PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS NA ESCOLA: Uma Experiência de Sucesso na Cidade de Planalto - BA

Ana Paula Guilherme Cunha
Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo
São Paulo, 2022

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	**2**
2 RELATO DE EXPERIÊNCIA	**4**
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	**9**
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	**11**
5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	**12**

1 INTRODUÇÃO

Diante do retorno às aulas presenciais, vem se observando uma grande demanda de estudantes com dificuldades na aprendizagem e nas relações interpessoais, devido a problemas de ordem emocional. Tais problemas tem se apresentado frequentemente em forma de crises de ansiedade, marcadas por sintomas físicos como choro, falta de ar, tremores, tontura, desmaios e também em comportamentos auto lesivos por parte dos alunos. Isso corrobora com o que diz Binotto (2021), situações de confinamento, eventos estressantes, luto, violência intrafamiliar, uso abusivo da internet e redes sociais, mudanças de rotina e nas relações familiares são alguns dos fatores que podem influenciar de forma negativa a saúde mental de adolescentes.

As escolas, quando reabertas, se depararam com um cenário de crises diárias de ansiedade e sofrimento psíquico, mas, os profissionais da educação não estavam preparados para lidar com tais situações, recorrendo constantemente ao setor de psicologia escolar para que os alunos fossem assistidos em suas demandas emocionais. Esses novos e complexos desafios só poderão ser devidamente enfrentados se houver um olhar voltado para as questões emocionais e psicológicas de todos que fazem parte da comunidade escolar.

Enquanto atuação embasada pela psicologia escolar critica, que direciona as ações para um fazer que contribua com uma escola democrática, rompendo com as concepções adaptativas da psicologia e promovendo uma nova *práxis* psicológica frente às queixas escolares, a equipe de psicologia escolar da Secretaria Municipal de Educação e Cultura, elaborou um plano de ação para lidar com as queixas.

A idealização do plano surgiu a partir da participação em um curso conduzido pelo psicólogo Renê Vieira Dinelli, intitulado *Primeiros Socorros Psicológicos na escola: por uma ética e uma cultura do cuidado* e das orientações das cartilhas *"Retorno seguro à escola: um guia prático"*, do Cluster Global de Educação (2020), *"O retorno às aulas presenciais no contexto da pandemia da covid-19"*, Todos pela Educação (2020) *e "Treinamento de Primeiros Socorros Psicológicos: manual para cuidadores de crianças"*, do Save the

Children (2013), que contemplou estratégias de enfrentamento que trouxessem às escolas conhecimentos sobre saúde mental e habilidades e competências que permitissem aos profissionais de educação reduzir o sofrimento dos alunos e realizar os primeiros socorros psicológicos no ambiente escolar, para posteriormente, se necessário, encaminhar os alunos aos serviços de saúde mental do município.

Os Primeiros Socorros Psicológicos (PSP) são protocolos de intervenção propostos pelo *National Center for* Post-Traumatic Stress Disorder com o objetivo de padronizar o atendimento às vítimas com base em evidências sobre reações agudas ao estresse, uma estratégia útil e importante que envolve um conjunto de técnicas e de comportamentos que ajudam indivíduos a auxiliar outros indivíduos em momentos de crise ou desespero. Os PSP descrevem uma resposta humana de acolhimento às pessoas em situação de sofrimento e com necessidade de apoio, é algo que pode ser realizado por qualquer pessoa que tenha recebido um treinamento para executar o acolhimento e não envolve questionamentos sobre o que ocasionou o sofrimento.

Quando alguém está em intenso sofrimento psíquico, é fundamental encontrar redes de apoio que permitam a experiência do cuidado, da proteção, da confiança e o desenvolvimento de recursos internos e externos necessários para poder continuar a vida. Na adolescência esses processos são ainda mais urgentes, porque falamos de pessoas em pleno desenvolvimento, que precisam de recursos necessários para conquistar suas capacidades emocionais, cognitivas, físicas e sociais. E é justamente na escola que muitas dessas questões vêm à tona e a mesma precisa estar preparada para acolhê-los.

Diante disso, o presente artigo apresenta um conjunto de ações desenvolvidas na formação intitulada: *Primeiros Socorros Psicológicos na Escola - rede de cuidado e acolhimento*, realizada com educadores da rede pública municipal de Planalto no estado da Bahia.

