. Revela-se a função democrática e dialógica em que a gestão/administração escolar está inserida.

METODOLOGIA

Aprovado no Edital n.13/2020 da Pró-Reitoria de Extensão e Cultura do Instituto Federal da Paraíba, no dia 08 de setembro de 2020, o referido projeto teve como campo de intervenção duas instituições municipais: a Creche Municipal Galdina Barbosa Silveira e a Escola Municipal de Ensino Fundamental Santo Antônio “Promoção Humana”, ambas localizadas na cidade de Campina Grande – PB.

O projeto, inicialmente, investigou as necessidades específicas do público-alvo (servidores e responsáveis pelos estudantes) por meio de aplicação de questionário e também pelo contato com eles por intermédio de redes sociais digitais. Antes da aplicação do questionário, a equipe do projeto se reuniu com as gestoras das duas unidades, no dia 28 de setembro de 2020, para apresentar o projeto e a proposta de questionário.

Após ouvidas as opiniões das gestoras, o questionário foi criado ainda no mês de setembro de 2020, na plataforma *Google Docs*, e enviado para as gestoras escolares, via *WhatsApp*, as quais repassaram para os educadores pela mesma mídia social digital. A opção de envio apenas para as profissionais de educação se justificou pela análise de que elas conheciam a realidade das famílias atendidas, de modo que diminuiria o tempo entre coleta e análise dos dados, diferentemente se houvesse sido realizada a aplicação do questionário também para com os familiares.

O questionário continha dois blocos de perguntas: um bloco destinado a identificar os temas que indicassem a necessidade de formação dos profissionais das duas unidades educacionais e outro voltado às percepções

dos educadores sobre alguns quesitos das famílias cujos filhos estivessem matriculados nas duas unidades parceiras.

O primeiro bloco buscava identificar as áreas em que os educadores tinham dificuldade e que precisavam de orientação (dentre as três grandes áreas propostas pelo projeto inicialmente: saúde mental, gestão do tempo e conectividade); quais os recursos de comunicação a distância/plataformas digitais mais utilizados e em quais deles havia necessidade de aperfeiçoamento; quais os dias, horários e meios pelos quais as formações poderiam ocorrer.

Já no segundo bloco, buscou-se avaliar, na percepção dos profissionais das duas unidades, como eram as relações familiares das crianças atendidas; os principais desafios enfrentados pelas famílias no período de pandemia de covid-19; qual a rede social digital mais apropriada para estabelecer comunicação com os familiares, além de quais as condições da *internet* das famílias. Também foi disponibilizado um espaço para os respondentes que almejassem deixar algum pedido ou sugestão.

Obteve-se 23 respostas ao questionário. O total de respostas foi composto da participação de 65,2% dos educadores da Promoção Humana e de 34,8% dos educadores da Creche. Para os educadores da Creche Galdina Barbosa, as áreas de maior dificuldade e sobre as quais gostariam de receber orientações foram, respectivamente, saúde mental em período de pandemia (50%); organização do tempo (37,5%); utilização de recursos digitais (25%); e aspectos positivos e negativos do uso das mídias digitais (25%). Nesse mesmo quesito, os educadores da Escola Santo Antônio Promoção Humana destacaram a utilização de recursos digitais (46,7%); saúde mental em período de pandemia (33,3%); segurança no uso das redes sociais (26,7%); e organização do tempo (20%) como os temas mais citados.

No que tange ao quesito saúde mental, que é o foco do presente trabalho, os participantes ressaltaram os temas ansiedade e estresse como aqueles que deveriam ser trabalhados com eles. Da mesma forma, o *WhatsApp*, o *Google Meet* e o *YouTube* foram citados como os recursos midiáticos mais utilizados com facilidade pelos participantes. Tanto os participantes da Promoção Humana (80%) quanto os da Creche Galdina (55%) assinalaram que sentiam necessidade de melhorar as habilidades em alguns dos recursos midiáticos citados na questão (*Google Meet*, *Zoom*, *Hangouts*, *YouTube*, *Facebook*, *Instagram* e *WhatsApp*). O turno noturno foi o preferido para as reuniões temáticas e os recursos de vídeo como o material de maior facilidade de acesso para baixar no celular.

Sobre as perguntas relacionadas às famílias das crianças atendidas nas duas unidades educacionais, tanto os educadores da Creche quanto os da Escola avaliaram como boas as relações dos familiares, além de que a gestão do tempo e os problemas financeiros como as principais dificuldades das famílias no período de pandemia. Com 90,4% de média, os educadores da Creche e da Escola destacaram que o *WhatsApp* seria a rede social digital cuja comunicação entre a equipe e os familiares seria mais eficaz.

