

CAPACITAÇÃO EM SAÚDE MENTAL PARA PROFESSORES DE CURSOS TÉCNICOS DE INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR: PROMOVENDO UM AMBIENTE ESCOLAR ACOLHEDOR E PROPÍCIO AO APRENDIZADO
TRAINING IN MENTAL HEALTH FOR TEACHERS OF TECHNICAL COURSES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS: PROMOTING A WELCOMING AND LEARNING-CONDUCTIVE SCHOOL ENVIRONMENT

ISSN: 2595-8704. DOI: 10.29327/2323543.28.1-9

Isabel Martins dos Santos¹

Euclides Ramalho Ferreira²

Washington Luis Conceição Carvalho³

Ronny Batista de Sousa⁴

RESUMO

A Educação Profissional e Tecnológica (EPT) tem ganhado cada vez mais destaque como uma modalidade educacional essencial nos dias de hoje. Desta forma, a proposta de intervenção pedagógica visa explorar a implementação de um programa de capacitação em saúde mental para professores de cursos técnicos de uma IES do interior do Ceará, focando na criação de um ambiente educacional mais acolhedor e propício ao aprendizado. O projeto se baseia na necessidade de preparar os educadores para identificar, apoiar e promover a saúde mental dos estudantes, contribuindo assim para seu bem-estar emocional e sucesso acadêmico. O objetivo principal é capacitar os professores para reconhecerem sinais precoces de problemas de saúde mental entre os alunos e implementarem estratégias eficazes de intervenção. Espera-se que essa iniciativa não apenas melhore o ambiente de sala de aula, tornando-o mais receptivo às necessidades emocionais dos estudantes, mas também fortaleça as habilidades dos professores em lidar com essas questões de maneira empática e eficaz. Os resultados esperados incluem um aumento na conscientização sobre saúde mental, tanto entre os professores quanto entre os alunos, reduzindo o estigma associado aos transtornos psicológicos. Além disso, espera-se uma melhoria no bem-estar emocional e no desempenho acadêmico dos estudantes, refletindo um ambiente escolar mais saudável e acolhedor. Este projeto representa um passo significativo na promoção da saúde mental dentro do contexto educacional de cursos Técnicos, alinhando-se com os princípios de uma educação inclusiva e holística que visa o desenvolvimento integral dos alunos.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde Mental. Capacitação. Ambiente Educacional.

ABSTRACT

Vocational and Technological Education (VTE) has been increasingly recognized as an essential educational modality in today's society. Therefore, the pedagogical intervention proposal aims to explore the implementation of a mental health training program for teachers in the Nursing Technician course, focusing on creating a more welcoming and conducive educational environment. The project is based on the need to prepare educators to identify, support, and promote students' mental health, thereby contributing to their emotional well-being and academic success. The main objective is to empower teachers to recognize early signs of mental health issues among students and implement effective intervention strategies. It is expected that this initiative will not only enhance the classroom environment, making it more responsive to students' emotional needs, but also strengthen teachers' skills in addressing these issues empathetically and effectively. Expected outcomes include increased awareness of mental health issues among both teachers and students, reducing the stigma associated with psychological disorders. Additionally, improvements in students' emotional well-being and academic performance are anticipated, reflecting a healthier and more supportive school environment. This project represents a significant step towards promoting mental health within the educational context of the Nursing Technician course, aligning with principles of inclusive and holistic education aimed at the comprehensive development of students.

KEYWORDS: Mental Health. Training. Educational Environment.

¹ Doutoranda em Ciências da Educação pela Escola Superior de Educação João de Deus (Portugal). Pós-Graduação em Gestão e Supervisão Escolar pela Faculdade Maranhense (FAM). Especialista em Psicopedagogia pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI). Graduada em Pedagogia pela Faculdade de Educação São Francisco (FAESF). Gestora Escolar no Município de Trizidela do Vale- MA, com Intercâmbio de Diretores Escolares Ganhadores do Prêmio Gestão Escolar na Arizona State University **E-MAIL:** isabelmartinscfcg@gmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/4466088188441525

² Mestrando em Ciências da Educação com especialização em Supervisão Pedagógica pela Escola Superior de Educação João de Deus. Pós-Graduado em Gestão e Supervisão escolar pela Faculdade Maranhense - FAM. Especialista em Metodologia do Ensino da Matemática pelo Instituto de Ensino Superior Franciscano - IESF. Graduado em Licenciatura em Matemática pela Universidade Estadual do Maranhão - UEMA. **E-MAIL:** kidferreira36@gmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/7161007710213019

