



Eliane Antunes Marinho do Prado
Jonis Manhães Sales Felipe

COMO ABORDAR OS ESTUDANTES EM SITUAÇÃO DE SOFRIMENTO PSÍQUICO NAS ESCOLAS

PRODUTO EDUCACIONAL

CARTILHA DO PROFESSOR

Campos dos Goytacazes/RJ
2023


PROFEPT
MESTRADO PROFISSIONAL EM
EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA


**INSTITUTO
FEDERAL**
Fluminense

Ficha Técnica

Instituto Federal Fluminense
Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação
Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (PROFEPT)

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

P846c

Prado, Eliane Antunes Marinho do, 1974-.

Como abordar os estudantes em situação de sofrimento psíquico nas escolas / Eliane Antunes Marinho do Prado, Jonis Manhães Sales Felipe. — Campos dos Goytacazes, RJ, 2023.

29 p. : il. color.

Produto educacional proveniente da dissertação intitulada: Formação docente para a Educação Profissional Tecnológica e a (in) visibilidade dos alunos em sofrimento psíquico no Instituto Federal Fluminense Campus Cabo Frio (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica). — Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense, Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Campos dos Goytacazes, RJ, 2023.

Referências: p. 27-28.

1. Ensino Profissional. 2. Estudantes – Saúde mental. 3. Psicanálise e educação. 4. Professores – Formação. 5. Educação – Aspectos sociais. I. Felipe, Jonis Manhães Sales, 1991-. orient. II. Título.

CDD 371.71

(23. ed.)

Bibliotecária-Documentalista | Verônica G. Borges Nogueires | CRB-7/ 5702

Editorial

Autoria: Eliane Antunes Marinho do Prado e Jonis Manhães Sales Felipe

Projeto Gráfico e diagramação: Claudia Marcia Alves Ferreira

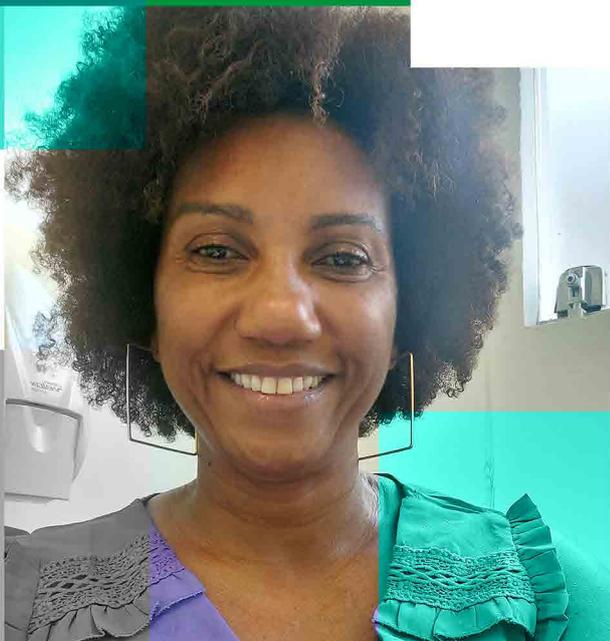
Banco de imagens: Freepik.com

CARTILHA DO PROFESSOR

Eliane Antunes Marinho do Prado
Jonis Manhães Sales Felipe

PRODUTO EDUCACIONAL

Como abordar os estudantes em situação
de sofrimento psíquico nas escolas



Sobre os autores

Eliane Antunes Marinho do Prado

Mestranda em Educação Profissional e Tecnológica pelo Instituto Federal Fluminense (IFFluminense), Pedagoga pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) e Psicóloga pelo Centro Universitário Celso Lisboa. Pós-graduada em Gestão Integradora: Administração, Supervisão e Orientação Educacional. Professora regente e Gestora Escolar na Prefeitura Municipal de Cabo Frio.

Jonis Manhães Sales Felipe

Doutor em Políticas Sociais pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (UENF) na linha de Educação, Cultura, Política e Cidadania. Mestre em Serviço Social pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). Licenciado em Pedagogia pela Universidade Santo Amaro (UNISA) e bacharel em Serviço Social pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Professor da área de Educação no Instituto Federal Fluminense, com atuação nos cursos de graduação e pós-graduação *lato* e *stricto sensu*.



Sumário

Apresentação	05
Definição	07
Determinantes sociais que atravessam o sofrimento psíquico na juventude	08
Alguns resultados da pesquisa que fundamentaram a presente cartilha	10
Principais sinais e sintomas	14
Classificação de riscos	16
Como o professor deve abordar o aluno	19
Onde buscar ajuda?	21
Sugestões	24
Referências	27



Apresentação

A presente cartilha foi produzida por Eliane Antunes Marinho do Prado, mestranda do Programa PROFEPT, sob a orientação do Professor Doutor Jonis Manhães Sales Felipe, como produto educacional resultante da pesquisa realizada no Instituto Federal Fluminense - **campus** Cabo Frio - RJ, intitulada: Formação docente para a Educação Profissional e Tecnológica e a (in) visibilidade dos alunos em sofrimento psíquico no Instituto Federal Fluminense **campus** Cabo Frio - RJ. O trabalho de pesquisa teve como objetivo investigar de que forma se dava a abordagem do sofrimento psíquico presente entre estudantes no âmbito da referida instituição, especialmente no que tange à atuação docente. Além disso, de maneira mais específica, buscou-se identificar as demandas mais recorrentes e os encaminhamentos dados pela equipe multiprofissional; desenvolver o mapeamento da qualificação e da percepção dos professores acerca da temática do sofrimento psíquico entre os alunos; analisar a relação entre a formação dos professores e a questão do sofrimento psíquico no ambiente escolar deste **campus** do IFFluminense; e formular uma cartilha com intuito de contribuir para o professor identificar e lidar com o aluno em situação de sofrimento psíquico.