Em outubro de 2020, após a análise dos questionários, o plano de ação foi apresentado e discutido com a equipe gestora das unidades parceiras. Com o intuito de resguardar a saúde da equipe executora e do público-alvo do projeto, tendo em vista o período de pandemia de covid-19, propôs-se que todas as ações de planejamento e a execução de assessoramento (oficinas, tutoriais, cartilhas e produções audiovisuais) ocorressem de forma virtual pelos serviços de comunicação grupal por vídeo que a equipe avaliasse mais pertinente. Nesse contexto, os encontros ocorreram pelo *Google Meet* e outras ações e comunicações se deram pelo *WhatsApp*.

Igualmente se acertou que, entre os meses de outubro e dezembro de 2020, seriam realizadas as oficinas, tutoriais e apresentação e distribuição das cartilhas. O conteúdo desses materiais contaria com uma vasta pesquisa bibliográfica e a adaptação desta para a realidade sociocultural e educacional do público-alvo que seria heterogêneo. A equipe buscaria construir o material e executar as ações formativas com linguagem adequada, sem perder o foco na aprendizagem e no reconhecimento do saber do outro e no estímulo à pesquisa e à criticidade, como expõe Freire (1996).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a organização do melhor calendário de atividades, deu-se início às ações do projeto de extensão sobre os temas centrais propostos. Destacarse-ão as ações com o tema saúde mental.

SAÚDE MENTAL

O primeiro tema desenvolvido no projeto foi sobre Saúde Mental, abordado por meio de oficinas virtuais com duração de duas horas, realizadas nos dias 04 e 09 de novembro de 2020, respectivamente com os educadores da Creche (Figura 3) e da Escola (Figura 4), pelo *Google Meet*.

Conforme respostas ao questionário, abordou-se, especificamente, os subtemas ansiedade e estresse. Além da apresentação de conceitos, a equipe também trouxe exemplos do cotidiano para pautar o tema, respaldando cientificamente o assunto com a adição de explicações a respeito de erros de pensamento (WRIGHT, BASCO e THASE, 2008), os quais foram pontuados como disparadores e mantenedores de ansiedade.

Menos destacados que a depressão, os transtornos de ansiedade exercem um impacto significativo na qualidade de vida de quem o sofre e, muitas vezes, está associado à depressão e abuso de álcool. Nesse sentido, ressalta-se a pertinência do tema em questão:

A verdade é que a ansiedade é algo sério. Se você sofre de ansiedade, a chance é de que isso tenha um grande impacto sobre sua vida. As pessoas com transtornos de ansiedade frequentemente se descobrem incapazes de trabalhar de modo eficaz, de ter uma vida social, de viajar ou de ter relações estáveis. Elas podem passar deliberadamente por todo tipo de estratégias, somente para evitar encontrar certas pessoas, locais ou atividades, inclusive dirigir um carro, viajar de avião e entrar em elevadores. Podem não conseguir enfrentar multidões, participar de reuniões sociais, estar em espaços abertos ou se deparar com mínimas quantidades de sujeira. Em geral, não conseguem dormir bem. Algumas delas se tornam socialmente reclusas ou caseiras. Em casos extremos, um transtorno de ansiedade precisará de hospitalização. Para quem realmente sofre de ansiedade, a condição vai bem além de se atormentar com o imposto de renda ou de ter medo de aranhas. Trata-se de uma doença real e duradoura, que tem consequências impactantes sobre a vida. (LEAHY, 2011, p. 11).

Além disso, os processos de comunicação foram trabalhados como meio de autoconhecimento e também de gestão da ansiedade (quando associado ao tema inteligência emocional). Esse assunto foi mediado pela teoria da “Janela de Johari” (FRITZEN, 2010), já que por meio dela discutiu-se as áreas de autoconhecimento que estão ligadas aos processos de receber e dar feedback (áreas aberta, fachada, mancha cega e desconhecido). A equipe buscou estimular a busca pela ampliação da área aberta dos participantes, por meio da autorreflexão e das relações interpessoais.

Na sequência, como fechamento da oficina, apresentou-se e discutiu-se o assunto Inteligência Emocional (GOLEMAN, 2011, 2015), como mecanismo basal para possibilitar a gestão da saúde mental. A autoconsciência, a

autogestão e a empatia fomentaram os caminhos para a gestão dos pensamentos e comportamentos e, conseqüentemente, gerir a ansiedade.

Os educadores participantes avaliaram as oficinas como significativas, pois, além de se identificarem com os exemplos apresentados, foram-lhes propostas sugestões de autogestão para lidarem com a ansiedade e o estresse do dia a dia.