³ Mestrando em Ciências da Educação na Escola de Ensino Superior João de Deus. Pesquisador do Grupo de Pesquisa em Gestão e Formação de Professores na Educação Básica (GEGFOPEB/UFMA). Especialista em Gestão e Supervisão Escolar pela Faculdade Maranhense (FAM). Especialista em Informática na Educação pelo Instituto Federal do Maranhão (IFMA). Graduado em Pedagogia pela Universidade Federal do Maranhão (UFMA). **E-MAIL:** washington_carvalho20@hotmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/6844461967109089

⁴ Doutorando pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva (PPGSC) do Instituto Multidisciplinar em Saúde da Universidade Federal da Bahia (IMS/UFBA). Mestre em Ciências e Saúde da Universidade Federal do Piauí- UFPI. Especialista em Promoção da Saúde pela Universidade Federal do Cariri- UFCA. Especialista em Micropolítica da Gestão e do Trabalho na Saúde na Universidade Federal Fluminense-UFF. Especialista em Informática na Saúde na Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN. Especialista em Docência para a Educação Profissional e Tecnológica pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Espírito Santo- IFES. Pós Graduando em Tutoria a Distancia pela Universidade Federal do Mato Grosso do Sul - UFMS. Graduado em Bacharelado em Serviço Social Pela Faculdade Evangélica do Piauí- FAEPI. **E-MAIL:** ronnyrbds@hotmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/6914129235684208

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos estudantes é uma questão de crescente importância no ambiente educacional, especialmente em cursos técnicos, onde a carga de trabalho e a pressão para o desempenho podem ser intensas. O bem-estar psicológico dos alunos é essencial para seu sucesso acadêmico e pessoal. Quando negligenciada, a saúde mental pode afetar negativamente o desempenho escolar, levando à queda nas notas, absenteísmo e, em casos extremos, à desistência dos estudos (Amaral; Galdino, 2021).

Os transtornos mentais comuns entre os estudantes incluem ansiedade, depressão e estresse. Esses transtornos podem ser desencadeados por uma variedade de fatores, incluindo a pressão acadêmica, problemas pessoais e dificuldades financeiras. A ansiedade, por exemplo, pode se manifestar como medo intenso de provas ou apresentações, enquanto a depressão pode levar a sentimentos persistentes de tristeza e desesperança. O estresse, por sua vez, pode resultar em exaustão física e mental, afetando a capacidade do estudante de se concentrar e aprender (Gundim et al., 2021).

A identificação precoce de problemas de saúde mental é crucial para oferecer o suporte necessário aos estudantes. Professores e orientadores têm um papel vital na observação de sinais de alerta, como mudanças de comportamento, retraimento social e queda no desempenho acadêmico. A criação de um ambiente escolar acolhedor e aberto à discussão sobre saúde mental pode encorajar os estudantes a procurar ajuda. Além disso, programas de treinamento para educadores sobre como identificar e abordar questões de saúde mental podem ser altamente benéficos (Carodos et al., 2022).

As estratégias para promover a saúde mental dos estudantes incluem a implementação de programas de bem-estar, como oficinas de gerenciamento de estresse e técnicas de relaxamento. Atividades físicas

regulares, como esportes e exercícios, também são eficazes na redução dos níveis de estresse e na melhoria do humor. Além disso, a promoção de uma alimentação saudável e de hábitos de sono regulares pode contribuir significativamente para o bem-estar mental dos estudantes (Carleto et al., 2018).

O apoio psicológico deve ser acessível e confidencial. Instituições de ensino devem oferecer serviços de aconselhamento e psicoterapia, onde os estudantes possam falar abertamente sobre seus problemas em um ambiente seguro. Parcerias com profissionais de saúde mental, como psicólogos e psiquiatras, também podem garantir que os estudantes recebam o tratamento necessário (Martins; Cunha, 2021).

A integração de temas relacionados à saúde mental no currículo pode ajudar a normalizar a discussão sobre esse assunto e a reduzir o estigma associado. Disciplinas que abordem habilidades de vida, gerenciamento de tempo e técnicas de estudo podem equipar os estudantes com ferramentas práticas para lidar com a pressão acadêmica. Além disso, palestras e workshops com especialistas em saúde mental podem educar os estudantes sobre a importância do cuidado com a saúde mental (Leão et al., 2018).

Os professores desempenham um papel crucial na promoção da saúde mental dos estudantes. Eles podem criar um ambiente de sala de aula que valorize a empatia e o apoio mútuo. Técnicas de ensino que incentivem a colaboração, o respeito e a comunicação aberta podem reduzir o estresse acadêmico e melhorar o bem-estar emocional. Além disso, os professores podem atuar como modelos de comportamento saudável, demonstrando maneiras eficazes de lidar com o estresse e a pressão (Diniz, 2023).

