

SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES NO CONTEXTO ESCOLAR

Márcia Pereira da Costa

Chancarlyne Vivian

Álvaro Cielo Mahl

Resumo

A saúde mental requer atenção em todas as fases da vida humana, ainda mais quando se refere a adolescência compreende-se que indivíduos estão em um período em que ocorrem grandes transformações físicas, emocionais e sociais, que por sua vez pode afetar inúmeras áreas da vida dos adolescentes. Nesse sentido o presente estudo tem como objetivo descrever a intervenção sobre a saúde mental realizada com os alunos adolescentes de uma escola estadual em um município do Rio Grande do Sul. Nessa intervenção foram abordados pontos de discussão em que os adolescentes relataram suas vivências, suas dúvidas e problemas familiares. Através da descrição da intervenção realizada, o presente estudo procura salientar a importância da vivências de psicólogos envolvidos na promoção da saúde mental no âmbito escolar.

1 INTRODUÇÃO

Na adolescência, os indivíduos sofrem uma série de transformações físicas, emocionais e sociais. Além disso muitos desses indivíduos carregam traumas adquiridos ao longo da vida, enquanto outros enfrentam conflitos familiares marcados por violência. Alguns recorrem ao abuso de álcool e outras drogas como uma forma conviver com as questões complexas que ocorrem na vida. Enquanto outros se encontram em situações de vulnerabilidade social e outros tem ainda alguns desses sujeitos que possuem algum tipo de transtorno mental. Todos esses elementos podem moldar ser influentes na vida e no desenvolvimento dos adolescentes

Sob esta direção, compreende-se que nesse período da adolescência a saúde mental dos adolescentes também pode ser afetada por inúmeros fatores devido as inúmeras situações e aspectos vivenciados por eles. A literatura destaca que a saúde mental é determinada por fatores sociais, biológicos e psicológicos (Souza et al., 2019). Nesse sentido, os fatores de risco associados a problemas a saúde mental dos adolescentes podem estar relacionados a trauma de infância, violência familiar, violência conjugal, vulnerabilidade social abuso de drogas e álcool entre outros elementos (Pinto et al., 2014).

Nessa perspectiva a promoção a saúde mental dos adolescentes deve ser pauta em vários meios sociais como no ambiente familiar, postos de saúde, hospitais, igrejas e principalmente no meio escolar Rodrigues, Rodrigues e Cardoso (2020). A escola é o meio em que geralmente eles possuem uma grande frequência e por vezes conseguem se abrir e falar sobre as situações que ocorrem no cotidiano, por outro lado podem não querer compartilhar e continuar em sofrimento.

Considerando que a saúde mental dos adolescentes necessita atenção, uma vez que afetada pode trazer consequência para o desenvolvimento desses sujeitos no ambiente escolar, não apenas na fase da adolescência, mas também é capaz de prejudicar a vida adulta desses indivíduos (Pinto et al., 2014), o presente estudo teve como pergunta guia para aplicação: Como está a saúde mental dos alunos adolescentes da escola estadual em um município do Rio Grande do Sul?

Portanto o presente estudo teve como objetivo sentido o presente estudo tem como objetivo descrever a intervenção sobre a saúde mental realizada com os alunos adolescentes de uma escola estadual em um município do Rio Grande do Sul. Além da intervenção gerar reflexões importantes para os adolescentes assistidos também este trabalho pode contribuir com nova

Este estudo ocorreu a partir da tarefa proposta na disciplina nomeada Estágio Básico III do curso de Psicologia da universidade da Universidade do Oeste de Santa Catarina (Unoesc) na cidade de Pinhalzinho no estado de Santa Catarina. Dessa forma, destaca-se que para a realização da atividade foi proposto que os discentes do curso escolhessem um contexto social para realizassem uma intervenção grupal relacionados a algum tema dentro dos temas relacionadas a psicologia e atendessem as demandas encontradas no cenário escolhido pelos alunos.

Para tanto, na realização dessa tarefa a autora do presente estudo em um primeiro momento entrou em contato com várias organizações tais como igrejas, ONGs e escolas em uma cidade no interior do Rio Grande do Sul. Nas instituições que obteve um contato nota-se uma rigidez para entrar nas instituições e realizar as atividades, algumas delas deligavam o telefone, outros não demonstraram interesse. Dessa forma, optou-se por selecionar uma escola para a elaboração do trabalho, estabelecendo o contato através de uma estudante de psicologia que realizava seu estágio nesse estabelecimento.