2 RELATO DE EXPERIÊNCIA

A idealização da formação em primeiros socorros psicológicos surgiu a partir da necessidade de lidar de forma crítica e coletiva com as inúmeras queixas escolares de alunos com crises de ansiedade. É comum que as escolas tenham a expectativa de que tais alunos sejam atendidos clinicamente dentro do espaço escolar, colaborando para a perspectiva de uma psicologia tradicional, que foca na dimensão individual do educando e em suas dificuldades.

É imprescindível que a escola esteja preparada para acolher e lidar com as situações de crise e, para isso, foram convidados três funcionários de apoio, de cada escola dos anos finais do ensino fundamental com o seguinte perfil: pessoas de referência para os alunos, de confiança, que tenham habilidade em escutar, sem julgamentos, empáticas e sensíveis a dor do outro. Participaram da formação dezoito funcionários, em sua maioria exercendo funções de apoio à escola como auxiliares de secretaria, coordenadores pedagógicos, assistentes administrativos, tutores, entre outros.

O percurso metodológico da formação em PSP na escola foi dividido em contextualização, conceituação e parte prática. Foram realizados dois encontros em dias consecutivos.

A formação foi iniciada com a apresentação dos objetivos e do cronograma dos encontros, seguido de uma dinâmica de apresentação que proporcionou conhecer os participantes e suas expectativas.

A parte da contextualização se deu através da explanação sobre as políticas educacionais no Brasil, realizada por um professor de história convidado, que apresentou uma linha do tempo com os principais acontecimentos e leis que nortearam a história da educação e trouxe como reflexão o fato que ao longo da história, a educação vai redefinindo seu perfil de inovação ou manutenção das relações sociais, adaptando-se aos modos de formação técnica e comportamental, de acordo com a produção/reprodução das formas particulares de organização do trabalho e da vida em sociedade. Ressaltou ainda que para termos um mundo

com dignidade e justiça, é importante considerar a educação pelo seu valor de uso, como produção cultural de pessoas, singularidades humanas capazes de se constituírem em sujeitos globais e locais que lutam contra as desigualdades e as exclusões sociais. Ao final houve uma discussão de tudo o que foi apresentado.

O segundo momento da contextualização deu-se através da exibição do filme "Preciosa: uma história de esperança" (2009). O filme retrata a vida de Claireece Preciosa Jones, uma adolescente de 16 anos, violentada pelo próprio pai e abusada fisicamente e psicologicamente pela mãe, que cresce permeada por traumas e questões psicológicas oriundas das situações vivenciadas durante toda a sua vida, incluindo o nascimento de duas crianças, fruto de uma série de abusos sexuais, vítima de preconceitos raciais e gordofobia, problemas de autoestima e dificuldades de aprendizagem. Durante a exibição algumas pessoas que estavam assistindo ao filme pediram para sair do local, visto que não conseguiram lidar com algumas cenas. Através de grupos de trabalho, foram discutidos os seguintes temas, tendo como base o filme: violência intrafamiliar, preconceito, autoestima, dificuldade na aprendizagem ou metodológica.

Ainda na parte de contextualização, foram utilizados dados para caracterizar a situação educacional, política, econômica e social do Brasil e discutir como isso impacta diretamente a escola.

Na segunda parte da formação, que chamamos de conceituação, foram apresentados alguns conceitos relevantes para a compreensão das ações a serem desenvolvidas pelos participantes.

Como todas as escolas participantes eram dos anos finais do ensino fundamental, foi necessário caracterizar o público desta etapa da escolarização, os adolescentes.

A adolescência é a etapa da vida compreendida entre a infância e a fase adulta, marcada por um complexo processo de crescimento e desenvolvimento biopsicossocial. A Organização Mundial da Saúde circunscreve a adolescência à segunda década da vida (de 10 a 19 anos), já o Estatuto da Criança e do Adolescente considera adolescente a faixa etária de 12 a 18 anos.

A visão que os educadores tinham da adolescência, confirma o que é dito por Leal (2014), que este período é visto, geralmente, de forma negativa. Viam os adolescentes até de forma pejorativa, chamando os de "aborrecentes" e "sentimentais", justificando muitas problemáticas desta fase como problemas hormonais ou rebeldia, o que demonstrava uma falta de conhecimento sobre esta etapa da vida, reduzindo-a algo biológico e natural, comum a todos.