A avaliação contínua do ambiente escolar é necessária para garantir que as políticas e práticas de saúde mental sejam eficazes. Pesquisas e feedback dos estudantes podem fornecer informações valiosas sobre as áreas que precisam de melhorias. A adaptação

constante e a implementação de novas estratégias baseadas em evidências são essenciais para criar um ambiente escolar que apoie o bem-estar mental dos alunos (Diniz, 2023).

A promoção da saúde mental dos estudantes deve ser uma prioridade em todas as instituições de ensino. O investimento em programas e recursos que apoiem a saúde mental dos alunos não só melhora o desempenho acadêmico, mas também contribui para a formação de indivíduos mais saudáveis e resilientes. A criação de uma cultura escolar que valorize a saúde mental e ofereça suporte adequado pode ter um impacto positivo duradouro na vida dos estudantes (Soares; Almeida, 2020).

Desta forma questionou-se, de que maneira a capacitação de professores de cursos técnicos pode ser implementada para identificar, apoiar e promover a saúde mental dos estudantes, contribuindo para um ambiente educacional mais acolhedor e propício ao aprendizado?

A presente proposta de intervenção tem como objetivo geral, capacitar os professores de cursos técnicos para identificar, compreender e atuar na promoção da saúde mental dos estudantes, desenvolvendo estratégias para lidar com situações de estresse, ansiedade e outras questões psicológicas. E objetivos específicos: Prover treinamento aos professores para reconhecer sinais precoces de estresse, ansiedade, depressão e outros transtornos mentais entre os estudantes; Identificação de técnicas de intervenção inicial que os professores possam aplicar em sala de aula, promovendo um ambiente seguro e acolhedor; estabelecer protocolos claros para o encaminhamento dos estudantes aos serviços de apoio psicológico e de saúde mental disponíveis na instituição e na comunidade.

REFERENCIAL TEÓRICO

Segundo a definição da Organização Mundial de Saúde (OMS, 2017), a adolescência compreende o período que se estende dos 10 aos 24 anos. A OMS divide esse período em três fases, considerando a pré-adolescência dos 10 aos 14 anos, a adolescência dos 15 aos 19 anos completos, e a juventude dos 19 aos 24 anos. A adolescência é uma fase crucial no desenvolvimento humano, marcada por mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais, influenciadas por contextos sociais, culturais e econômicos (Lemos; Lopes; Sobreira, 2021).

Conforme Leite, Botelho e Lima (2019), durante essa fase, os adolescentes são capazes de conceber um mundo desejável, e a discrepância entre essa visão idealizada e a realidade pode motivar planos de reformas sociais. Estudos indicam uma ampla variação na prevalência estimada de transtornos psiquiátricos na adolescência, variando de 1% a 51%, com potenciais implicações nas dificuldades de aprendizagem (Wendt; Koller, 2019). Diante disso, é crucial o apoio tanto dos pais quanto da escola para garantir um desenvolvimento saudável e positivo (Yaegashi et al., 2021).

Problemas secundários associados às dificuldades de aprendizagem, especialmente relacionados à ansiedade, podem se tornar mais evidentes e sérios do que a própria condição de ansiedade (Zoró et al., 2022). Rossi et al. (2021), destacam que adolescentes com problemas de aprendizagem têm maior propensão a abandonar os estudos, apresentando riscos mais elevados de abuso de substâncias, envolvimento em atividades criminosas e até mesmo suicídio.

Quanto às Dificuldades de Aprendizagem (DA), diferentes perspectivas foram observadas. Cardoso e Fonseca (2019), associam essas dificuldades à metodologia das instituições de ensino e à falta de inclusão, questionando o apoio efetivo proporcionado. Destacam a complexidade de fatores cruciais para a aprendizagem e ressaltam o papel da Psicologia no auxílio do foco, superação de limites e desenvolvimento de eficiências.

A identificação de problemas de aprendizagem, conforme Costa et al. (2022), demanda avaliação por profissionais multidisciplinares. Os adultos envolvidos com adolescentes nessas situações devem compreender que esses jovens enfrentam desafios em mais de uma área, que as dificuldades não se dissipam ao retornar para casa e que podem causar problemas emocionais.

TRANSTORNO DE ANSIEDADE NA ADOLESCÊNCIA

A adolescência é uma fase de transformação e descoberta, repleta de desafios e oportunidades. No entanto, para muitos adolescentes, essa jornada é obscurecida pela sombra do transtorno de ansiedade. O transtorno de ansiedade na adolescência é um problema de saúde mental que merece atenção cuidadosa, pois afeta não apenas o bem-estar emocional dos jovens, mas também seu desenvolvimento cognitivo, social e acadêmico (Oliveira, 2020).

