

AÇÕES DE PSICOLOGIA ESCOLAR DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Juliana Peterle Ronchi ¹; Milena Bertollo-Nardi ¹

RESUMO

Novas formas de trabalho precisaram ser pensadas e desenvolvidas nas escolas a partir da pandemia da Covid-19. O objetivo deste relato de experiência é apresentar ações desenvolvidas pelos serviços de Psicologia Escolar e Educacional em dois *campi* do IFES, nesse contexto. As ações fizeram parte de um conjunto de atividades e visaram a promoção da saúde mental e do cuidado no âmbito psicossocial a partir de publicações semanais nas redes sociais dos *campi* com temas referentes à saúde mental e acolhimento psicológico online aos estudantes. Pode-se perceber que, apesar dos desafios enfrentados no ensino remoto, as ações trouxeram reflexões e funcionaram como estratégia de aproximação, de construção da sensação de continuidade, possibilitando a promoção à saúde da comunidade escolar.

Palavras-Chave: psicologia escolar; covid-19; promoção da saúde

School Psychology actions during the Covid-19 pandemic: experience report

ABSTRACT

New ways of working had to be thought out and developed in schools since the Covid-19 pandemic. The objective of this experience report is to present actions developed by the School and Educational Psychology services in two IFES campuses, in this context. The actions were part of a set of activities aimed at promoting mental health and psychosocial care based on weekly publications on campus social networks with topics related to mental health; and online psychological support for students. It can be seen that, despite the challenges faced in remote teaching, the actions brought reflections and worked as approximation strategy, building a sense of continuity, enabling the health promotion in the school community.

Keywords: school psychology; covid-19; health promotion

Acciones de Psicología Escolar durante la pandemia de la Covid-19: relato de experiencia

RESUMEN

Nuevas formas de trabajo necesitan ser pensadas y desarrolladas en las escuelas a partir de la pandemia de la Covid-19. El objetivo de este relato de experiencia es presentar acciones desarrolladas por los servicios de Psicología Escolar y Educacional en dos campus del Ifes, en ese contexto. Las acciones hicieron parte de un conjunto de actividades y visaron la promoción a la salud mental y cuidado en el ámbito psicossocial a partir de publicaciones semanales en las redes sociales de los campus con temas referentes a la salud mental; y acogimiento psicológico online a los estudiantes. Se puede percibir que, a pesar de los desafíos enfrentados en la enseñanza remota, las acciones trajeron reflexiones y funcionaron como estrategia de acercamiento, de construcción de la sensación de continuidad, posibilitando la promoción a la salud de la comunidad escolar.

Palabras clave: psicología escolar; covid-19; promoción de la salud

¹ Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Espírito Santo – Vitória – ES – Brasil; peterleronchi@yahoo.com.br; milenabertollo@ifes.edu.br

INTRODUÇÃO: SUSPENSÃO DAS ATIVIDADES PRESENCIAIS E (RE)CONSTRUÇÃO DO TRABALHO DO PSICÓLOGO ESCOLAR EM DOIS CAMPI DO IFES

O objetivo deste relato de experiência é apresentar duas das ações desenvolvidas pelos serviços de Psicologia Escolar e Educacional em dois *campi* do Instituto Federal do Espírito Santo (IFES), no momento da pandemia da Covid-19: publicações semanais nas redes sociais dos *campi* com temas referentes à saúde mental e o acolhimento psicológico *online* aos estudantes.

A pandemia da Covid-19 trouxe desafios em vários setores da sociedade e na educação não foi diferente. Como forma de conter o vírus, o distanciamento social foi adotado como estratégia, assim, com a suspensão das aulas presenciais, e, em consonância com os desafios que se apresentaram a partir da implementação do ensino remoto, iniciaram-se reflexões sobre possibilidades de atuação da Psicologia Escolar nesse contexto inédito. Como continuar oferecendo aos estudantes um ambiente de cuidado visando sua permanência e seu bem-estar, sem estarmos fisicamente na escola? Como adaptar-se às necessidades da comunidade escolar neste momento atípico? Fortalecer ações de cuidado, contribuindo para a autonomia na construção de melhores estratégias para vivenciar o momento da pandemia, indo ao encontro das necessidades da comunidade escolar, mostrou-se um caminho de (re)construção das atividades do psicólogo escolar.