É preciso que o psicólogo escolar e os educadores, se libertem do pensamento generalizante e atente para as características de vida e cultura dos grupos sociais de pertença do adolescente que atende, pois, como nos demais períodos da vida, tenderá a desenvolver-se constituído por estas características (Lima et al., 2014). Devemos compreender que a adolescência não é um fenômeno linear, marcado apenas pelas mudanças biológicas e corporais, mas um processo dinâmico, que pode transcorrer de diferentes maneiras, de acordo o contexto em que este está inserido.

A saúde mental dos adolescentes também foi um tema abordado na formação em primeiros socorros psicológicos na escola. Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2018), a adolescência é considerada um período suscetível para o surgimento de condições de saúde mental e a detecção precoce é entendida como importante. A promoção do bem estar emocional e a proteção contra experiências adversas e fatores de risco são essenciais também para o desenvolvimento do ser humano, já que as mudanças que acontecem nessa fase da vida, podem tornar os adolescentes mais passíveis ao desenvolvimento de sofrimento psíquico. Neste ponto da formação foi proposto um comparativo entre a adolescência vivenciada pelos participantes e o que eles observam de vivência desta etapa da vida em seus alunos atualmente.

Os PSP foram ensinados aos educadores de forma bem explanada e dialogada. Inicialmente foi apresentado contexto no qual os primeiros socorros psicológicos foram instituídos, a definição destes, como um apoio humano básico e imediato com o objetivo de reduzir o sofrimento causado às pessoas por acidentes, desastres naturais, conflitos, violência interpessoal ou outros tipos de crise. Há necessidade da escola estar preparada para responder a situações impactantes e pouco frequentes, como tiroteios em escolas, desastres naturais em larga escala, e emergências de saúde pública. Além disso, deve estar preparada para abordar

eventos de menor escala que enfrenta todos os dias e que atrapalham o ambiente de aprendizagem, como suicídios, acidentes, vitimização de pares, violência comunitária, mortes de funcionários ou estudantes, crises de saúde mental.

Foram apresentadas as ações centrais dos primeiros socorros psicológicos, segundo Brymer et al. (2012): (1) Contato e engajamento: iniciar contatos ou responder a contatos de estudantes e funcionários de uma maneira não invasiva, compassiva e útil; (2) Segurança e conforto: aumentar a segurança imediata e contínua, e proporcionar conforto físico e emocional; (3) Estabilização (se necessário): acalmar e orientar alunos e funcionários emocionalmente sobrecarregados ou desorientados; (4) Coleta de informações, necessidades e preocupações: para identificar necessidades e preocupações imediatas e reunir informações adicionais; (5) Assistência prática: oferecer ajuda prática a estudantes e funcionários em suas necessidades e preocupações imediatas; (6) Conexão com suportes sociais: ajudar a estabelecer contatos breves ou contínuos com as principais pessoas de apoio ou outras fontes de apoio, incluindo família, amigos, professores e outros recursos escolares e/ou comunitários; (7) Estratégias de manejo: fornecer informações sobre reações de estresse e enfrentamento para reduzir angústia e promover o funcionamento adaptativo. Nesta etapa, podem se ensinar técnicas simples de relaxamento; (8) Vinculação com serviços colaborativos: vincular alunos e funcionários aos serviços disponíveis necessários no momento ou no futuro. Essas ações centrais dos PSP para escolas constituem os objetivos básicos de fornecer assistência dentro de horas, dias ou semanas após um evento.

Após a apresentação dos conceitos foi realizada uma palestra com o coordenador do Centro de Referência da Assistência Social – CRAS e a psicóloga da atenção básica que apresentaram os serviços da rede intersetorial disponíveis na cidade para encaminhar os alunos, caso haja necessidade. Este momento foi extremamente relevante visto que é esperado que as escolas se depararem com novos e complexos desafios, que só poderão ser devidamente enfrentados se houver apoio de outras áreas. Ou seja, uma resposta adequada do poder público na Educação só virá com um esforço amplamente intersetorial, envolvendo, especialmente, as áreas da Saúde e da Assistência Social (Todos pela educação, 2020).

A parte prática da formação se deu através da apresentação e treinamento de técnicas de relaxamento e respiração que proporcionaram aos participantes maior segurança na

execução dos primeiros socorros psicológicos. Em grupo, os mesmos encenaram situações cotidianas de crises apresentadas pelos alunos e como acolhê-las e manejá-las. A psicóloga formadora conduziu o momento fazendo pontuações e correções quando houve necessidade. Finalizamos a formação com uma dinâmica de grupo intitulada "Me sinto acolhida(o) quando...", na qual os participantes falaram situações que traziam para eles a sensação de acolhimento.