Para Neves e Lima (2019), o transtorno de ansiedade é caracterizado por preocupações excessivas e persistentes, medos irracionais e uma resposta de ansiedade desproporcional a situações cotidianas. Quando isso ocorre na adolescência, pode interferir de maneira significativa na vida do jovem. Os sintomas podem variar de preocupação constante com desempenho escolar, sociedade e imagem corporal até ataques de pânico, fobias específicas e transtorno de estresse pós-traumático.

O desenvolvimento da ansiedade na adolescência é a consequência de novas experiências e desafios de um adolescente, como a escolha da profissão, a busca por sua própria identidade, a mudança de fase para a vida adulta, sexualidade e sua independência. A fase da adolescência é uma transição do desenvolvimento entre a infância e a idade adulta, nesse período ocorrem mudanças físicas, cognitivas e psicossociais. O desenvolvimento da fobia social é comum durante esse período, uma vez que está relacionada ao medo de falar em público, escrever em

público, falar com pessoas do sexo oposto, esse medo em exagero torna-se a fobia social (Carvalho; Gewehr, 2022).

As causas exatas do transtorno de ansiedade na adolescência não são simples de determinar, pois envolvem uma interação complexa de fatores genéticos, neurobiológicos, psicológicos e ambientais. No entanto, alguns fatores de risco comuns incluem histórico familiar de ansiedade, estresse crônico, traumas passados, alterações hormonais durante a puberdade e pressões sociais e acadêmicas (Steele, 2020).

Para Tavares et al. (2022), o transtorno de ansiedade pode ter uma série de impactos prejudiciais na adolescência. Em primeiro lugar, pode afetar o desempenho acadêmico, levando à dificuldade de concentração, evasão escolar e um ciclo de preocupação constante sobre o futuro. Além disso, a ansiedade pode prejudicar relacionamentos sociais, pois os adolescentes podem evitar situações sociais devido ao medo do julgamento ou de interações desconfortáveis. A ansiedade também pode prejudicar a saúde física e contribuir para problemas de sono e somatizações.

Com base em Flôr et al. (2022), os aspectos fundamentais constituintes referentes aos transtornos de ansiedade na adolescência são de caráter fisiológico e clínico. Isto fica ilustrado quando os autores Santos et al. (2021), argumentam que dependendo da faixa etária na qual o adolescente se encontra existe uma complexidade de transformações inseridas no enquadre orgânico. Sendo assim, a preocupação com os percalços da contextualização advém do fato de que há a possibilidade de eles reverberarem na vida biopsicossocial da criança.

Nessa perspectiva de Rego e Maia (2021), com relação aos diversos determinantes dos transtornos de ansiedade na adolescência, os autores destacam os primordiais: traços comportamentais, inabilidades em adaptar-se as condições ambientais, entre elas ser exposto precocemente a experiências emocionais desagradáveis, bem como agressões; situação

socioeconômica paupérrima; desacolhimento por parte dos grupos compares; descaso dos cuidadores; desavenças conjugais; infração penal por parte dos pais e mães com doenças psíquicas.

Tavares et al. (2022), ressaltam que a causa da problemática na identificação quanto aos tipos de ansiedades patológicas na adolescência advém da condição inábil das crianças em ter percepção dos próprios estados emocionais. Em vista disso, deve-se indispensavelmente realizar observações específicas para cada enquadre conflituoso dos estímulos ansiogênicos em relação a esse público, no qual estão presentes e manifestos: choro fácil, irritabilidade, sentimentos de raiva exacerbada e paralisação de movimentos.

Felizmente, há estratégias eficazes de enfrentamento e tratamento disponíveis para adolescentes com transtorno de ansiedade. Terapias cognitivo comportamentais, por exemplo, demonstraram ser altamente eficazes na redução dos sintomas. Essas terapias ajudam os adolescentes a identificar pensamentos negativos e distorcidos e a desenvolver habilidades para lidar com a ansiedade. Além disso, a educação sobre ansiedade e a promoção da resiliência emocional podem ser componentes valiosos na abordagem desse transtorno. Os pais, cuidadores e educadores desempenham papéis cruciais no apoio aos adolescentes com ansiedade, fornecendo um ambiente de apoio, compreensão e incentivo (Marinho; Machado; Silva, 2023).