Na fase seguinte, foi estabelecido que a realização dessa atividade se desse com a presença dos estudantes durante o período noturno, uma vez que estes estudam a noite e se encontram na fase da adolescência. Ainda é possível ressaltar que os alunos estavam cursando o ensino médio, sendo a maioria deles ocupados com atividades profissionais durante o contraturno.

Enquanto na terceira fase foram realizadas observações e conversas informais com os professores da escola e estagiária de psicologia. Eles relataram que os alunos precisam de apoio, considerando que muitos deles tem muitas vezes crises de ansiedade na escola muitos choravam e até mesmo partir das observações quando foi realizada uma visita nas salas de aulas apresentando o curso e objetivo de estar naquele ambiente muitos deles manifestaram interesse e outros procuram para mais informações.

Considerando o relato dos professores e da estagiária, compreende-se que muitos alunos têm ansiedade, por isso foi solicitado uma intervenção com um grupo de alunos baseando em temas sobre a saúde mental. Nessa

direção Rodrigues, Rodrigues e Cardoso (2020) destacam importância de os adolescentes receberem tratamentos e mais importantes ter programas implementados que ajudem esses indivíduos manterem a saúde mental saudável. Além disso, a literatura destaca que o ambiente escolar deve criar mecanismos para que os alunos se sintam pertencente a escolas para que gere maior bem-estar, ou seja as evidências destacam que indivíduos que são incluídos menos riscos de afetar a saúde mental, bem como um maior desempenho nas atividades (Arslan, 2021).

Portanto a quarta fase foi realizada a intervenção com os alunos com uma duração de duas horas, onde eu e a estagiária de psicologia montamos uma roda de conversa e explicamos como iria proceder a conversa. Nesse processo realizávamos perguntas se eles sabiam do que se tratava alguns termos e datas tais como suicídio e setembro amarelo. Dessa forma alguns dos alunos se sentiram à vontade para falar e relataram muitas vezes não ter apoio da família e até mesmo destacaram que a família é que oferece menos apoio no que tange a saúde mental, pois muitos desconhecem e acham "frescura", principalmente em relação ao país do sexo masculino.

Nesse sentido, compreende-se que a família também é um agente importante nessa fase da adolescência, considerando que é um período sensível que envolve grandes mudanças e requerem uma atenção maior (McGorry et al., 2022). Então destaco a importância de trazer os pais ou familiares destes alunos para o contexto escolar e realizar rodas de conversas sobre esses aspectos, para que eles saibam como oferecer suporte e apoio quando os alunos estão em crises ansiosas e saibam reconhecer alguns sinais quando os filhos estiverem com a saúde afetada.

No entanto percebe-se que entre esses adolescentes dessa escola que estão flexíveis e reagem de forma positiva no que tange a saúde mental, ou seja, eles aceitam e dialogam sobre isso de uma forma bem dinâmica. Entretanto é percebido que os alunos muitas vezes não enxergam significado na vida bem como outros estão tendo crises de ansiedade. Nesse sentido destaca-se que além a estagiária de psicologia encontrar uma menina chorando nos corredores em decorrência de não enxergar sentido na vida,

um dos professores relatou que muitos chegam tremendo na sala pedindo por ajuda devido a ansiedade, inclusive isso ocorre com frequência.

Esses relatos podem ser indicativos de saúde mental afetada. Nesse sentido a literatura relata que isso pode prejudicar a capacidade dos adolescentes e compreender o mundo e ver significado da vida (Hartas, 2019). Portanto, mais uma vez a importância de abordar esses temas no ambiente escolar. Não apenas sobre a saúde mental, mas incluir temáticas sobre sentido da vida, trabalho, família, amigos, tudo isso é importante, pois é uma fase que os conflitos aparecem pela convivência, escolha e experiências tudo se torna um motivo para perguntas, inseguranças medos.

Nessa direção salienta-se que as intervenções podem trazer benefícios para os a longo prazo para a vida desses adolescentes, inclusive elas podem ter mais efeitos em pessoas mais jovens do que adultos (Freijan et al., 2021). Portanto a importância de trazer e alfabetizar os esses indivíduos nessa fase para que sejam adultos mais saudáveis e possam viver a vida com maior qualidade e bem-estar.

Em suma compreende-se que o papel do psicólogo é importante na promoção a saúde mental dos adolescentes. Sendo que esse trabalho não apenas contribui para a vida dos adolescentes nessa fase como é refletido no decorrer da vida dos indivíduos e conseqüentemente isso é refletido na sociedade gerando impactos para a comunidade que o indivíduo está inserido.