A etapa de pesquisa de campo foi composta por entrevistas e questionários aplicados a técnicos envolvidos com o atendimento multiprofissional de saúde mental e professores, ambos pertencentes à comunidade do IFFluminense **campus** Cabo Frio. Aos profissionais técnicos, aplicou-se o instrumento de entrevistas não-estruturadas na modalidade focalizada, em que “[...] há um roteiro de tópicos relativos ao problema que se vai estudar e o entrevistador tem liberdade de fazer as perguntas que quiser: sonda razões e motivos, dá esclarecimentos, não obedecendo, a rigor, a uma estrutura formal” (LAKATOS E MARCONI, 2003, p. 197).

Aos professores, foram aplicados questionários com perguntas abertas e fechadas, utilizando o *google forms*, complementando com contatos eletrônicos e telefônicos para chamada à participação, a fim de alcançar o maior número possível de docentes do *campus* que foi referência da pesquisa.

Desta maneira, foram analisadas as seguintes variáveis:

Com técnicos

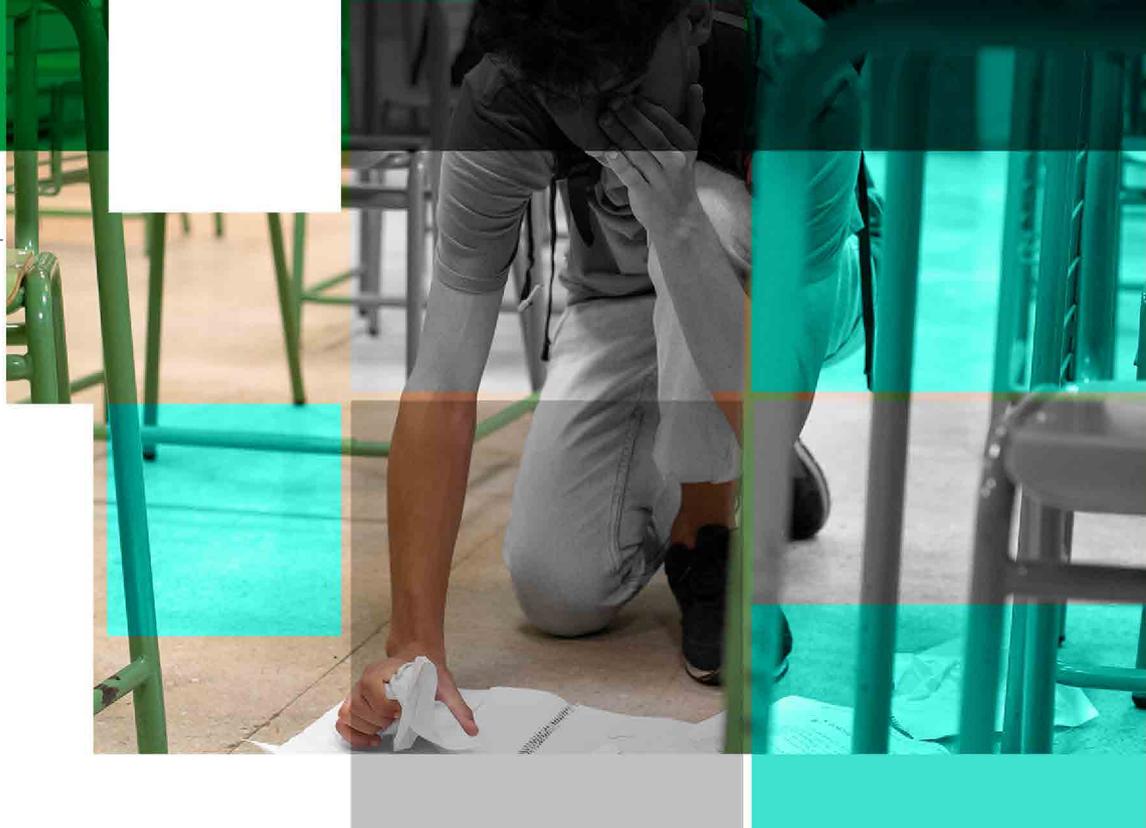
- I - Quais os tipos de demandas mais comuns;
- II - Os encaminhamentos recebidos que partem diretamente dos alunos;
- III - Quais profissionais mais encaminham alunos aos setores;
- IV - O perfil socioeconômico dos alunos que recebem atendimento do setor;
- V - As características gerais dos alunos que recebem atendimento, como: gênero, raça, idade;
- VI - Qual recorrência dos atendimentos realizados;
- VII - Necessidade de atendimentos externos;
- VIII - Quais interlocuções e os tipos de assistência são realizados com os professores;
- IX - Relatos mais frequentes dos professores em relação à temática.

Com docentes

- I - Experiência profissional como professor, em especial na EPT;
- II - O itinerário formativo dos profissionais para serem docentes, em especial na EPT;
- III - Relatos de contato com casos de alunos em sofrimento psíquico na sala de aula;
- IV - Iniciativas tomadas pelo professor quando identifica situações de sofrimento psíquico;
- V - Percepções acerca da própria preparação para identificar e encaminhar o aluno em (possível) sofrimento psíquico;
- VI - Participação em cursos de formação continuada sobre saúde mental nas instituições escolares;
- VII - Interesse em participar de algum curso de capacitação sobre saúde mental nas instituições escolares.

Foram entrevistados os dois profissionais (assistente social e a psicóloga) que lidam mais diretamente com a temática da saúde mental no *campus*. Já o questionário contou com a participação de quarenta e quatro (44) docentes, contribuindo para os achados dessa pesquisa, o que representa 55% do universo investigado. Como trata-se de uma pesquisa com perfil predominantemente qualitativo, não houve uma preocupação central com a amostragem estatística dos participantes. Os resultados da pesquisa podem ser consultados na dissertação de mestrado disponível no link e no **QR code** que constam no item de “sugestões de leitura” da presente cartilha.

Este material dirige-se à comunidade do Instituto Federal Fluminense, em especial aos professores, mas também ao público geral que pode se beneficiar das informações aqui contidas. Seu objetivo central é oferecer informações úteis aos professores sobre o processo de sofrimento psíquico, além de instruções práticas e diretas para a identificação, a abordagem e o encaminhamento de estudantes que estejam passando por esse processo.



Definição

Afinal, o que significa sofrimento psíquico?