O transtorno de ansiedade na adolescência é um desafio significativo que afeta a vida de muitos jovens. No entanto, com a conscientização, diagnóstico precoce e acesso a tratamentos adequados, é possível oferecer um caminho para a recuperação e o crescimento (Carvalho; Gewehr, 2022). Para Neves e Lima (2019), é fundamental entender que a ansiedade não define a identidade de um adolescente e que, com o apoio adequado, eles podem aprender a gerenciar seus sintomas e desenvolver uma base sólida para uma vida

saudável e equilibrada. Portanto, a sociedade deve continuar a investir em recursos e programas que visem ao bem-estar emocional dos adolescentes, garantindo que eles tenham todas as oportunidades para prosperar durante essa fase crítica de suas vidas.

PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

A proposta de intervenção caracteriza-se como uma capacitação como ação de extensão. O público-alvo é composto por todos os professores de uma instituição de ensino superior (IES) que oferece cursos técnicos no interior do Ceará. O projeto de capacitação pedagógica visa proporcionar uma formação continuada, com foco na saúde mental dos estudantes, abordando estratégias de identificação, prevenção e intervenção em questões relacionadas à saúde mental, assim equipando os professores com as ferramentas necessárias para promover um ambiente de aprendizagem mais saudável e inclusivo, contribuindo para o bem-estar e o sucesso acadêmico dos alunos.

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE

A atividade consiste em uma capacitação que abordará a importância da saúde mental, sinais de alerta, estratégias de intervenção e apoio, além de criar um ambiente de sala de aula mais acolhedor e sensível às necessidades emocionais dos estudantes.

RECURSOS NECESSÁRIOS

MATERIAL DIDÁTICO

- Apostilas e artigos sobre saúde mental na educação
- Guias e manuais de boas práticas para promoção da saúde mental

EQUIPAMENTOS E INSTRUMENTOS

- Computadores ou tablets com acesso à internet; Projetor e tela para apresentações;
- Marcadores;

- Material de escritório (papel, canetas, post-its);

HUMANO

- Psicólogo
- Médico psiquiatra Assistente Social Psicopedagogo

DESENVOLVIMENTO DA ATIVIDADE

PREPARAÇÃO DO AMBIENTE

- Sala equipada com projetor, computador e acesso à internet
- Disposição das mesas em formato de "U" para facilitar a interação e discussões em grupo

ORGANIZAÇÃO DA ATIVIDADE

O desenvolvimento da capacitação seguirá uma estrutura bem definida para abordar de forma abrangente a saúde mental dos estudantes no contexto dos cursos Técnicos. Iniciando com uma introdução teórica de 30 minutos, serão apresentados os conceitos fundamentais de saúde mental, enfatizando sua importância na educação e discutindo os principais transtornos psicológicos que impactam os estudantes, como ansiedade, depressão e estresse.

Em seguida, dedicaremos 20 minutos à análise de casos reais, onde serão apresentados e discutidos estudos de caso específicos relacionados à saúde mental dos estudantes, proporcionando aos participantes uma compreensão prática e contextualizada dos temas abordados até então.

A etapa de 30 minutos seguinte focará na identificação de sinais de alerta, ensinando aos professores como reconhecer sinais de estresse, ansiedade, depressão e outros transtornos mentais. Serão introduzidas ferramentas práticas de observação e escuta ativa, habilidades essenciais para detectar mudanças comportamentais e emocionais nos alunos. Posteriormente, dedicaremos 40 minutos para explorar estratégias de intervenção eficazes. Isso incluirá o ensino

de técnicas de abordagem e comunicação

que os professores podem aplicar para lidar de maneira empática e eficaz com problemas de saúde mental entre os estudantes. Também serão apresentados os recursos e serviços de apoio disponíveis, tanto dentro da instituição quanto na comunidade, e orientações sobre como fazer encaminhamentos apropriados quando necessário.

A atividade culminará em uma hora de discussão em grupo, onde os participantes serão divididos para elaborar planos de ação concretos voltados para a promoção da saúde mental na sala de aula. Cada grupo apresentará suas propostas, permitindo o compartilhamento de estratégias desenvolvidas durante a atividade e a avaliação coletiva das ideias apresentadas.

Os últimos 30 minutos serão reservados para um feedback e discussão coletiva. Os participantes terão a oportunidade de refletir sobre as propostas apresentadas, discutir pontos fortes e áreas para melhorias, além de compartilhar experiências pessoais e sugestões práticas que possam ser implementadas no ambiente escolar para apoiar a saúde mental dos estudantes de forma eficaz e sustentável.

Para enriquecer a capacitação sobre saúde mental dos estudantes de cursos técnicos, serão convidados profissionais especializados para compartilhar seus conhecimentos e experiências. Estão previstos a participação de um psicólogo, que fornecerá conhecimento sobre o aspecto psicológico dos transtornos mentais, um médico psiquiatra para abordar questões clínicas e tratamentos, um assistente social para discutir o suporte social e comunitário disponível, e um psicopedagogo para contribuir com estratégias educacionais adaptadas às necessidades dos estudantes. A presença desses profissionais garantirá uma abordagem multidisciplinar e abrangente durante a capacitação, promovendo um entendimento mais completo e integrado das questões de saúde mental no contexto educacional.