Figura 3 – Oficina sobre Saúde Mental com profissionais da Creche Galdina Barbosa



Fonte: Arquivos do projeto (2020)

Figura 4 – Oficina sobre Saúde Mental com profissionais da Escola Santo Antônio



Fonte: Arquivos do projeto (2020)

Ainda no mês de novembro, após a realização das oficinas, foi produzido um *podcast* com os conteúdos trabalhados nas oficinas com os educadores, dessa vez dirigidos aos familiares das crianças matriculadas na Creche e da Escola. A opção pelo envio de áudios se deu pela maior probabilidade dos familiares acessarem as informações com esse formato, conforme sugestão

dos educadores envolvidos. Dessa forma, buscou-se adaptar os conteúdos a uma linguagem coloquial, de modo a abranger diversos níveis de escolarização. O referido material foi encaminhado para as diretoras, que repassaram às professoras e estas o encaminharam nos grupos de pais.

A última ação referente ao tema Saúde Mental ocorreu no dia 21 de dezembro, quando foram enviados às diretoras das unidades conteúdos sobre inteligência emocional (autoconhecimento, autogestão, automotivação e empatia) voltados ao desenvolvimento humano no processo educativo, por intermédio de imagens (Figura 5) e de vídeo elaborados pela estagiária de Psicologia do *campus* Campina Grande, Izabela Azevedo da Silva Araújo. Esse conteúdo foi direcionado tanto para familiares quanto para os educadores participantes do projeto.

Figura 5 – Card sobre Inteligência Emocional



Fonte: Arquivos do Projeto (2020)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesse contexto, percebeu-se a importância de se desenvolver projetos de assessoria a Instituições de Ensino no Município de Campina Grande durante o período da pandemia, que buscam auxiliar a saúde mental e os processos de gestão do uso das redes sociais e gestão do tempo. Esse trabalho atingiu o objetivo principal, quando ofereceu aos educadores e familiares de estudantes da Creche Municipal Galdina Barbosa Silveira e da

Escola Municipal de Ensino Fundamental Santo Antônio Promoção Humana, ações nas áreas de saúde mental, tendo como finalidade amenizar as dificuldades enfrentadas pelo público-alvo durante a vigência das ações, que devem servir como pontes norteadoras durante a vida.

Em trabalhos futuros, será possível aumentar o quantitativo de creches e escolas na cidade, a partir de ações e encontros virtuais. Buscar-se-á também expandir o conceito de promoção e prevenção em saúde mental de forma a abranger mais ações que estejam compreendidas como pertencentes às práticas da Psicologia Escolar, como a Orientação Profissional e o diagnóstico e a intervenção psicopedagógica.

REFERÊNCIAS

ALVES, A.; ANDRADE, G.; OLIVEIRA, J.; ALVES, J.; BRANDÃO, N. O Uso das Redes Sociais Em Época de Pandemia – Um Estudo De Caso Aplicado Em Quatro Escolas Técnicas

Estaduais De Pernambuco. *In*: CONGRESSO INTERNACIONAL DE GESTÃO E TECNOLOGIAS – IV COINTER PDVGT, 4, 2020, Recife. **Anais...** Recife: Instituto Internacional Despertando Vocações - IIDV, 2020, p. 1-18.

BBC. A difícil rotina dos moderadores da internet: 'Já vi vídeos de canibalismo'. **BBC News – Brasil**. 28 ago. 2019. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/salasocial-49478160>. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf. Acesso em: 25 fev. 2020.

BRIDI, Maria Aparecida (coord.); BOHLER, Fernanda Ribas; ZANONI, Alexandre Pilan. **Relatório técnico-científico da pesquisa: o trabalho remoto/home-office no contexto da pandemia covid-19**. Curitiba: Universidade Federal do Paraná, Grupo de Estudos Trabalho e Sociedade, 2020. Disponível em: https://www.eco.unicamp.br/remir/images/Artigos_2020/RELATRIO_DE_DIVULGAO_DA_PESQUISA_SOBRE_O_TRABALHO_REMOTO.pdf. Acesso em: 28 jun. 2021.

CARRANO, Paulo Cezar Rodrigues. Redes sociais de internet numa escola de ensino médio: entre aprendizagens mútuas e conhecimentos escolares. **Perspectiva**,

Florianópolis, v. 35, n. 2, p. 395-421, abr./jun. 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/perspectiva/article/view/2175-795X.2017v35n2p395>. Acesso em: 19 jan. 2018.