O conceito de *holding* (Winnicott, 1983), como adaptação sensível do cuidador e função pela qual ele fornece ao bebê o suporte, foi tomado como direção para se pensar as ações. Para Winnicott (1983), o *holding* constitui-se como suporte, sustentação, inclui o segurar físico que protege contra danos fisiológicos, e envolve a rotina completa de cuidados ao bebê. Ao longo do desenvolvimento do indivíduo, tanto o *holding* psicológico quanto o físico continuam essenciais e nunca perdem a sua importância (Abram, 2000).

Assim, direcionamos o trabalho no sentido de construir ações em que estudantes e servidores pudessem se sentir com suporte, com apoio e sustentação. Como apresenta Figueiredo (2007), a sustentação, o *holding*, em uma linguagem coloquial, ajuda a “segurar a barra”, buscando uma sensação de continuidade da existência. Nossas ações, dessa forma, visavam trazer essa sensação de continuidade das reflexões proporcionadas pela instituição educacional. Assim, trabalhamos na implementação de ações de cuidado a estudantes e servidores, duas das quais apresentaremos e discutiremos a seguir.

PUBLICAÇÕES SEMANAIS NAS REDES SOCIAIS: OFERTA DE CUIDADO E MANUTENÇÃO DO CONTATO

De acordo com a Fiocruz, transmitir à população informações sobre as reações emocionais e comportamentais esperadas durante uma pandemia, assim como as estratégias para promoção de bem-estar psicológico,

pode evitar a cronificação de sintomas que são, de certa forma, esperados (Fundação Oswaldo Cruz, 2020). Com esse propósito, foram realizadas publicações nas redes sociais dos *campi* do IFES com conteúdos de psicoeducação, visando informar sobre emoções, sentimentos, comportamentos que poderiam surgir na vivência da pandemia e estratégias para lidar com esses fenômenos. Em todas as publicações foi reforçado o contato virtual com as psicólogas, abrindo possibilidade de acolhimento específico em função das demandas dos estudantes e servidores.

Na perspectiva do *holding*, as publicações poderiam colaborar como apoio e suporte, ajudando a “segurar a barra” diante do vivido, além de estreitar o vínculo com a comunidade escolar, garantindo a manutenção do contato semanal. Como tentativa de fazer com que as publicações atendessem às necessidades de estudantes e servidores, os temas poderiam ser sugeridos por eles.

O primeiro tema trabalhado foi sobre estratégias de cuidado em tempos de pandemia, em que se evidenciaram as mudanças e o novo cenário diante da Covid-19 e possíveis reações e estratégias para lidar com elas, aproximando-se e também evidenciando caminhos de contato para o acolhimento psicológico online. O segundo tema publicado foi sobre a vivência das perdas em tempos de pandemia, por exemplo, a suspensão das aulas, as mudanças nas relações com as pessoas, as alterações na rotina e o medo da perda de emprego. Na publicação seguinte, foi apresentada uma reflexão sobre como lidar com ansiedade e estresse, temas que foram abordados como reações do corpo aos planos, sonhos, desejos e interesses suspensos, que necessitariam de rearranjos frente a nova organização imposta. Uma atividade de respiração foi proposta como possibilidade de manejo do estresse e da ansiedade.

A semana seguinte foi marcada pela implementação das atividades pedagógicas não presenciais no Instituto. Por isso, as duas publicações seguintes consistiram em material que visava auxiliar os estudantes a refletir sobre o novo momento, organizar a rotina, estabelecer estratégias de estudo e reforçar o cuidado aos estudantes que não estivessem conseguindo acesso à *internet* e aos meios digitais. Outro tema discutido foi o da criatividade, sendo afirmada, como propõe Winnicott (1975), como a inventividade para lidar com a realidade. Foi destacado o papel das artes como auxílio para trabalhar as emoções.