Forma de avaliação da atividade Durante a capacitação, será incentivada a participação ativa dos professores, promovendo discussões interativas, perguntas e contribuições individuais para enriquecer o aprendizado coletivo. Serão utilizadas técnicas como estudos de caso, simulações e atividades práticas para engajar os participantes e estimular a aplicação dos conceitos aprendidos ao contexto real da sala de aula técnica.

A qualidade e aplicabilidade dos planos de ação desenvolvidos em grupo serão avaliadas com base na relevância das estratégias propostas para promover a saúde mental dos estudantes. Cada grupo será encorajado a considerar as necessidades específicas dos alunos, os recursos disponíveis na instituição e as melhores práticas identificadas durante a capacitação.

A avaliação dos planos de ação incluirá

critérios como viabilidade, eficácia esperada e alinhamento com os objetivos gerais de apoio à saúde mental na educação técnica. O feedback dos participantes sobre a capacitação será coletado de forma estruturada ao final do evento. Será solicitada uma avaliação aberta e construtiva, onde os professores poderão expressar suas opiniões sobre a relevância dos conteúdos apresentados, a eficácia das atividades práticas, a utilidade das ferramentas de aprendizado oferecidas e suas percepções sobre como a capacitação pode impactar sua prática docente. Essas informações serão fundamentais para ajustes futuros e para garantir a continuidade de iniciativas eficazes de apoio à saúde mental dos estudantes no ambiente educacional.

QUADRO 1: Instrumento de avaliação em formato de tabela.

Participe ativamente desta avaliação para nos ajudar a entender como podemos melhorar nossas práticas educacionais. Marque com um "X" nas opções que melhor refletem sua experiência e compartilhe seus comentários para garantir que nossa capacitação atenda às suas expectativas e às necessidades de nossos estudantes.	
ASPECTOS DA CAPACITAÇÃO	AVALIAÇÃO (MARQUE COM X)
DADOS PESSOAIS	
Nome:	
Função na Instituição:	
Tempo de Experiência como Professor:	
INTRODUÇÃO TEÓRICA	
Compreendi os conceitos básicos de saúde mental apresentados.	
Reconheci a importância da saúde mental na educação técnica.	
Identifiquei os principais transtornos psicológicos.	
ANÁLISE DE CASOS REAIS	
Participei ativamente da discussão dos estudos de caso.	
Compreendi a aplicação dos estudos de caso na prática educacional.	
IDENTIFICAÇÃO DE SINAIS DE ALERTA	
Adquiri conhecimento sobre como identificar sinais de estresse, ansiedade, depressão, etc.	
Sinto-me confiante em utilizar ferramentas de observação e escuta ativa.	
ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO	
Apreendi técnicas eficazes de abordagem e comunicação.	
Conheço os recursos e serviços de apoio disponíveis.	
ATIVIDADE EM GRUPO (PLANO DE AÇÃO)	
Participei ativamente na elaboração do plano de ação em grupo.	
Contribuí com ideias relevantes para promover a saúde mental dos estudantes.	
FEEDBACK E DISCUSSÃO COLETIVA	
Ofereci feedback construtivo sobre a capacitação.	

Compartilhei experiências e sugestões práticas.	
AVALIAÇÃO GERAL	
A capacitação atendeu às minhas expectativas de aprendizado.	
Acredito que a capacitação contribuirá positivamente para minha prática como professor.	
COMENTÁRIOS ADICIONAIS:	

FONTE: Elaborado pelo Autor.

Este instrumento de avaliação foi desenvolvido para acompanhar e mensurar a eficácia da capacitação sobre saúde mental de estudantes de cursos técnicos, especificamente voltada para professores de cursos técnicos de. Ele será utilizado como uma ferramenta fundamental para coletar feedback dos participantes ao final da capacitação, permitindo uma avaliação detalhada dos conhecimentos adquiridos, da qualidade das atividades desenvolvidas em grupo e da percepção geral sobre a relevância e aplicabilidade dos conteúdos apresentados.