3 CONCLUSÃO

Este estudo teve como objetivo descrever a intervenção sobre a saúde mental realizada com os alunos adolescentes de uma escola estadual em um município do Rio Grande do Sul. Na descrição, é evidente que esses indivíduos atravessam situações que demandam atenção e cuidado, pois manifestam sinais de ansiedade por meio de suas emoções e se expressam verbalmente.

Nesse sentido esse estudo reforça importância de programas que incluam atendimentos psicológicos os adolescentes, considerando que a

saúde mental é importante no desenvolvimento dos adolescentes, tanto no âmbito escolar como para jornada durante a vida (McGorry et al. 2022). Dessa forma como sugestão as escolas podem buscar promover ações bem como integrar a família nesse processo para que os problemas que esses indivíduos enfrentam não afetam o desempenho e planos futuros.

Nesse sentido não apenas as escolas, mas municípios e governos, tanto estaduais quanto municipais, têm a capacidade e a responsabilidade de implementar ações e políticas voltadas para o apoio integral dos adolescentes em todas as instituições de ensino. A promoção da saúde dos jovens deve ser considerada uma prioridade, reconhecendo que esses indivíduos desempenham um papel importante como agentes de mudança no futuro. Investir no desenvolvimento saudável durante a adolescência não apenas beneficia os próprios adolescentes, mas também contribui significativamente para o bem-estar da sociedade a longo prazo.

Além disso como estudo apresenta limitações esse trabalho também se limitou na intervenção realizado uma intervenção apenas para uma turma devido aos compromissos que a escola tinha, não teve como realizar mais conversas. Então para futuras intervenções em ambiente escolar são necessários um planejamento maior para conseguir conversar com todos os alunos.

Inclusive as intervenções foram realizadas apenas com alunos, assim limita-se a promoção a saúde mental aos estudantes, mas o ideal seria realizar com professores e familiares para que eles possam saber lidar com esses indivíduos consigam reconhecer e passar informações corretas nos momentos que esses alunos apresentam sinais. Nesse sentido para intervenções futuras abranger esses subleitos participantes da vida dos adolescentes.

REFERÊNCIAS

ARSLAN, Gökmen. School belongingness, well-being, and mental health among adolescents: Exploring the role of loneliness. *Australian Journal of Psychology*, v. 73, n. 1, p. 70-80, 2021.
<https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1904499>

FREIJAN, Alexandra Maria et al. The long-term effectiveness of interventions addressing mental health literacy and stigma of mental illness in children and adolescents: systematic review and meta-analysis. *International journal of public health*, v. 66, p. 1604072, 2021.

<https://doi.org/10.3389/ijph.2021.1604072>

HARTAS, Dimitra. The social context of adolescent mental health and wellbeing: Parents, friends and social media. *Research Papers in Education*, v. 36, n. 5, p. 542-560, 2021. <https://doi.org/10.1080/02671522.2019.1697734>

Pereda, N., & Díaz-Faes, D. A. (2020). Family violence against children in the wake of COVID-19 pandemic: a review of current perspectives and risk factors. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 14(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00347-1>

Pinto, A. C. S., Luna, I. T., Sivla, A. D. A., Pinheiro, P. N. D. C., Braga, V. A. B., & Souza, Â. M. A. (2014). Fatores de risco associados a problemas de saúde mental em adolescentes: revisão integrativa. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 48, 555-564. <https://doi.org/10.1590/S0080-623420140000300022>

RODRIGUES, Thayane Alves dos Santos; RODRIGUES, Lauane Pereira de Sousa; CARDOSO, Ângela Maria Rosas. Adolescentes usuários de serviço de saúde mental: avaliação da percepção de melhora com o tratamento. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 69, p. 103-110, 2020. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000269>

SOUZA, Larissa Barros de; PANÚNCIO-PINTO, Maria Paula; FIORATI, Regina Célia. Crianças e adolescentes em vulnerabilidade social: bem-estar, saúde mental e participação em educação. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 27, p. 251-269, 2019. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1812>

Sobre o(s) autor(es)

Estudante de psicologia, UNOESC, marciapereiradcosta@gmail.com

Docente do curso de psicologia, UNOESC chancarlyne.vivian@unoesc.edu.br

Docente do curso de psicologia, UNOESC psicologia.pzo@unoesc.edu.br