Por fim, os participantes preencheram uma ficha de avaliação do encontro e houve o momento de encerramento com os agradecimentos.

Após a formação foram realizadas visitas às escolas para escuta e orientação aos educadores participantes da formação, formação de acolhimento na Campanha Setembro Amarelo e encontro de devolutiva das ações realizadas em 2022.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As escolas, na medida em que reconhecem e buscam estratégias de trabalho que englobem todas as dimensões do indivíduo, promovendo a escuta, o acolhimento e o diálogo dos alunos, atuam como um importante fator de proteção na adolescência. Entretanto, as escolas que priorizam apenas a aprendizagem dos conteúdos e o desenvolvimento cognitivo, em detrimento dos aspectos emocionais, colaboram para o adoecimento mental dos seus alunos e, consequentemente, com o fracasso escolar destes. Segundo Souza (2007),

> a escola costuma ser um destes: exerce função estruturante da subjetividade, que se forma não apenas nas fases precoces do desenvolvimento, e é pleno de potencialidades terapêuticas e também patologizantes. Daí a importância de o psicólogo fazer do ambiente um objeto de intervenção, em seu trabalho focado na pessoa em sofrimento que o procura (p. 101).

A formação em PSP na escola contribuiu para que as queixas escolares de ansiedade fossem acolhidas dentro da própria instituição escolar, de forma breve e pontual, proporcionando agilidade e efetividade em situações de crise e maior segurança por parte dos profissionais de educação em lidar com os alunos em sofrimento emocional e encaminhá-los para os serviços da rede intersetorial.

A rede intersetorial é uma importante aliada da escola, visto que diante do cenário encontrado após o retorno às aulas presenciais, no qual as escolas se depararam com novos e complexos desafios, estes só poderão ser devidamente enfrentados se houver apoio de outras áreas. É importante destacar que os educadores participantes da formação não conheciam a rede intersetorial do município e, portanto, não estavam preparados para encaminhar os alunos para os serviços disponíveis. Tal fato colaborava para que os educadores e as escolas criassem expectativas irreais de que o psicólogo escolar realizasse atendimentos clínicos aos alunos, prática esta que não condiz com a psicologia escolar crítica.

Os educadores relataram o sentimento de pertença à escola e de importância após a participação na formação. Antes não eram vistos ou valorizados por outros funcionários e pela gestão escolar como algo a mais que o cargo que ocupam. Daí a importância de promover na

escola ações coletivas e democráticas que envolvam toda a comunidade e desenvolvam o senso de pertencimento e responsabilidade.

O acolhimento em PSP na escola também proporciona a percepção dos problemas existentes nos diversos ambientes que os adolescentes fazem parte, principalmente a família e a escola, permitindo que o psicólogo escolar planeje suas ações, buscando trabalhar de forma preventiva e promotora de saúde mental, a partir da percepção daqueles que escutam e dialogam com os alunos.

Os resultados apontam que os PSP na escola foram uma estratégia eficaz de acolhimento às queixas escolares dos adolescentes com crises de ansiedade e problemas de saúde mental, sendo uma forma de atuação crítica do psicólogo escolar.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A escola que conhecíamos no período anterior a pandemia, não é mais a mesma que nos deparamos no retorno às aulas presenciais. A pandemia intensificou as vulnerabilidades dos adolescentes aumentando o risco de problemas psicológicos e conflitos familiares, causando uma diminuição na interação social, sentimentos de incerteza e medo e o aparecimento de sintomas de estresse, ansiedade e depressão. O resultado disso tem repercutido na forma de sucessivas crises de ansiedade, automutilação e problemas emocionais que os adolescentes têm vivenciado diariamente no ambiente escolar.

A estratégia utilizada para lidar com as frequentes queixas de ansiedade relatadas pelas escolas foi a elaboração da formação em primeiros socorros psicológicos voltada para educadores com o objetivo de orientá-los no correto manejo das crises, com empatia, acolhimento e técnica. Os PSP para escolas é um modelo de intervenção com base em evidências para ajudar os alunos, famílias, funcionários e parceiros da escola logo após uma emergência. São projetados para reduzir o sofrimento inicial causado por situações de crise e promover a ajuda prática enquanto recuperam, gradualmente, as suas capacidades para o fazerem autonomamente.