O objetivo principal deste instrumento é não apenas verificar o nível de compreensão dos conceitos teóricos abordados, como os conceitos básicos de saúde mental e a importância de sua integração na educação técnica, mas também avaliar a habilidade dos professores em identificar sinais de alerta de problemas psicológicos entre os estudantes. Além disso, busca-se entender a eficácia das estratégias de intervenção ensinadas, bem como a capacidade dos participantes em elaborar planos de ação concretos para promover um ambiente educacional mais saudável e acolhedor.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados esperados desta capacitação são abrangentes e visam transformar positivamente o ambiente educacional e o suporte oferecido aos estudantes. Primeiramente, espera-se que os professores adquiram habilidades sólidas para identificar e intervir em questões de saúde mental entre os estudantes, além de desenvolverem sensibilidade para reconhecer sinais sutis de problemas emocionais. Isso

inclui capacitar os educadores não apenas para oferecer suporte inicial, mas também para encaminhar os alunos para recursos especializados conforme necessário.

Ao longo deste programa, os participantes serão expostos a conceitos fundamentais de saúde mental, aprenderão a identificar sinais de alerta e a implementar estratégias eficazes de intervenção. Este conhecimento não apenas fortalecerá suas habilidades como educadores, mas também os capacitará a oferecer um suporte mais efetivo e empático aos alunos que enfrentarem desafios emocionais. A criação de um ambiente de sala de aula mais acolhedor e sensível às necessidades emocionais dos estudantes emergirá como um objetivo central alcançado pela capacitação. A promoção de um diálogo aberto sobre saúde mental reduzirá o estigma associado aos transtornos psicológicos, incentivando os estudantes a buscar ajuda quando necessário e criando uma cultura de apoio mútuo dentro da comunidade escolar.

Em termos de ambiente de sala de aula, a implementação das estratégias aprendidas deverá criar um espaço mais acolhedor e inclusivo. Os professores serão incentivados a promover um diálogo aberto sobre saúde mental, reduzindo o estigma associado aos transtornos psicológicos e fomentando uma cultura de apoio mútuo entre os estudantes. Isso não apenas fortalece o vínculo entre professores e alunos, mas também cria um ambiente propício para o aprendizado e o desenvolvimento pessoal.

Além disso, espera-se que a capacitação contribua significativamente para o bem-estar emocional dos estudantes e, consequentemente, para uma melhoria no desempenho acadêmico. Professores

mais preparados para lidar com desafios emocionais podem ajudar os alunos a enfrentar dificuldades pessoais de maneira mais eficaz, proporcionando um suporte contínuo ao longo do ano letivo.

Em termos de desenvolvimento profissional, a capacitação não se limitará ao reconhecimento de sinais de alerta e intervenção imediata. Ela visa fortalecer as competências dos professores em abordar questões de saúde mental de maneira integrada ao currículo educacional. Isso inclui o desenvolvimento de práticas pedagógicas que promovam o bem-estar emocional dos alunos em todas as áreas do aprendizado.

Além dos benefícios imediatos para os estudantes, espera-se que a implementação das práticas aprendidas contribua para uma melhoria no bem-estar geral e no desempenho acadêmico. Professores mais conscientes e preparados para lidar com questões emocionais poderão desempenhar um papel crucial no desenvolvimento pessoal e educacional de seus alunos, promovendo um ambiente propício ao aprendizado e ao crescimento integral.

A presença de profissionais como psicólogos, psiquiatras, assistentes sociais e psicopedagogos enriquecerá o aprendizado, fornecendo uma visão abrangente e holística das questões de saúde mental. Esta abordagem colaborativa não apenas ampliará o conhecimento dos participantes, mas também fortalecerá a rede de suporte disponível para alunos e educadores dentro da instituição.

O fortalecimento das competências dos professores em relação à saúde mental não se limitará à identificação de problemas, mas também incluirá o estímulo ao desenvolvimento contínuo de práticas pedagógicas que promoverão o bem-estar emocional dos alunos ao longo do tempo. Isso não só beneficiará diretamente os estudantes, mas também poderá inspirar uma mudança cultural positiva na escola, onde o cuidado com a saúde mental será valorizado e integrado ao currículo educacional.

Por fim, além dos benefícios diretos para estudantes e professores, espera-se que a capacitação tenha um impacto positivo mais amplo na comunidade escolar. Professores mais bem preparados para lidar com questões de saúde mental podem inspirar uma mudança cultural na escola, promovendo uma abordagem mais holística e empática no cuidado dos alunos.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Kawanna Vidotti; GALDINO, Maria José Quina; MARTINS, Júlia Trevisan. Qualidade do sono e trabalho entre estudantes de técnico em enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, p. e20201285, 2021.

CARDOSO, Ane Caroline Cavalcante et al. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de Medicina durante a pandemia de Covid-19. **Revista brasileira de educação médica**, v. 46, p. e006, 2022.

CARDOSO, Priscila Carla; FONSECA, Débora Cristina. Adolescentes autores de atos infracionais: dificuldades de acesso e permanência na escola. **Psicologia & Sociedade**, v. 31, 2019.