A partir das sugestões dos estudantes e servidores, foi trabalhado o tema do meio ambiente e sua relação com a saúde, marcando a comemoração do dia do meio ambiente, no mês de junho. Trazer essa reflexão evidenciava a convergência das informações com o tempo presente. Nesse material, refletimos sobre o conceito de saúde como amplo, referindo-se às condições favoráveis de vida. Ainda nessa perspectiva de convergência com as discussões atuais, na semana seguinte, trouxemos a reflexão sobre os impactos do racismo na saúde mental das pessoas, tomando como referência a onda de ma-

nifestações depois da morte de George Floyd¹. Pode-se refletir sobre como o racismo e a discriminação criam um fator adicional de estresse, trazendo a importância da luta antirracista (Presse, 2020).

Posteriormente, trabalhamos sobre o uso da *internet* e das redes sociais, sugestão de servidores e estudantes. Com esse tema, refletimos sobre os ganhos com as tecnologias digitais em um período de distanciamento social, mas também como pode ser fonte de sofrimento se existir cobrança pelas imposições da perfeição do que costuma ser postado nas redes sociais. Nas semanas seguintes, trabalhamos com os temas alterações do apetite e do sono no contexto da pandemia, devido aos relatos dos estudantes e servidores. Evidenciando os assuntos como uma reação do organismo frente ao momento de incerteza vivenciado, foi apresentada a importância de não se culpar por essas alterações e algumas estratégias para lidar com elas.

Visando compreender como essas informações chegavam aos estudantes e servidores, desenvolvemos um questionário online para que pudessem manifestar sua opinião sobre os materiais publicados. Pode-se verificar que trouxeram reflexões e funcionaram como estratégia de aproximação do trabalho da psicologia nos *campi* do IFES.

Mostrar-se disponível, mas também em espera, ou seja, oferecer presença implicada, mas também em reserva, constitui-se em uma das faces do cuidado (Figueiredo, 2007). Assim, entendemos que a construção dos conteúdos para as redes sociais, marcando presença sobre as possíveis vivências da comunidade escolar, com disponibilização de contatos para acolhimentos mais específicos, mas respeitando os movimentos das pessoas a partir dessas intervenções, foi a forma que encontramos, como psicólogas escolares e educacionais, para lidar com essa nova realidade e garantir a oferta do cuidado, mesmo à distância.

O ACOLHIMENTO PSICOLÓGICO ONLINE

O acolhimento, para o Ministério da Saúde, refere-se à escuta qualificada das pessoas, em que se respeita sua singularidade, atenta-se às suas necessidades e valoriza-se construções de projetos de vida saudáveis (Ministério da Saúde, 2013; 2015). Nessa perspectiva, o acolhimento psicológico *online* visava ofertar um espaço de escuta pontual, que pudesse colaborar na compreensão do sofrimento expresso, bem como trabalhar recursos para lidar com as reações apresentadas.

No momento em que disponibilizamos nosso *e-mail* nas publicações e nas redes sociais, para que os estudantes e os servidores pudessem entrar em contato, caso precisassem, estávamos oferecendo uma escuta em reserva, em espera e aberta. No acolhimento *online*, era

oferecida sustentação e continência às experiências perturbadoras da pandemia, para que pudessem ser significadas e para que pudessem ser refletidas estratégias de promoção de bem-estar. A função de *holding* que garante a experiência de continuidade aos indivíduos, como já apresentado, tão necessária para que possamos existir e conquistar algum senso de realidade (Figueiredo, 2007).