É certo que todo sujeito passa por algum tipo de sofrimento durante a vida, por isso Vieira (2007) afirma que o sofrimento é sinal de normalidade. Nesse sentido, Costa (2014) diz que o ser humano sofre logo ao nascer, ou melhor, manter-se vivo é um dos maiores sofrimentos vivenciados pelo indivíduo de maneira única. Portanto, “[...] o sofrimento humano é complexo e multidimensional, mas, ao mesmo tempo, é uma experiência singular, própria, intransferível, que requer superação” (MACEDO, 2018, p. 4). Essa superação, porém, pode envolver a necessidade de acolhimento e acompanhamento profissional a partir das **demandas apresentadas pelo sujeito, que não devem ser ignoradas pela escola.**

No caso do sofrimento psíquico, entendido como um conjunto de sentimentos ou emoções desagradáveis e/ou desconfortos psicológicos que interferem nas ações cotidianas, também é possível afirmar que se trata de um momento “[...] essencial e inerente ao ser humano, se constrói e se expressa nas relações” (MACEDO, 2018, p. 4), **não sendo necessariamente reflexo de uma patologia.** Apesar disso, por se expressar nas relações e dentro de um contexto social, **o sofrimento psíquico pode se manifestar na escola, como resultado ou não das práticas e interações ocorridas dentro dela.**

Os professores devem estar atentos a tais manifestações e demandas apresentadas pelos estudantes, **promovendo ambientes e situações que não favoreçam ou aprofundem o seu desenvolvimento, oferecendo acolhida, apoio, encaminhando os casos** para acompanhamento multiprofissional, quando necessário.

Determinantes sociais que atravessam o sofrimento psíquico na juventude



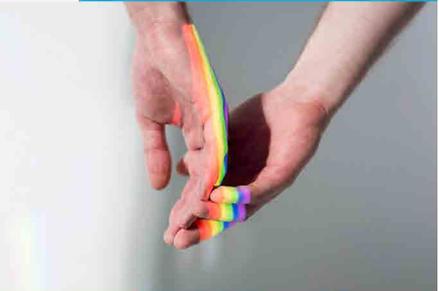
De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), o sofrimento psíquico é muito recorrente entre os jovens. Rocha (2012) acredita que isto aconteça devido às intercorrências contemporâneas, destacando entre elas: a violência, a disputa no mercado de trabalho, os laços afetivos e amorosos e as exigências de respostas positivas ao próprio desempenho, por exemplo. Esta é uma fase da vida na qual o indivíduo encontra-se emocionalmente vulnerável e, assim, mais propenso a diversas formas de fragilização de suas estruturas emocionais.

Na mesma linha de pensamento, Paixão (2018) associa esta ocorrência ao fato de que, nesta etapa da vida, o sujeito passa por mudanças cognitivas, sociais e afetivas, estando também mais suscetível a sofrer variações na autoestima. É nesta fase que o jovem experimenta novas emoções: namoros, emprego e, em muitos casos, a tomada de decisão para escolher a profissão a seguir, dentre outras questões definidoras da identidade e das trajetórias pessoais e sociais.

Não se pode ignorar também que **a própria organização escolar configura-se, muitas vezes, como um determinante social para o sofrimento psíquico, em especial, no momento em que individualiza a responsabilidade pelo fracasso escolar no estudante e na família**, quando teríamos que lançar luz sobre o fracasso da escola [VEJA +], conforme já salientou Patto (2001). Além disso, pesquisas como as de Dávila-Bacarji, Martulano e Elias (2005), D' Abreu e Marturano (2010) e Ballester *et. al.* (2021) demonstram a influência

direta dos conflitos vivenciados no ambiente escolar sobre a aprendizagem e a saúde mental dos estudantes. Portanto, **as relações escolares, que incluem o trabalho pedagógico e as interações entre os professores e alunos, interferem diretamente nas condições emocionais e, conseqüentemente, na aprendizagem dos estudantes.**

Alguns exemplos de determinantes sociais que podem levar a situações de sofrimento psíquico

Diferenças e preconceito de raça e etnia Exclusão social	Intolerância religiosa	Conflitos internos e externos sobre gênero e sexualidade Assédio Moral
		
		
Conflitos familiares Viência e assédio sexuais Luto Dificuldades financeiras /econômicas	Excesso de atividades escolares Autocobrança Metas inalcançáveis Falta de reconhecimento Competitividade em excesso Exigências escolares Formato acadêmico Necessidades específicas não atendidas*	Pandemia COVID-19 Isolamento Excesso de higiene

***NECESSIDADES ESPECÍFICAS** - suporte ou apoio específico oferecido na escola, podendo estar relacionado a deficiências, transtornos, altas habilidades, dificuldades específicas de aprendizagem etc. Necessidades específicas não atendidas pela escola podem gerar prejuízos na aprendizagem e sofrimento psíquico.



Alguns resultados da pesquisa que fundamentaram a presente cartilha

Apresenta-se, neste tópico, alguns resultados pontuais da pesquisa realizada com os docentes, no que tange à percepção sobre os alunos em sofrimento psíquico no IFFluminense - Campus Cabo Frio e, ainda, como lidam com estes casos. Como já foi apontado, para leitura completa dos dados e análises, consulte a dissertação pelo *link* ou pelo **QR code** disponível no item “sugestões de leitura” da presente cartilha.