O relato descrito neste texto demonstrou uma experiência exitosa de formação de educadores em primeiros socorros psicológicos, favorecendo a função da escola como promotora de saúde mental e a prática de uma psicologia escolar crítica e atenta às necessidades de toda a comunidade escolar.

Ressalta-se, ainda, a necessidade de que mais profissionais de educação estejam prontamente capacitados para reduzir o impacto negativo acarretado frente às situações de crise e ao imprevisível, situações estas cada vez mais frequentes nas escolas.

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL, O. (2018). Folha Informativa: saúde mental dos adolescentes. **Organização Pan Americana da Saúde**. BRASIL, O. (2018). Folha Informativa: saúde mental dos adolescentes. *Organização Pan Americana da Saúde*. https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5779:folhainformativa-saude-mental-dos-adolescentes&Itemid=839. Acesso 07 nov. 2022.

Binotto, Bruna Taís; GOULART, Cláudia Maria Teixeira; PUREZA, Juliana da Rosa. PANDEMIA DA COVID-19: **indicadores do impacto na saúde mental de adolescentes**. *Rev. Psicol Saúde e Debate*, Patos de Minas, v. 1, n. 7, p. 195-213, set. 2021.

Brymer M., Taylor M., Escudero P., Jacobs A., Kronenberg M., Macy R., Mock L., Payne L., Pynoos R., & Vogel J. **Primeiros socorros psicológicos para escolas: Guia de operações de campo**, *2ª edição.* (2012). Los Angeles: Rede Nacional de Estresse Traumático Infantil.

Daniels, L. (2009). **PRECIOSA: uma história de esperança**. *Estados Unidos: Lee Daniels Entertainment*. de Paula Souza, B. Apresentando a Orientação à Queixa escolar1. *ORIENTAÇÃO À QUEIXA ESCOLAR*, 97. https://fmrp.usp.br/wp-content/uploads/sites/462/2020/10/Livro-OQE.pdf#page=98. Acesso 05 nov. 2022.

dos Deputados, C. (2008). **Estatuto da criança e do adolescente**. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990, e legislação correlata. In *Legislação* (Vol. 1). Centro de Documentação e Informação. https://crianca.mppr.mp.br/arquivos/File/publi/camara/estatuto_crianca_adolescente_9ed.pdf. Acesso 11 nov. 2022.

Fayad, Daphne de Castro. ***O retorno às atividades presenciais na escola e o cuidado com a saúde mental***. Ministério Público de Santa Catarina.

Leal, Z. F. R. G., Facci, M. G. D., & de Souza, M. P. R. (2014). **Adolescência em foco: contribuições para a psicologia e para a educação**. Editora da Universidade Estadual de Maringá-EDUEM.

Lima, C. P. D., Prado, M. B., & Souza, B. D. P. (2014). **Orientação quanto à queixa escolar relativa a adolescentes: especificidades**. *Psicologia Escolar e Educacional*, *18*, 67-75. https://www.scielo.br/j/pee/a/Bsm3JFS4RTHzjVyh5StjPWL/abstract/?lang=pt. Acesso 07 nov. 2022.

Ministério da Saúde (BR). (2007). **Marco legal: saúde, um direito de adolescentes**. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/07_0400_M.pdf. Acesso 09 nov. 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE; WAR TRAUMA FOUNDATION; VISÃO GLOBAL INTERNACIONAL. (2015). Primeiros Cuidados Psicológicos: guia para trabalhadores de campo.

Primeiros cuidados psicológicos: *guia para trabalhadores de campo*. Brasília, DF: OPAS, 2015. https://www.paho.org/bra/dmdocuments/GUIA_PCP_portugues_WEB.pdf. Acesso 08 nov. 2022.

Silva TLG, Mello PG, Silveira KAL, Wolffenbüttel L, Lobo BOM, Bicca CHM, et al. *Primeiros Socorros Psicológicos: relato de intervenção em crise em Santa Maria*. Rev. bras. psicoter. 2013;15(1):93-104.

Todos Pela Educação (2020). **O retorno às aulas presenciais no contexto da pandemia da covid-19**. Nota Técnica – maio, 2020.

Treinamento de Primeiros Socorros Psicológicos Manual para Cuidadores de Crianças. **Save the children**, 2013. http://new.institutofonte.org.br/wp-content/uploads/2017/10/primeiro-socorros-psicol%C3%B3gicos-23.05.2017a.pdf. Acesso 15 nov. 2022.