Observamos que houve procura maior em alguns momentos, como no início das atividades pedagógicas não presenciais, o que pode indicar que a cada nova vivência, ou a partir de novas demandas no processo educacional, diferentes reações podem surgir, exigindo um olhar mais próximo, favorecendo o crescimento e o amadurecimento das pessoas. Vale ressaltar que o profissional de psicologia pode colaborar nesse processo, mas não é o único responsável por essa oferta de cuidado. Todos os profissionais da Educação se ocupam, em alguma medida, do papel de cuidador, e esse envolvimento pode colaborar na construção de espaços educacionais mais acolhedores e de formação, não somente acadêmica, mas de construção de sentidos para a vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo teve o objetivo de relatar a experiência de duas psicólogas escolares diante do desafio de planejar e desenvolver um trabalho de cuidado durante a pandemia da Covid-19. Dado o caráter inédito da situação vivenciada, respostas precisaram ser construídas e o compartilhamento dessas experiências pode contribuir para a ampliação das reflexões sobre a atuação do psicólogo em instituições de ensino, em especial em momentos de crises.

Apesar de o foco deste relato ser a experiência vivida e as ações desenvolvidas, não significa que desconsideramos a crítica quanto às limitações do ensino remoto e à impossibilidade desse formato substituir a experiência presencial na escola. Por uma questão de delimitação dos objetivos, esse não foi o nosso tema de discussão, ainda que estivesse presente na nossa atuação profissional. Apesar das vivências desiguais que os estudantes tiveram durante a suspensão das atividades presenciais, a sensação de continuidade promovida pela escola no desenvolvimento das atividades remotas pode promover saúde. Alguns estudantes nos relataram a importância que as atividades pedagógicas tiveram, já que, a partir delas, eles começaram a criar uma rotina de cuidados, sentiram esperança diante das adversidades vividas, puderam fortalecer vínculos e organizar projetos futuros. Relataram também a experiência de se sentirem cuidados e acolhidos, por exemplo, ao receberem material impresso, quando não dispunham de internet ou computador.

O tripé que subsidiou a construção do trabalho aqui apresentado foi constituído de formação, planejamento e parceria, o que possibilitou às profissionais a sensação de continuidade do trabalho, que pode ser transmitido à comunidade escolar por meio das ações aqui descritas.

¹ cidadão negro dos Estados Unidos sufocado por um policial branco (Presse, 2020).

REFERÊNCIAS

- Abram, J. (2000). *A linguagem de Winnicott: dicionário das palavras e expressões utilizadas por Donald D. Winnicott*. (Silva, M. D. G., Trad). Rio de Janeiro: Revinter.
- Figueiredo, L. C. (2007). A metapsicologia do cuidado. *Psychê*, 11(21), 13-30. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-11382007000200002&lng=pt&tlng=pt
- Fundação Oswaldo Cruz. (2020). *Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19 – Recomendações Gerais*. (2020). Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz.
- Ministério da Saúde. (2013). *Política Nacional de Humanização - Humaniza SUS*. (2013). Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília-DF: Ministério da Saúde. Recuperado de: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_humanizacao_pnh_folheto.pdf
- Ministério da Saúde. (2015). *Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: revisão da Portaria MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006*. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília-DF: Ministério da Saúde. Recuperado de: http://promocaodasaude.saude.gov.br/promocaodasaude/arquivos/pnps-2015_final.pdf
- Presse, F. (2020). Após morte de George Floyd, onda de manifestações contra racismo chega à Espanha e à Itália. *Portal G1*. Recuperado de: <https://g1.globo.com/mundo/noticia/2020/06/07/apos-morte-de-george-floyd-onda-de-manifestacoes-contra-racismo-chega-a-espanha-e-a-italia.ghtml>
- Winnicott, D. W. (1975). *O brincar e a realidade*. (Abreu, J. O. A.; Nobre, V., Trad.) Rio de Janeiro: Imago Editora LTDA.
- Winnicott, D. W. (1983). Teoria do relacionamento paterno-infantil. In D. W. Winnicott. *O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional*. (Ortiz, I. C. S., Trad.). (pp. 38-54). Porto Alegre: Artes Médicas. (Trabalho original publicado em 1960).

Recebido em: 03 de junho de 2021

Aprovado em: 02 de julho de 2021