Em relação à identificação de alunos acometidos de sofrimento psíquico em suas salas de aula, os professores afirmaram, majoritariamente, terem identificado de um a três casos durante toda a sua trajetória no IFF. Pouco mais de vinte por cento afirmaram já terem identificado mais de dez alunos em tal situação, enquanto que houve empate entre os docentes que afirmam ter identificado de cinco a dez casos e aqueles que identificaram entre três e cinco situações. Eis a representação figurativa deste resultado:

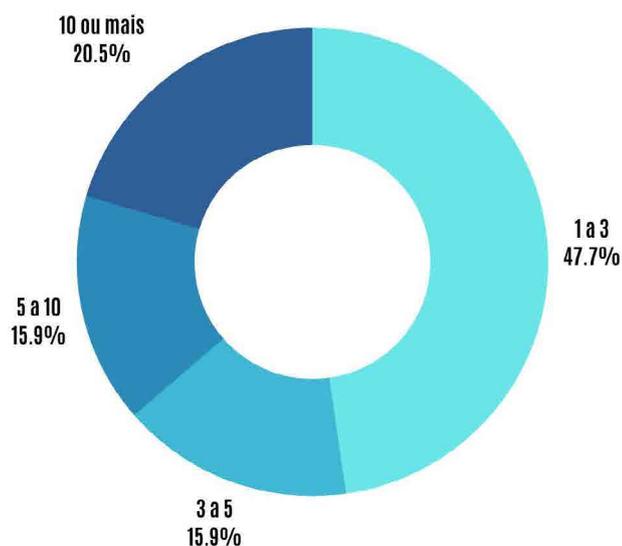


Figura 1 - Quantos casos de alunos em sofrimento psíquico já identificou na sala de aula dentro da sua trajetória profissional no IFF (44 respostas)

Fonte: Elaboração própria

Quando a questão foi sobre o conhecimento de casos de alunos em sofrimento psíquico, mesmo quando não ocorrem em suas classes, cerca de 30% afirmaram já terem tomado conhecimento sobre isso de três a cinco vezes. O mesmo percentual de professores relatou ter conhecimento de mais de dez casos. Os professores que souberam do problema afetando entre cinco a dez estudantes e os que souberam sobre um a três alunos ficaram empatados. Vejam a seguir os dados no gráfico:

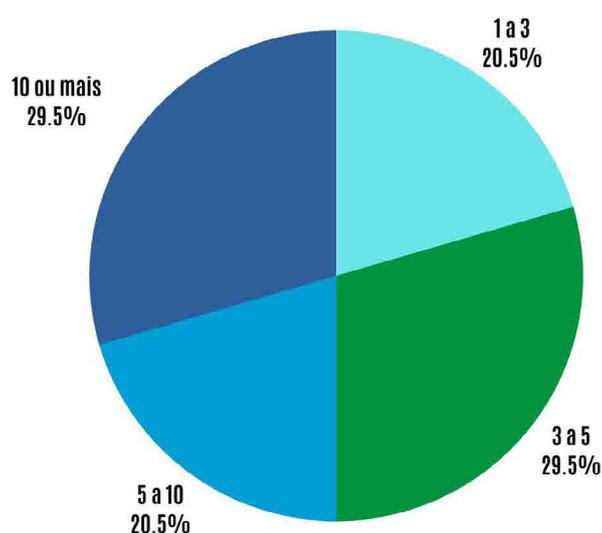


Figura 2 - Quantos casos de alunos em sofrimento psíquico teve conhecimento, mesmo o estudante não sendo da classe em que você atua no IFF (44 respostas)

Fonte: Elaboração própria

Apesar de demonstrarem que há uma relativa frequência de casos, tem-se aqui duas situações que merecem atenção: 1 - os professores relatam uma frequência bem menor de identificação de casos (por eles mesmos) do que de conhecimento de casos relatados (por outras pessoas); 2 - aproximadamente cinquenta e sete por cento (57%) dos docentes respondentes atuam na Educação Profissional e Tecnológica (EPT) há mais de dez anos e outros vinte e sete por cento (27%) atuam nessa modalidade há pelo menos 5 anos (entre 5 e 10 anos), sendo que a maioria absoluta (oitenta e dois por cento - 82% - dos participantes) começou a atuar na EPT apenas quando ingressou no IFF. Destaca-se ainda que tanto o assistente social quanto a psicóloga registraram em suas entrevistas a baixa procura de docentes para informar sobre casos de sofrimento psíquico entre alunos, apontando que a maior parte dos atendimentos ocorre por demanda espontânea. **Essas informações correlacionadas sinalizam uma provável invisibilidade dos casos de sofrimento psíquico, considerando o extenso tempo de instituição e de experiência dos docentes.** Isso pode estar ocorrendo por uma dificuldade dos próprios professores em identificar e/ou abordar alunos nessa situação, uma vez que setenta e sete por cento (77%) afirmaram não ter participado de qualquer formação sobre essa temática nos últimos três anos, sessenta e oito por cento (68%) informaram desconhecer qualquer curso de formação continuada sobre o assunto oferecido pelo IFFluminense e oitenta e quatro (84%) informaram nunca terem tido contato com esse assunto durante a formação inicial como professor.

Nessa direção, é importante salientar que tais constatações se articulam com a literatura especializada, que aponta, a cada ano, um número crescente de pessoas jovens, numa faixa etária que compreende boa parte dos estudantes frequentadores dos cursos oferecidos pelo IFFluminense, afetadas por diversos tipos de adoecimento psíquico, sobretudo a depressão (MEIRELES *et al.*, 2020; SAGESSE, 2021). É possível observar que o sinal mais identificado pelo professor é o isolamento, com 18 menções. Em seguida vêm a apatia (16 menções); depois, a queda repentina no desempenho escolar (12 menções); choros (7 menções); ansiedade e irritação/agressividade (6 menções cada); dispersão e falta de concentração (5 menções).

Quanto às ações e intervenções do corpo docente quando identificam estudantes em sofrimento psíquico, aproximadamente, noventa e oito por cento (98%) dos professores dizem realizar os encaminhamentos dos alunos a outros profissionais do IFFluminense. Dentre estes últimos, apenas vinte por cento (20%) também realizam algum tipo de abordagem direta ao aluno, o que é um percentual relativamente pequeno. **Saber abordar, acolher e escutar os alunos é extremamente importante para o professor, pois ele é o profissional que lida diretamente com os estudantes durante a maior parte do tempo na instituição.** Conversar com as famílias e desenvolver projetos sobre o tema foram as opções com menores índices de respostas.