CARLETO, Cíntia Tavares et al. Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Revista eletrônica de Enfermagem**, v. 20, p. v20a01-v20a01, 2018.

CARVALHO, Jéssica Baêta; GEWEHR, Rodrigo Barros. Notas sobre a noção de desamparo em Freud. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 3, pág. 1-22, 2022.

COSTA, Ana Cláudia Maia Mendonça et al. Fatores que influenciam a ocorrência do transtorno depressivo em crianças e adolescentes. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 7, p. e16911729281-e16911729281, 2022.

DINIZ, George Carneiro. Promovendo a saúde mental na escola: estratégias e intervenções para o bem-estar dos estudantes. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 9, n. 1, 2023.

FLÔR, Sander Paulo Carneiro et al. Impactos do transtorno de ansiedade em adolescentes: uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 15, p. e437111537344-e437111537344, 2022.

GUNDIM, Vivian Andrade et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, 2021.

LEÃO, Andrea Mendes et al. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Revista brasileira de educação médica**, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

LEITE, Lúcia Costa; BOTELHO, Adriana Pedreira; LIMA, Bianca. Evasão escolar, drogas, criminalidade: os descaminhos na adolescência e suas articulações com questões do sujeito. **Revista Educação e Cultura Contemporânea**, v. 5, n. 10, p. 45-59, 2019.

LEMOS, João Edilberto Bisogne; LOPES, Mario Marcos; SOBREIRA, Liliane Cury. Os impactos do transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) e suas estratégias de enfrentamento na aprendizagem dos estudantes do ensino superior. **Transições**, v. 2, n. 1, p. 70-95, 2021.

MARINHO, Danilo; MACHADO, Regina Maria; SILVA, Diego. relatório estágio clínico específico supervisionado em psicologia clínica sob o viés da terapia cognitivo comportamental: um estudo de caso sobre a angústia adolescente. **Revista IberoAmericana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 1, p. 1199-1213, 2023.

MARTINS, Cybele Maria; CUNHA, Neide. Ansiedade na adolescência: o ensino médio integrado em foco. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, v. 5, n. 1, p. 41-61, 2021.

NEVES, Beatriz Sernache de Castro; LIMA, Maria Celina Peixoto. Freud e a prevenção: um percurso de controvérsias. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 313-319, 2019.

OLIVEIRA, Luzia Carmem. Saúde mental nos tempos de pandemia: uma releitura dos afetos e da pulsão de morte em Freud. **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, v. 1, pág. 18-34, 2020. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). Ministério da Saúde. Lançam Publicação sobre Saúde e Sexualidade de Adolescentes. 2017, Brasília, DF: Disponível em: www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5482:opas-oms-e-ministerio-da-saude-lancam-publicacao-sobre-saudeesexualidade-de-adolescentes&Itemid=820 Acesso em 14.06.2024

REGO, Kahena; MAIA, Juliana Leal Freitas. Ansiedade em adolescentes no contexto da pandemia por COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, p. e39010615930-e39010615930, 2021.

ROSSI, Tainá et al. Autoeficácia geral percebida e motivação para aprender em adolescentes do Ensino Médio. **Acta Colombiana de Psicología**, v. 23, n. 1, p. 264-271, 2020.

SANTOS, Thaynan Silva et al. Analisando os distúrbios funcionais do transtorno de ansiedade em adolescentes de 14 a 19 anos pela terapia ocupacional. **Recisatecrevista científica saúde e tecnologia-issn 2763-8405**, v. 1, n. 2, p. e1218-e1218, 2021.

SOARES, Dalila Pereira; ALMEIDA, Rosiney Rocha. Intervenção e manejo de ansiedade em estudantes do ensino médio integrado. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 10, p. e3789106457-e3789106457, 2020. STEELE, Howard. COVID-19, medo e futuro: uma perspectiva de apego. **Neuropsiquiatria Clínica**, v. 17, n. 2, pág. 97, 2020.

TAVARES, João Márcio Almeida Dias et al. Fatores de risco e prevenção dos transtornos de ansiedade na adolescência: uma revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 11, p. e11353-e11353, 2022.

WENDT, Guilherme Welter; KOLLER, Silvia. Traços frios e insensíveis no DSM-V: Implicações teóricas e clínicas para o estudo da psicopatia. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 13, n. 1, p. 11-11, 2019.

YATEGASHI, João Gabriel et al. O cyberbullying e seus impactos na adolescência. **Notandum**, n. 58, p. 141-159, 2021.

ZORÓ, Agnaldo Zawandu et al. **Diálogos interdisciplinares em educação: múltiplos saberes, novos olhares**—volume 1. Editora BAGAI, 2022.