CONJUVE – Conselho Nacional de Juventude. Pesquisa Juventudes e a pandemia de coronavírus. Relatório de resultados. Jun. 2020. Disponível em: <https://www.juventudeseapandemia.com/>. Acesso em: 23 jul. 2020.

ELMER, Timon; MEPHAN, Kieran; STADFELD, Christoph. Students under lockdown: Assessing change in students' social networks and mental health during the COVID-19 crisis. **PsyArXiv**, 6 maio 2020. Disponível em: <https://psyarxiv.com/ua6tq/>. Acesso em: 13 jul. 2020.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996. (Coleção Leitura).

FRITZEN, Silvino José. **Janela de Johari**. 23. ed. Petrópolis: Vozes, 2010.

GOLEMAN, Daniel. **Liderança**: a inteligência emocional na formação do líder de sucesso. Tradução Ivo Korytowski. – 1. ed. – Rio de Janeiro: Objetiva, 2015.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional** [recurso eletrônico]. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

GROSSI, Marcia Gorett Ribeiro; MURTA, Flávio Cançado; SILVA, Mislene Dalida. A aplicabilidade das ferramentas digitais da Web 2.0 no processo de ensino e aprendizagem. **Revista Contexto & Educação**, v. 33, n. 104, p. 34-59, 2018. Disponível em: <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoeducacao/article/view/5954>. Acesso em: 30 jul. 2021.

LEAHY, Robert L. **Livre de ansiedade** [recurso eletrônico]. Porto Alegre: Artmed, 2011.

LIMA, Nádia Laguárdia de *et al.* Psicanálise, educação e redes sociais virtuais: escutando os adolescentes na escola. **Estilos da clínica**. São Paulo, v. 20, n.3, p. 421-440, set./dez. 2015. Disponível em: www.periodicos.usp.br/estic/article/download/117763/115409. Acesso em: 18 jan. 2018.

MANFREDINI, Beatriz. Conhece os chans? Autores do massacre em Suzano acessavam fóruns da deep web. **Brasil Econômico/IG Tecnologia e Games**. 14 mar. 2019. Disponível em: <https://tecnologia.ig.com.br/2019-03-14/massacre-suzano-chans.html>. Acesso em: 27 jun. 2019.

MIRANDA, Luciana A. de; CARVALHO, Manuela Azevedo; PACHECO, Lílian Miranda Bastos. As relações na escola na era digital: descompassos, descontextos. **Pedagogia em Foco**. v. 10, n. 4, p. 185-200, jul./dez. 2015. Disponível em: <http://revista.facfama.edu.br/index.php/PedF/article/view/160>. Acesso em: 15 jan. 2018.

OLIVEIRA, Renata Marques de *et al.* Saúde Mental e a Covid 19: intervenções virtuais de educação em saúde para o enfrentamento da pandemia. **Expressa Extensão**, Pelotas, v. 26, n. 1, p. 675 – 696, jan./abr. 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/expressaextensao/article/view/19686>. Acesso em: 23 jul. 2021.

PRIMO, Alex. Afetividade e relacionamentos em tempos de isolamento social: intensificação do uso de mídias sociais para interação durante a pandemia de COVID-19. **Comunicação & Inovação**, São Caetano do Sul, v. 21, n. 47, p. 176-198, 2020. Disponível em: https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_comunicacao_inovacao/article/view/7283. Acesso em: 26 jul. 2021.

RODRIGUES, Icaro Arcênio de Alencar Rodrigues; SILVA, Alex Ribeiro da; LINS e SILVA, Anna Paola Sivini; BAILÃO, Letícia Lacerda. Grupo há braços: ações de acolhimento de estudantes por profissionais da psicologia do IFPB durante a pandemia de covid-19. *In: NEGREIROS, Fauston; FERREIRA, Breno de Oliveira (orgs.). Onde está a psicologia escolar no meio da pandemia?* São Paulo: Pimenta Cultural, 2021. 1106p. Disponível em: https://www.ifpi.edu.br/noticias/eBook_PsicologiaEscolar.pdf. Acesso em: 13 out. 2021.

SPIZZIRI, Rosane Cristina Pereira; WAGNER, Adriana; MOSMANN, Clarisse Pereira; ARMANI, Ananda Borgert. Adolescência conectada: mapeando o uso da internet em jovens internautas. **Psicologia Argumento**, v.30, n. 69, p. 327-335, abr./jun. 2012. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologia-argumento/article/view/23288>. Acesso em: 14 mar. 2019.

WRIGHT, Jesse H.; BASCO, Monica R. Basco; THASE, Michael E. **Aprendendo a Terapia Cognitivo-Comportamental**: um guia ilustrado. Porto Alegre: Artmed, 2008.