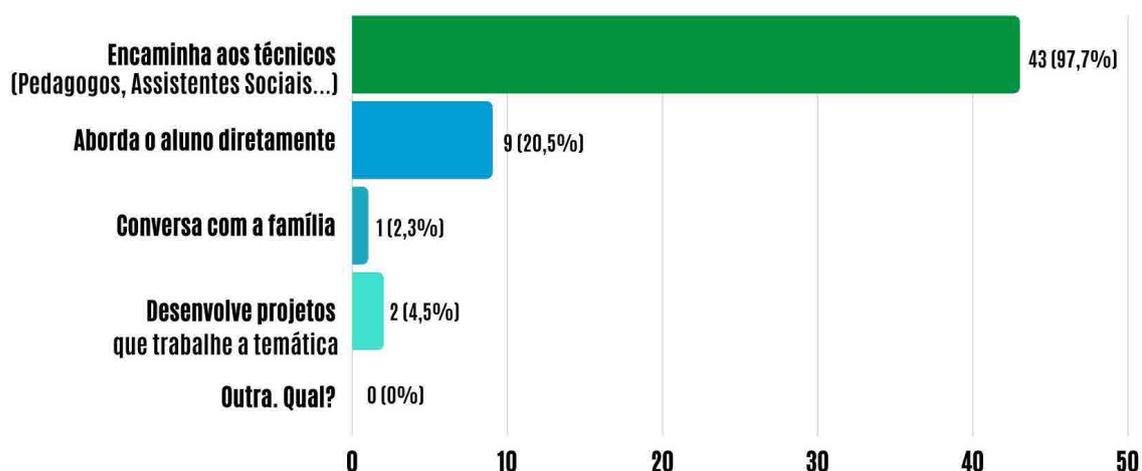
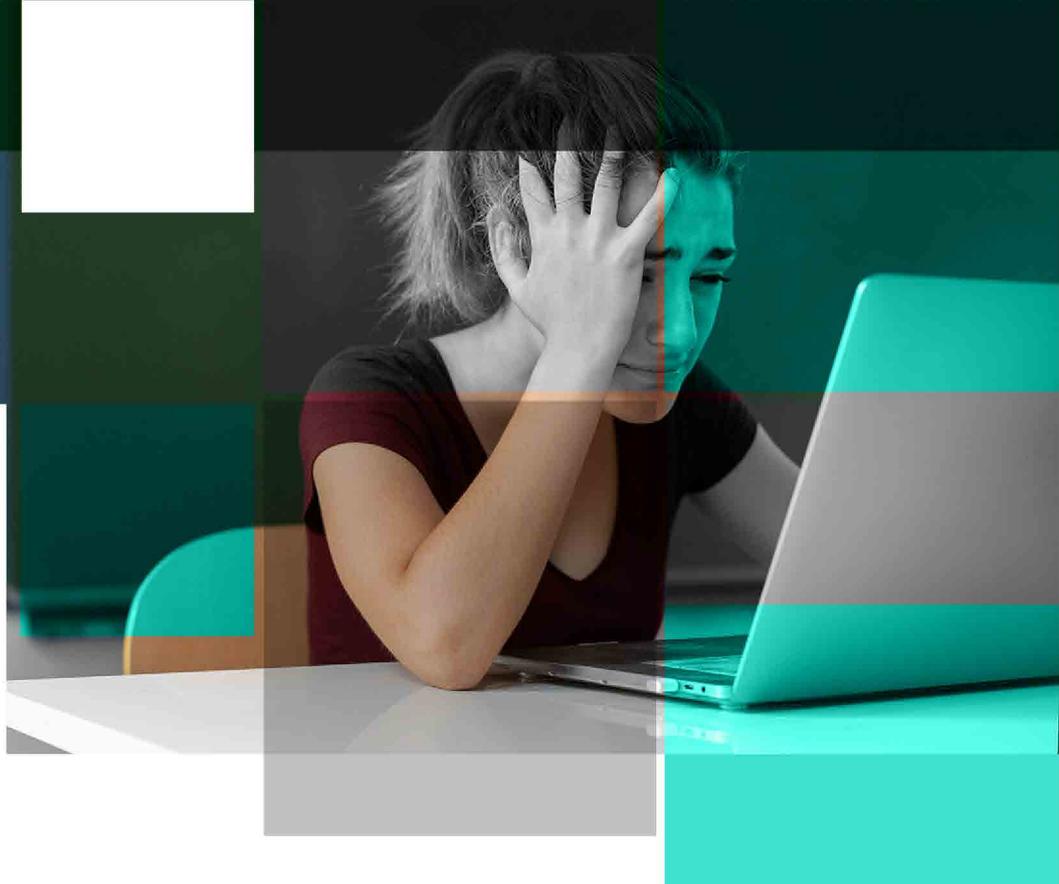


Figura 3 - Que atitudes toma ao identificar um aluno em sofrimento psíquico na sala de aula (44 respostas)

Fonte: Elaboração própria

Nesse sentido, as equipes multiprofissionais que atuam em setores prestadores de assistência estudantil, dentro das estruturas administrativas dos Institutos Federais de Educação Profissional, Técnica e Tecnológica, têm sido interpeladas a ofertarem alguma forma de atenção à saúde psíquica dos alunos, tendo em vista que isto tem surgido como demanda cotidiana, em diversos *campi*. O trabalho de Pessanha *et al.* (2021) mostra o quanto os técnicos têm buscado encontrar caminhos de atuação que os levem a lidar de modo mais efetivo com esta realidade.

Por último, é interessante notar que quase todos os professores (97,7%) que participaram da pesquisa motivadora da presente cartilha concordam que o espaço escolar é adequado para os debates e esclarecimentos acerca do sofrimento psíquico. Isso sinaliza uma abertura para a incorporação de tais temáticas. Dessa maneira, nos itens a seguir, serão apresentadas instruções objetivas sobre como identificar sintomas e sinais de alerta, como abordar o estudante e onde procurar ajuda.



Principais sinais e sintomas

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), quando aborda o tema saúde mental, alguns sinais e sintomas são importantíssimos para identificação de indivíduos em processo de adoecimento psíquico, são eles:

CANSAÇO EXCESSIVO	IRRITABILIDADE	ISOLAMENTO	INQUIETAÇÃO	FALTA DE CONCENTRAÇÃO
FALTA DE PACIÊNCIA	ALTERAÇÕES DO SONO	ALTERAÇÕES DO APÊTITE	ABUSOS DE ÁLCOOL, DROGAS OU MEDICAMENTOS	TAQUICARDIA
TENSÕES MUSCULARES	DORES DE CABEÇA	PROBLEMAS DIGESTIVOS	MUDANÇAS SIGNIFICATIVAS DE COMPORTAMENTO <small>(o indivíduo era muito comunicativo e torna-se calado ou o contrário)</small>	DORES NO PEITO

Estes sinais são alertas que permitem ao professor identificar o aluno em sofrimento psíquico, por isso devem estar atentos ao seu aparecimento, para auxiliar os alunos a buscarem ajuda. Lembre que o professor é, em muitos momentos, a única referência do aluno fora de casa. O contato frequente com o professor também facilita a observação de mudanças comportamentais.

Outro alerta importante para o professor é diferenciar sinais e sintomas, pois, muitas vezes, os alunos não conseguem expressar, através da fala, o que realmente sentem.

Sinal

O sinal é quando se percebe algo errado com a pessoa/paciente, não expressado por eles. Estes sinais permitem a quem está a sua volta contribuir para a percepção de que algo não está bem.

Sintoma

O sintoma trata-se de uma queixa subjetiva apresentada pelo indivíduo, ou seja, depende da verbalização/relato por meio do qual o profissional de saúde solicita ou realiza exames, avalia e diagnostica.

IMPORTANTE: É preciso estar muito atento aos estudantes que pouco se manifestam nas aulas, interagem raramente com colegas e professores e demonstram personalidade mais introvertida. Esses alunos podem não conseguir pedir ajuda em situações de sofrimento psíquico, até mesmo quando apresentam dificuldades no processo de ensino e de aprendizagem, por timidez ou medo. **O silêncio não é um sinal de que tudo está bem!**

Classificação de riscos

Segundo o Protocolo da Rede de Atenção Psicossocial do Ministério da Saúde (BRASIL, 2015), baseado em evidências científicas para o acolhimento psiquiátrico em prontos-socorros hospitalares, unidades de pronto-atendimento e serviços de atendimento móvel de urgência, alguns sinais e sintomas podem configurar alerta ou mesmo risco grave ao bem-estar e à vida das pessoas em situação de adoecimento psíquico.

A construção desse Protocolo foi inspirada no Protocolo de Manchester, que garante a utilização de critérios uniformes de classificação de risco ao longo do tempo e com diferentes equipes. Assim, a prioridade de atendimento e classificação do risco em saúde mental será categorizada através das cores: Vermelho, Laranja, Amarelo, Verde e Azul (BRASIL, 2015).

VERMELHO: Caso gravíssimo, com necessidade de atendimento imediato. Condições em que o usuário apresenta risco de morte ou sinais de deterioração do quadro clínico que ameaçam a sua própria vida ou a de terceiros.

Alguns qualificadores:

Tentativa de suicídio; Episódio depressivo grave; Autonegligência (perda do autocuidado); Intoxicação aguda por substâncias psicoativas (medicamentos, álcool e outras drogas); alteração do comportamento, podendo estar associada à confusão mental, ansiedade e impulsividade com risco para si e/ou terceiros; Episódio de autoagressividade (automutilação, cutting) com risco de morte eminente; Episódio de agitação psicomotora, agressividade auto e/ou heterodirigida, com ideação, planejamento e/ou tentativa de homicídio ou suicídio.

LARANJA: Risco significativo. Condições que, potencialmente, ameaçam à vida e requerem rápida intervenção.

Alguns qualificadores:

Quadro depressivo grave com ou sem sintomas psicóticos (perder o contato com a realidade e a capacidade de discernir aquilo que é verdadeiro do que é criado em sua mente); com ideação suicida; Quadro psicótico agudo, sem sinais de agitação psicomotora e/ou agressividade; Autonegligência (perda do autocuidado) grave; Alcoolismo ou dependência química a outras substâncias com sinais de abstinência leve ou moderado que não consegue se abster com programa de tratamento extra-hospitalar, com evidência de risco social; Episódio conversivos/dissociativos, com alteração aguda do comportamento e risco à própria integridade ou à de terceiros.

AMARELO: Casos de gravidade moderada. Condições que podem evoluir para um problema sério se não forem atendidas rapidamente.

Alguns qualificadores:

Quadro depressivo moderado com ou sem ideação suicida; alcoolismo ou dependência química de outras drogas com sinais de abstinência leve; histórico psiquiátrico pregresso com tentativa de suicídio e/ou homicídio.

VERDE: Condições que apresentam um potencial para complicações.

Alguns qualificadores:

Síndromes Depressivas Leves; Transtorno Afetivo Bipolar: episódio depressivo ou maníaco sem risco para si ou para terceiros; Insônia; Síndromes conversivas/dissociativas (perda parcial ou plena da consciência) sem risco para si ou para terceiros; Sintomas psicossomáticos (quando já aparecem sintomas físicos em decorrência do sofrimento psíquico), crises de ansiedade; Episódios de uso nocivo/abusivo de álcool ou outras substâncias psicoativas; Luto / Reação adaptativa.

AZUL: Condições não agudas, não urgentes ou problemas crônicos, sem alterações dos sinais vitais.

Alguns qualificadores:

Condições crônicas estabilizadas; estudantes com quadros de adoecimento psíquico estabilizado, com acompanhamento médico e/ou psicológico; ausência de sinais físicos ou psíquicos que impeçam a realização das atividades cotidianas.

Essa classificação é apenas uma referência para atendimentos hospitalares, mas, na escola, todas essas classificações merecem atenção, pois podem impactar diretamente na aprendizagem e nas relações entre os alunos e entre professor e aluno. Além disso, situações negligenciadas podem evoluir para casos mais graves.

É fundamental que o professor esteja atento aos sinais e sintomas apresentados em sala de aula, pois o sofrimento psíquico e o adoecimento psíquico são reais, e não, como muitos acreditam, frescura ou invenção. Nesta perspectiva, Ladislau (2020) diz, ao tratar da temática depressão (uma das formas mais recorrentes de adoecimento psíquico), que “[...] a grande questão é a confusão que se faz com o tema e as dúvidas sobre como conviver e lidar com um paciente depressivo. Depressão não é frescura e nem tristeza” (LADISLAU, 2020, p. 2).



Como o professor deve abordar o aluno

A principal forma de abordar o aluno quando se percebe que está passando por alguma mudança comportamental relacionada a sofrimento psíquico é **a escuta**. Mas como o professor deve abordar o aluno e realizar esta escuta?

ESCUTAR

Escutar é uma ação que depende da sua vontade de prestar atenção, tentar entender o que está sendo dito, refletir e, depois de assimilado o conteúdo, concordar ou não.



OUVIR

Ouvir é um processo mecânico referente ao sentido da audição, é além de sua vontade.

Dez passos para abordar um estudante em situação de sofrimento psíquico

- 1 Crie um ambiente tranquilo e propício para a abordagem e a escuta. De preferência, uma sala mais reservada e silenciosa;
- 2 Evite abordar o aluno ou fazer com que ele verbalize suas questões em público;
- 3 Pergunte, converse e escute a pessoa sobre o porquê de determinado comportamento (atente-se à gravidade dos sinais e sintomas relatados anteriormente);
- 4 Converse abertamente com a pessoa sobre o que ela realmente sente;
- 5 O afeto é importante, assim, tente escutar sem fazer julgamentos;
- 6 Evite relacionar o que a pessoa sente com a fé ou com seus valores pessoais;
- 7 Não duvide da veracidade de suas intenções;
- 8 Não compare o sofrimento da pessoa que você escuta com o de outras pessoas, nem tente minimizar a sua dor;
- 9 Permita que a pessoa compreenda que um acompanhamento profissional e/ou um tratamento adequado podem amenizar o sofrimento;
- 10 Oriente a pessoa a buscar apoio especializado (há algumas opções no próximo item da cartilha).

Onde buscar ajuda?

Principais serviços de Saúde vinculados ao SUS para apoio de saúde mental:

SUS – Sistema Único de Saúde – fornece cuidado integral, inclusivo e democrático. Cada prefeitura possui uma rede de atenção à saúde mental (UBS, CAPS e serviços de emergência), mas é possível consultar onde encontrar uma unidade de saúde vinculada ao SUS mais próxima a você por meio do link e do QR code abaixo:

[Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde \(datasus.gov.br\)](https://datasus.gov.br)



UBS – Unidade Básica de Saúde – é a responsável pelos atendimentos de rotina, incluindo consultas médicas e de enfermagem, vacinação, pré-natal, atendimento odontológico e acompanhamento de doenças crônicas. É a porta de entrada do usuário no Sistema Único de Saúde (SUS). É possível consultar a UBS mais próxima do seu endereço no link e no **QR code** do DATASUS disponibilizado anteriormente.

CAPS – Centros de Atenção Psicossocial – são pontos de atenção estratégicos da RAPS – Rede de Atenção Psicossocial – que atendem a pessoas com transtornos mentais graves e persistentes, inclusive pelo uso de substâncias psicoativas. Em algumas localidades com maior número de habitantes, temos modalidades específicas como o CAPS AD (Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas) e o CAPSi (Centro de Atenção Psicossocial Infantil). É possível consultar o CAPS mais próximo do seu endereço no *link* e no **QR code** do DATASUS disponibilizado anteriormente.

Serviços de emergência – você pode contar com Hospitais e UPAs – Unidades de Pronto Atendimento, preferencialmente aqueles que contam com emergências psiquiátricas. É possível também acionar o SAMU (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência) para casos mais graves, como tentativas de suicídio ou automutilação. Para isso, disque 192.

Além dos serviços prestados pelo SUS, também é possível encontrar apoio em serviços voluntários, tais como:

CVV (Centro de Valorização da Vida) – oferece um serviço excelente de acolhimento, apoio emocional e prevenção ao suicídio, **por telefone ou chat**. É **gratuito e funciona 24h por dia, no Disque 188 ou no site**.

[CVV | Centro de Valorização da Vida](http://www.cvv.org.br)



Serviços do IFFluminense

Setor de Assistência Estudantil ou Setor de Saúde e Qualidade de Vida do discente – Esses setores foram criados para contribuir para a permanência dos estudantes por meio de ações de assistência estudantil e de promoção da saúde, inclusive com atividades de prevenção e promoção em saúde que envolvem a interlocução entre programas e políticas institucionais, bem como com os diferentes parceiros locais. A referida equipe, geralmente, é formada por assistentes sociais, enfermeiros, médicos, nutricionistas e psicólogos.

NAPNE – Núcleo De Atendimento às Pessoas com Necessidades Específicas – Esse núcleo oferece acompanhamento e apoio a estudantes que apresentem necessidades específicas (deficiência visual, auditiva, física ou intelectual, além de dificuldades e transtornos de aprendizagem), visando minimizar as barreiras e as dificuldades encontradas na adaptação e no ensino.



Sugestões

De leitura

Este link é de um arquivo no google drive com vários textos acadêmicos que servem de base para enriquecer os conhecimentos sobre o assunto. *Também, nessa pasta, está disponível a dissertação de mestrado com todos os dados de pesquisa e análises que fundamentaram a construção dessa cartilha.*

https://drive.google.com/drive/folders/1LaeKm1-AI2Bfbel9grjo35wK63msPEIs?usp=share_link



De vídeos

Saúde Mental nas Escolas



<https://youtu.be/ZWiK8Ms133c>

Entrevista exibida pelo Canal Futura

Apresentação: Bernardo Menezes

Entrevistados: Isabela Salgado Belete, orientadora educacional; Sonia Mendes, psicóloga clínica; Cinthia Rodrigues, coordenadora do “Quero na Escola”

Debatem sobre a importância dos profissionais para auxiliar os alunos e professores com relação à ocorrência do sofrimento psíquico nas escolas.

A saúde mental nas escolas



<https://youtu.be/K3kERsWulKE>

A neuropsicóloga Thalita Fernandes e a professora Nicole Fontes trazem reflexões sobre a importância de falar e promover saúde mental nas escolas

Saúde Mental na Escola, Módulo 1: Entrevista com Thiago Rocha

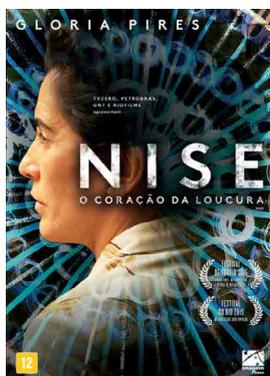


<https://youtu.be/EyhdxqjXrhs>

Entrevista com Thiago Rocha, psiquiatra da infância e da adolescência, Mestre e Doutor em Psiquiatria e Ciências do Comportamento (UFRGS)

De filmes

NISE: O CORAÇÃO DA LOUCURA



Estrelado pela atriz Glória Pires, o filme retrata a história de Nise da Silveira, médica psiquiátrica que revolucionou os tratamentos da psiquiatria no Brasil, abordando seu método inovador e artístico, assim como suas influências diretas na revitalização do Setor de Terapia Ocupacional do Centro Psiquiátrico Pedro II, no Rio de Janeiro.

UMA MENTE BRILHANTE



Cinebiografia do gênio John Nash (Russel Crowe), um matemático americano ganhador do Nobel de Economia por formular um complexo teorema matemático aos 21 anos. Acaba trabalhando em um projeto secreto do Departamento de Defesa dos Estados Unidos. O cientista, que ouvia vozes e era introvertido e isolado, foi diagnosticado com esquizofrenia, transtorno psicológico grave, cujas características são, entre outras, a apatia, a desatenção e a ausência de respostas afetivas.

CLUBE DA LUTA



Um homem deprimido (Edward Norton) que sofre de insônia conhece um estranho vendedor chamado Tyler Durden (Brad Pitt) e se vê morando em uma casa suja depois que seu perfeito apartamento é destruído. A dupla forma um clube com regras rígidas no qual homens lutam. A parceria perfeita é comprometida quando uma mulher, Marla (Helena Bonham), atrai a atenção de Tyler.



Referências

BALLESTER, D. A. *et. al.* Saúde mental na escola: resultados preliminares de uma ação entre professores e alunos do ensino fundamental. **Expressa Extensão**. v. 26, n. 2, p. 250-259, 2021.

BRASIL, **Urgências e emergências psiquiátricas em pronto Socorro**. SUS, Santa Catarina, 2015.

CONSELHO REGIONAL DE PSICOLOGIA - 8ª REGIÃO. **Psicologia e relações Étnico-Raciais** - Diálogos sobre o sofrimento psíquico causado pelo racismo. Curitiba: CRP-PR, 2019. (RETIRAR)

D'ABREU, L. C. F.; MARTURANO, E, M. Associação entre comportamentos externalizantes e baixo desempenho escolar: uma revisão de estudos prospectivos e longitudinais. **Estudos de Psicologia**, 15(1), 43-51, 2010.

D'AVILA-BACARJI, K. M. G.; MARTURANO, E. M, ELIAS, L. C. dos Santos. Suporte parental: um estudo sobre crianças com queixas escolares. **Psicologia em Estudo**, v. 10, p. 107-115, 2005.

GOMES, Ana Gelica Alves. **Acolhimento ao Sofrimento Psíquico**. Bananeiras: UFPB, 2021.(RETIRAR)

LADISLAU, A. Estigmas e julgamentos enfrentados pelas pessoas que sofrem com depressão e que podem levar ao suicídio. **Nursing (São Paulo)**, v. 23, n. 269, p. 4676-4677, 2020.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. - São Paulo: Atlas 2003.

MACÊDO, S. Sofrimento Psíquico e Cuidado com Universitários: Reflexões e intervenções fenomenológicas. **Rev. ECOS**, ano 8 vol. 2, 2018.

MEIRELES, E. de S. S.; RYTHOWEM, M.; CAVALCANTE, R. P.; MALDANER, J. J. **Trabalho, sofrimento psíquico e educação profissional: possíveis relações**. Revista Humanidades e Inovação v.7, n.7.7 – 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Suicídio: saber, agir e prevenir**. Folheto. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2017/setembro/20/folheto-Suicidio-PublicoGera.pdf>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **World mental health report: transforming mental health for all**. Geneva: WHO, 2022.

PAIXÃO, R. F., PATIAS, N. D.; DELL'AGLIO, D. D. **Autoestima e Sintomas de Transtornos Mentais na Adolescência: Variáveis Associadas**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, v.34, p. e34436, 2018. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/revistapt/article/view/27917>. Acessado em 21 de novembro de 2021.

PATTO, M. H. S. **A produção do fracasso escolar. Histórias de submissão e rebeldia**. São Paulo: T. A. Queiroz, 2001.

PINHEIRO, C. V.; AGUIAR, I. M.; MENDES, Layza Castelo Branco. O Sofrimento Psíquico e as Novas Modalidades de Relação entre o Normal e o Patológico: Uma Discussão a Partir da Perspectiva Freudiana sobre o Caráter do Psicopatológico. **Interação em Psicologia**, 2008, 12(2), p. 299-305.

PINTO, L. W. (et al) Sofrimento Psíquico em policiais do estado do Rio de Janeiro. Rev.. Ciência & Saúde Coletiva, 18(3):633-644, 2011.

ROCHA, Z. de J. B. Violência contemporânea, novas formas de subjetivação e de sofrimento psíquico: desafios clínicos. ALTER – Revista de Estudos Psicanalíticos, Brasília, v.30, n.2, p. 55-66, 2012.

SAGESSE, Edson. Uma Juventude à Flor da Pele: o dilema de adolescer ou adoecer. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 46, n. 1, e109166, 2021.

SECRETARIA NACIONAL DE JUVENTUDE (SNJ). **Estatuto da Juventude**: Lei nº 12.852, de agosto de 2013. Brasília: SNJ/ 2014.

VIEIRA, Dirce Fátima Vieira, PIRES, Maria Luiza. **O sofrimento como vício**. São Paulo: Integrare, 2017.



PROFEPT
MESTRADO PROFISSIONAL EM
EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA