



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
CENTRO DE HUMANIDADES
MESTRADO PROFISSIONAL EM ENSINO DE HISTÓRIA**

NILO PÚBLIO RODRIGUES NETO

**A RELAÇÃO ENSINO-APRENDIZAGEM EM HISTÓRIA E ASPECTOS DA SAÚDE MENTAL:
EXPERIÊNCIA NA EEFM PROFESSORA DIVA CABRAL**

**FORTALEZA
2025**

NILO PÚBLIO RODRIGUES NETO

RELAÇÃO ENSINO-APRENDIZAGEM EM HISTÓRIA E ASPECTOS DA SAÚDE MENTAL: EXPERIÊNCIA
NA EEFM PROFESSORA DIVA CABRAL

Dissertação apresentada ao Mestrado Profissional em Ensino de História da Universidade Federal do Ceará (UFC), como requisito parcial à obtenção do título de mestre em História. Área de Concentração: Ensino de História. Linha de Pesquisa: Linguagens e Narrativas Históricas; profusão e difusão.

Orientadora: Prof.^a Dra. Cláudia Freitas de Oliveira

FORTALEZA

2025

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Sistema de Bibliotecas
Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

R614r Rodrigues Neto, Nilo Públcio.

A relação ensino-aprendizagem em História e aspectos da saúde mental: Experiência na EEFM
Professora Diva Cabral / Nilo Públcio Rodrigues Neto. – 2025.
233 f. : il. color.

Dissertação (mestrado) – Universidade Federal do Ceará, Centro de Humanidades, Mestrado
Profissional em Ensino de História, Fortaleza, 2025.
Orientação: Prof. Dr. Cláudia Freitas de Oliveira.

1. Saúde mental. 2. Ensino de história. 3. autonomia. I. Título.

CDD 907.220711

NILO PÚBLIO RODRIGUES NETO

A RELAÇÃO ENSINO-APRENDIZAGEM EM HISTÓRIA E ASPECTOS DA SAÚDE
MENTAL: EXPERIÊNCIA NA EEFM PROFESSORA DIVA CABRAL

Dissertação apresentada ao Mestrado Profissional em Ensino de História da Universidade Federal do Ceará (UFC), como requisito parcial à obtenção do título de mestre em História. Área de Concentração: Ensino de História. Linha de Pesquisa: Linguagens e Narrativas Históricas; profusão e difusão.

Aprovada em: 29/05/2025.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dra. Cláudia Freitas de Oliveira (Orientadora)

Universidade Federal do Ceará (UFC)

Prof. Dr. Daniel Camurça Correia

Universidade de Fortaleza (UNIFOR)

Prof.^a Dr. Mário Martins Viana Júnior

Universidade Federal do Ceará (UFC)

Prof.^a Dra. Ana Carla Sabino (Suplente)

Universidade Federal do Ceará (UFC)

A Deus, autor e princípio de tudo.

À minha esposa, Suelane, por tudo: por tanto amor e companheirismo em todas as horas!

Aos meus pais, Nilo e Lourdes, pelo dom da vida e por me ajudarem a ser quem sou.

À minha tia Edna (*in memoriam*), por todos os ensinamentos e por jamais ter deixado de acreditar em mim.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, agradeço a Deus, cuja graça, orientação e força me sustentaram em todos os momentos desta jornada, principalmente nos momentos mais difíceis. Sinto-me abençoadão por poder contar com Sua presença em cada desafio, cada dúvida e cada conquista, reconhecendo que sem sua providência nada seria possível.

Desejo manifestar minha profunda gratidão à minha orientadora, Professora Doutora Cláudia Freitas de Oliveira, muito mais do que uma professora, uma amiga que com sua sabedoria, paciência e incentivo constantes, iluminou meu caminho, orientou minhas pesquisas, inspirou-me a buscar fazer o meu melhor e não deixou de acreditar em mim. Seu apoio incondicional e seus valiosos conselhos foram fundamentais para que este nosso trabalho se concretizasse, fruto da nossa parceria e, por isso, serei eternamente grato.

Aos professores participantes da banca examinadora – os professores Daniel Camurça, Mário Martins Viana Júnior e Ana Carla Sabino pela amizade, pelo tempo, pelas valiosas colaborações e sugestões.

A todos os professores do ProfHistória-UFC que contribuíram em minha formação, de modo especial, à minha orientadora Prof.^a Dra. Cláudia, que em uma de suas disciplinas, foi a responsável por instigar o meu interesse pelo tema da saúde mental, à nossa coordenadora Prof.^a Dra. Ana Carla que sempre lutou pelo melhor para todos; sem ela, este programa de pós-graduação não existiria, ao Prof. Dr. Daniel Camurça pela parceria de sempre, além do programa inclusive, sem esquecer dos inesquecíveis puxões da orelha da Prof.^a Dra. Ana Amélia Rodrigues que me fizeram crescer como profissional e, por fim, o nosso adorável Prof. Dr. Jailson, que acolheu nossa turma de 2023 e a mim, de modo muito particular, em um dos momentos mais delicados da minha vida, meu forte abraço e minha profunda gratidão.

Aos meus colegas da turma 2023 do ProfHistória, muito obrigado pela parceria, pelos debates enriquecedores e pelo apoio mútuo que tornaram os momentos desafiadores mais leves e os aprendizados diários ainda mais valiosos. A convivência com colegas tão dedicados e abertos ao conhecimento foi, sem dúvida, um dos elementos que tornaram minha trajetória no Mestrado tão significativa. Não posso deixar de citar nominalmente meu amigo André Rodrigues: essa dissertação é fruto da nossa parceria e amizade, além dos muros da universidade e da escola na qual tive a honra de ser seu companheiro de trabalho, meu muito obrigado.

Ao amor da minha vida e minha esposa Suelane, meu muito obrigado por estar sempre ao meu lado, com sua paciência e apoio incondicional, como sempre vencemos juntos – e, dessa vez, não poderia ser diferente. Neste período, do mestrado e da dissertação,

enfrentamos duas batalhas, esta, concretizada por essa dissertação e a mais importante de todas a batalha da vida e do nosso amor, minha profunda gratidão por compreender as minhas ausências nesse tempo. Sua compreensão e incentivo foram essenciais para que eu ultrapassasse os momentos mais difíceis e chegasse até aqui.

Não posso deixar de expressar minha profunda gratidão aos meus pais, Nilo e Lourdes, que sempre acreditaram em mim e me incentivaram a buscar meus sonhos. Seu exemplo de dedicação, trabalho e amor foi – e continuará sendo – um guia que me direciona na vida. E a minha tia Edna (*in memoriam*), que me fez acreditar que a educação tem o seu valor e que sempre me apoiou em todos os momentos. Sou quem sou, graças a ela.

Por fim, agradeço às comunidades escolares da EEFM Professora Diva Cabral e da EEMTI Professor Edmilson Guimarães de Almeida que me acolheram com carinho e apoio. De modo especial, às gestoras Franciliane Albuquerque e Ivana Garcia que me permitiram realizar meu trabalho; aos meus colegas de coordenação pela compreensão nos momentos de ausência; além disso, à Karine Gomes, pelas preciosas dicas; ao Israel Bezerra, pelo incentivo e presença amiga.

Cada um de vocês fez parte desta caminhada de aprendizado e superação. Este trabalho é fruto de um esforço coletivo e sinal de muitas bênçãos. A todos, deixo meu sincero agradecimento, na esperança de que possamos seguir trilhando caminhos de dedicação e amor pelo conhecimento.

Muito obrigado!

RESUMO

Este estudo teve como objetivo analisar e refletir sobre a história dos 40 anos de fundação da EEFM Professora Diva Cabral, utilizando esse marco histórico para problematizar os conteúdos e a relação ensino-aprendizagem na disciplina de História, além de promover a autonomia e a saúde mental dos alunos. A pesquisa partiu da hipótese de que o resgate da memória e da identidade escolar, por meio do conhecimento da história local, cria espaços de pertencimento e estimula a reflexão sobre a identidade, os desafios cotidianos e as experiências emocionais dos estudantes. Para alcançar esses objetivos, adotou-se uma metodologia qualitativa que envolveu a construção e análise de sete fontes produzidas em etapas distintas, envolvendo tanto o corpo docente quanto discente. Essas fontes foram elaboradas a partir de documentos e registros coletados antes, durante e após a Feira Cultural e Científica de 2023, cujo tema “Diva 40 anos: Identidade e Memória” orientou as atividades de pesquisa, problematização e a criação de novas fontes históricas. Complementarmente, um questionário aplicado em 2024, via Google Forms, permitiu a reflexão conjunta de alunos e docentes sobre temas como a saúde mental, o impacto da pandemia de Covid-19 e as influências da realidade socioeconômica e cultural no ambiente escolar. Motivado pela experiência prática do autor como coordenador escolar e professor do Ensino Médio, que lida diariamente com as complexidades emocionais dos alunos, o estudo formulou questões fundamentais sobre a relação entre saúde mental, ensino de História e história local, investigando como o conhecimento da comunidade pode influenciar o bem-estar dos estudantes e de que modo as condições socioeconômicas e culturais impactam esse contexto. Observou-se que o aprofundamento do conhecimento sobre a história da escola e do território contribuiu para o fortalecimento da identidade dos alunos, ajudando-os a refletir sobre suas próprias existências, desafios e potencialidades. Os resultados ressaltam que a integração entre dimensões cognitivas e afetivas no processo de ensino-aprendizagem é decisiva para a construção de um ambiente escolar acolhedor e inclusivo. Práticas pedagógicas inovadoras que promovem o autocuidado, a empatia e a inteligência emocional demonstraram que a saúde mental deve ser encarada como parte integrante da formação humana e cidadã. Em síntese, recomenda-se a continuidade e ampliação de práticas pedagógicas que integrem teoria e prática de forma inovadora e humanizada, contribuindo para ambientes escolares que valorizem tanto o conhecimento quanto o bem-estar emocional dos estudantes.

Palavras-chave: saúde mental; ensino de história; autonomia; história local.

ABSTRACT

This study aimed to analyze and reflect on the 40-year history of the founding of EEFM Professora Diva Cabral, using this historical milestone as a tool to problematize both the content and the teaching-learning relationship in the History curriculum, as well as to promote students' autonomy and mental health. The research was based on the hypothesis that the recovery of memory and school identity through the knowledge of local history creates spaces for belonging and encourages reflection on students' identities, their everyday challenges, and their emotional experiences. To achieve these objectives, a qualitative methodology was adopted, involving the construction and analysis of seven sources produced in distinct stages, incorporating contributions from both teachers and students. These sources were developed from documents and records collected before, during, and after the 2023 Cultural and Scientific Fair, whose theme "Diva 40 Years: Identity and Memory" guided the research activities, problematization, and the creation of new historical sources. Additionally, a questionnaire administered in 2024 via Google Forms allowed for a joint reflection by students and teachers on topics such as mental health, the impact of the Covid-19 pandemic, and the influences of socioeconomic and cultural realities in the school environment. Motivated by the author's practical experience as both a school coordinator and a High School teacher — roles that involve daily engagement with the emotional complexities of students — the study raised fundamental questions regarding the relationship between mental health, the teaching of History, and local history. It investigated how knowledge of community history can influence students' well-being and examined how socioeconomic and cultural conditions impact this context. It was observed that deepening the understanding of the school's and the territory's history contributes to strengthening the students' identity, helping them reflect on their own existence, challenges, and potentialities. The results underscore that integrating cognitive and affective dimensions within the teaching-learning process is crucial for creating a welcoming and inclusive school environment. Innovative pedagogical practices that promote self-care, empathy, and emotional intelligence have demonstrated that mental health should be regarded as an integral component of human and civic education. In summary, the study recommends the continuation and expansion of pedagogical practices that integrate theory and practice in an innovative and humanized manner, thereby contributing to school environments that value both knowledge and the emotional well-being of students.

Keywords: mental health; history teaching; autonomy; local history.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BNCC	Base Nacional Comum Curricular
EEFM	Escola de Ensino Fundamental e Médio
ENEM	Exame Nacional do Ensino Médio
IDEB	Índice de Desenvolvimento da Educação Básica
IDH	Índice de Desenvolvimento Humano
INSE	Indicador de nível socioeconômico
LDB	Lei de Diretrizes e Bases
NEPRE/SC	Núcleo de Atendimento e Prevenção às Violências de Santa Catarina
ONHB	Olimpíada Nacional de História do Brasil
OCHE	Olimpíada de Ciências Humanas do Estado do Ceará
PCA	Professor Coordenador de Área
PCNs	Parâmetros Curriculares Nacionais
PPP	Projeto Político Pedagógico
PPDT	Projeto Professor Diretor de Turma
SAEB	Sistema de Avaliação da Educação Básica
SEDUC	Secretaria da Educação do Estado do Ceará
Sefor	Superintendência das Escolas Estaduais de Fortaleza
UECE	Universidade Estadual do Ceará

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	15
2	REFLEXÃO ENTRE MEMÓRIAS E HISTÓRIAS: EM DIÁLOGO COM A EEFM PROFESSORA DIVA CABRAL	22
2.1	Uma breve trajetória da EEFM Professora Diva Cabral	22
2.2	Memória e ensino de História	43
3	ASPECTOS DA SAÚDE MENTAL DOS(AS) ALUNOS(AS) NA RELAÇÃO ENSINO-APRENDIZAGEM EM HISTÓRIA	54
3.1	Saúde mental e a pandemia da Covid-19	54
3.1.1	<i>Conceitos, configurações históricas e conjunturas política da Pandemia da Covid-19.....</i>	54
3.1.2	<i>Políticas Públicas, ações governamentais, estratégias e enfrentamento da Pandemia da Covid-19.....</i>	59
3.2	A escola do século XXI: desafios e possibilidades do ensino de História	65
3.2.1	<i>Desafios e Transformações no ensino de História.....</i>	65
3.2.2	<i>As Possibilidades no Ensino de História.....</i>	68
3.3	A influência da saúde mental dos alunos(as) no processo ensino- aprendizagem em História	69
3.3.1	<i>Saúde Mental e Educação: Desafios e Caminhos para um Ensino Transfor- mador.....</i>	69
3.3.2	<i>A saúde mental dos alunos e o impacto na aprendizagem</i>	72
3.3.3	<i>Ensino de História e desafios cognitivos</i>	75
3.3.4	<i>O papel da escola na promoção da saúde mental.....</i>	78
3.3.5	<i>Metodologias inclusivas e alternativas pedagógicas</i>	82
3.3.6	<i>Retomando alguns aspectos</i>	86
4	PROPOSIÇÃO DIDÁTICA: A ESCOLA COMO PROMOTORA DE SAÚDE MENTAL NA GARANTIA DE DIREITOS E CIDADANIA	88
4.1	Proposição didática: relatório de saúde mental.....	88
4.2	Estrutura do relatório: aspectos metodológicos.....	91
4.3	Resultados do relatório: a saúde mental como garantia de direitos e cidadania.....	96

4.3.1	<i>Pertinência de Discutir Saúde Mental no Ambiente</i>	96
4.3.2	<i>Compreensão dos Alunos sobre Saúde Mental.....</i>	98
4.3.3	<i>A Pandemia sob a Perspectiva dos Alunos</i>	99
4.3.4	<i>Impactos da Pandemia na Vida dos Alunos.....</i>	101
4.3.5	<i>O Luto e as Experiências de Perda.....</i>	102
4.3.6	<i>Impactos na Saúde Mental dos Alunos.....</i>	103
4.3.7	<i>Aprendizagem Durante a Pandemia.....</i>	105
4.3.8	<i>Impactos do Momento Pandêmico na Vida Escolar.....</i>	106
4.4	Análise dos Resultados do relatório: a saúde mental como garantia de direitos e cidadania.....	107
4.4.1	Análises qualitativas das turmas/grupos separadamente.....	107
4.4.1.1	<i>Maria da Penha – Explorando a percepção pessoal da saúde mental</i>	107
4.4.1.2	<i>EJA Paulo Freire – Organização mental e clareza de pensamento.....</i>	108
4.4.1.3	<i>Bárbara de Alencar – Conexão entre saúde mental e qualidade de vida</i>	108
4.4.1.4	<i>Luiz Gonzaga – Saúde mental como algo social e físico</i>	109
4.4.1.5	<i>Dom Helder Câmara – Quebrando o tabu da saúde mental.....</i>	110
4.4.1.6	<i>Antônio Conselheiro – A saúde mental como algo ativo e contínuo</i>	110
4.4.1.7	<i>Zumbi dos Palmares – Resiliência emocional e enfrentamento de desafios.....</i>	111
4.4.1.8	<i>Chico da Matilde – Saúde mental como ferramenta para superar desafios.....</i>	112
4.4.2.	Comparação entre as turmas/grupos	112
4.4.2.1	<i>Padrões comuns entre as turmas.....</i>	113
4.4.2.2	<i>Diferenças entre as turmas</i>	113
4.4.2.3	<i>Insights gerais.....</i>	114
4.4.3	Atividades interativas por turma	114
4.4.3.1	<i>Maria da Penha.....</i>	115
4.4.3.2	<i>EJA Paulo Freire.....</i>	115
4.4.3.3	<i>Bárbara de Alencar.....</i>	115
4.4.3.4	<i>Luiz Gonzaga.....</i>	115
4.4.3.5	<i>Dom Helder Câmara</i>	116
4.4.3.6	<i>Antônio Conselheiro.....</i>	116
4.4.3.7	<i>Zumbi dos Palmares</i>	116
4.4.3.8	<i>Chico da Matilde</i>	116

4.4.4.	Atividades interativas por agrupamentos	117
4.4.5.	Análise Quantitativa	118
 4.4.5.1	Categorias principais das definições	119
 4.4.5.2	Comparação das Turmas por Padrões de Respostas.....	119
 4.4.5.3	Grupos de Intervenção e Turmas Correspondentes	119
 4.4.5.4	Tendências gerais	120
 4.4.5.5	Comparação entre turmas.....	121
 4.4.5.6	Sugestões com base na análise	121
4.4.6	Propostas de intervenção	122
4.5	Sequência didática: saúde mental e ensino de História	124
 4.5.1.	Aula 1: Conceitos Básicos e Contextualização Histórica da Saúde Mental.....	124
 4.5.2.	Aula 2: Saúde Mental em Diferentes Épocas.....	126
 4.5.3	Aula 3: Movimentos Sociais e Saúde Mental.....	127
 4.5.4	Aula 4: Saúde Mental Hoje: Reflexões e Ações.....	129
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	131
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	135
	ANEXO A – EDITAL DA FEIRA CULTURAL E CIENTÍFICA.....	141
	ANEXO B – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS PROFESSORES	149
	ANEXO C – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (1º ANO CHICO DA MATILDE)	161
	ANEXO D – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (2º ANO ZUMBI DOS PALMARES)	176
	ANEXO E – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (2º ANO ANTÔNIO CONSELHEIRO)	185
	ANEXO F – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (2º ANO DOM HELDER CÂMARA).....	194
	ANEXO G – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (2º ANO LUIZ GONZAGA).....	203
	ANEXO H– FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS	

(3º ANO BÁRBARA DE ALENCAR)	212
ANEXO I – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS	
(3º ANO MARIA DA PENHA)	219
ANEXO J – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS	
(EJA PAULO FREIRE)	227

1 INTRODUÇÃO

Esta pesquisa teve como motivação a realidade vivenciada por nós no contexto escolar; tanto como coordenador, quanto como professor do Ensino Médio. Diante desse cenário, uma inquietação sempre esteve presente: as questões relacionadas à saúde mental dos(as) alunos(as) e seus impactos na relação de ensino-aprendizagem em História.

Assim, as problemáticas iniciais da pesquisa são: i) Qual a relação existente entre saúde mental, ensino de história e história local? ii) O conhecimento da história local implica na saúde mental dos discentes? iii) A realidade vivida na comunidade incide na saúde mental? iv) A partir de quais perspectivas nas interfaces entre história local e saúde mental este trabalho pode ser construído no sentido de compreender a realidade socioeconômica e cultural dos discentes? v) Quais as fontes a serem utilizadas na construção de uma história local? vi) Quais sujeitos precisam ser escutados e colocados como protagonistas no entendimento sobre aspectos da saúde mental da comunidade?

A partir dos questionamentos acima levantados, temos percebido na prática, tanto como docente quanto como gestor escolar, que à medida que os alunos conhecem a história de sua escola e da comunidade a qual habitam, sentem-se pertencentes a ela e, de certa forma, esse pertencimento os faz refletir sobre sua própria existência, sonhos, medos, esperanças e dificuldades.

Em dezembro de 2023, a EEFM Professora Diva Cabral¹ completou 40 anos de existência. Muitos dos estudantes, em depoimentos informais nas conversas pelos corredores da escola ou em reflexões formais em sala de aula, demonstram o quanto o pertencimento à comunidade escolar Diva Cabral foi e é importante para o conhecimento de si mesmos, pois à medida que conhecem a identidade da escola, refletem sobre a suas próprias identidades, algo construído socialmente.

Inicialmente a tarefa de pensar de modo mais formal e sistemático sobre o trabalho de dissertação, trouxe-nos sentimentos ambíguos, como temor, alegria, um certo desespero, por muitas ideias virem a mente, mas poucas delas de forma clara. Ao mesmo tempo, contentamento, pois à medida que buscava refletir, um caminho começava a tomar forma, os primeiros passos se davam e a história do nosso trabalho mostrava sinais de existência.

¹ Escola de ensino médio da rede pública estadual, com 1008 alunos, localizada no bairro Maraponga, periferia de Fortaleza - Ceará onde atuamos desde 2014.

Demarcar os conceitos e os autores fundamentais não foi tarefa das mais fáceis, nem mesmo conseguimos apontá-los de forma já definitiva no início da produção da dissertação, no entanto, alguns conceitos nos parecem caros e inegociáveis como memória e identidade, história local, saúde mental, ensino de História, autonomia e liberdade, consciência histórica e sujeito histórico. Com relação aos autores, referenciais nos vêm à tona: Jacques Le Goff (2003), Paul Ricouer (2007), Jörn Rüsen (2010), Circe Maria Fernandes Bittencourt (2018), Paulo Freire (2019), Flávia Caimi (2015), e Luís Fernando Cerri (2011). Todavia, não fechamos a discussão, com relação a conceitos ou autores, visto que caso se apresentem posteriormente como importantes à medida que as reflexões se aprofundem, consideraremos a contribuição para nossa pesquisa.

A realidade escolar tem se mostrado um cenário de intensas experiências e desafios que, na prática diária, ultrapassam a simples transmissão de conteúdos. É possível perceber que as dimensões pedagógicas e administrativas se entrelaçam com uma inquietude ainda maior: a relação entre os impactos das experiências vividas pelos alunos e sua saúde mental. Essa preocupação não é apenas fruto de relatos pontuais, mas de uma constatação recorrente de que o ambiente escolar, especialmente nas instituições em que a comunidade de alunos vem de contextos socioeconômicos fragilizados, assume um papel duplo, de espaço de formação e de expressão das vulnerabilidades emocionais. Nesse sentido, a presente pesquisa inspira-se na vivência prática dentro da escola para investigar a inter-relação existente entre saúde mental, ensino de História e a compreensão da história local.

A motivação para se aprofundar nesse tema nasce da consciência de que os alunos se inserem num processo de aprendizagem que vai além da memorização de fatos e datas. Ao conhecerem a história da própria escola e da comunidade onde vivem, os estudantes não apenas passam a ter uma sensação de pertencimento, mas também são levados a refletir sobre suas identidades, anseios e desafios do cotidiano. Essa relação dialética entre o passado vivido e a realidade presente propicia uma experiência formativa que dialoga com a construção do eu, incentivando a reflexão sobre sonhos, medos e a busca por perspectivas para um futuro melhor. Assim, o ensino de História – e especialmente o seu recorte local – passa a ser uma ferramenta potencializadora da saúde mental e, por conseguinte, um elemento fundamental na dinâmica do processo ensino-aprendizagem.

A escola, nesse contexto, configura-se como um espaço privilegiado de sociabilidade e de manifestação dos sujeitos. Conforme salientado por Lima Filho (2014), a instituição escolar é palco para a expressão de estilos de vida e para a construção do conhecimento do mundo, sobretudo quando os alunos, em sua maior parte oriundos de contextos periféricos,

trazem para a sala as múltiplas dimensões de suas realidades. No caso da EEFM Professora Diva Cabral, a condição de seus discentes – em sua maioria filhos de trabalhadores que, desde cedo, ingressam em atividades laborais para auxiliar no sustento familiar ou para afirmar sua autonomia – evidencia um quadro de vulnerabilidade socioeconômica e de naturalização de situações de violência e excesso de responsabilidades. Esses elementos, longe de serem meramente numéricos ou estatísticos, traduzem-se em desafios vivos que impactam diretamente a saúde emocional dos estudantes e, consequentemente, a sua capacidade de se engajarem no processo de ensino-aprendizagem.

A pandemia de Covid-19, ao impor um período de isolamento e desafios inéditos, acentuou ainda mais as fragilidades já existentes. O retorno ao ambiente escolar após o distanciamento social trouxe à tona, de maneira quase imediata, os sintomas de crises psicológicas que já vinham se manifestando de forma mais discreta em outras épocas. Problemas como ansiedade, depressão, ideação suicida e outras manifestações de sofrimento psíquico passaram a interferir na logística da aprendizagem, evidenciando a urgência de se repensar as estratégias pedagógicas e de inclusão de aspectos de saúde mental na rotina escolar. Dessa maneira, a escola não se traduz apenas como espaço para a formação acadêmica, mas assume também a função de espaço de acolhimento e de intervenção que possibilita o enfrentamento das crises emocionais e a construção de novos caminhos para a superação de desafios cotidianos.

É justamente na interface entre a saúde mental dos alunos e o ensino de História que esta pesquisa se fundamenta. A investigação propõe questionar de que forma o conhecimento da história local pode atuar como um instrumento de fortalecimento do vínculo do estudante com o meio em que vive, promovendo um ambiente de pertencimento que se reflete no bem-estar emocional. Entre os questionamentos centrais, destaca-se a indagação: a realidade da comunidade – com suas especificidades socioeconômicas e culturais – incide de maneira direta na saúde mental dos alunos? Ou, ao contrário, o processo de reconhecimento e valorização da história de seu entorno pode ser capaz de oferecer subsídios para a construção de uma identidade mais sólida, resistente às adversidades? Tais questionamentos revelam a complexidade do tema, apontando para a necessidade de uma abordagem que alie o conhecimento histórico com a compreensão das dinâmicas emocionais dos indivíduos.

A proposta de centrar o diálogo entre história local e saúde mental reside na premissa de que o ensino de História pode e deve contribuir para a formação integral dos alunos, promovendo não apenas o entendimento crítico do passado, mas também a reflexão sobre os desafios presentes. Ao considerar o território, a comunidade e a realidade vivida no dia a dia dos estudantes, espera-se que o conhecimento histórico se transforme em um instrumento de

empoderamento, capaz de incentivar a autonomia e de fomentar a produção do próprio conhecimento – uma perspectiva articulada nas ideias de autores como Ferreira (2019) e Rüsen (2010), que apontam para a importância da memória e da identidade na construção de um estado psíquico saudável.

Do ponto de vista metodológico, esta pesquisa propõe a utilização de duas tipologias documentais que se complementam. A primeira reúne a documentação institucional, abrangendo a legislação estadual e nacional, bem como o regimento escolar, que estabelecem os princípios e diretrizes orientadores para o ensino de História. A segunda tipologia consiste na produção de fontes elaboradas pela própria comunidade escolar da EEFM Professora Diva Cabral, por meio de atividades que envolvem a produção de memórias coletivas, registros fotográficos, biografias e até mesmo a criação de podcasts. Essa abordagem possibilita uma problematização dos conteúdos ensinados e da relação entre ensino e aprendizagem, além de servir como ferramenta para intervenção e promoção da saúde mental dos alunos. Tal estratégia evidencia que a educação não pode ser vista apenas sob a ótica do desempenho acadêmico, mas deve incorporar dimensões que promovam a formação afetiva e cidadã dos discentes.

Essencialmente, a intenção desta dissertação não reside na simples apresentação de dados quantitativos ou na elaboração de gráficos que mensurem, de maneira irreflexiva, os índices de ansiedade, depressão ou outras crises emocionais entre os estudantes. O interesse principal é compreender as razões subjacentes às situações de sofrimento psíquico, investigando os fatores socioeconômicos, familiares e comunitários que os agravam e, ao mesmo tempo, identificar como o conhecimento da história local pode servir como um caminho para ressignificar a experiência escolar. Em outras palavras, busca-se responder à provocativa interrogação: o local de origem do aluno exerce influência decisiva na formação de sua identidade e em sua saúde emocional? E, se assim for, de que forma essa influência pode ser revertida ou transformada pelo ensino fundamentado no conhecimento histórico e na valorização de suas raízes?

Nesse percurso investigativo, determinados elementos teóricos assumem papel de destaque. A perspectiva freiriana (2013), por exemplo, sublinha a importância de um ensino que integre a memória histórica e as experiências de vida dos alunos, tornando o processo educativo um ato de libertação e de afirmação da identidade. Ao mesmo tempo, as reflexões sobre a história local – quando vistas sob a ótica da autonomia e da produção de conhecimento – demonstram que o estudo do passado pode ser transformador, contribuindo para que os estudantes enxerguem possibilidades além das limitações impostas por seu contexto social. Assim,

de acordo com essas concepções, o ensino de História não se resume à transmissão de conteúdos, mas se configura como uma prática pedagógica fundamental para a construção do senso crítico e para o fortalecimento da saúde mental dos discentes.

Diante desse cenário, a presente pesquisa propõe analisar, a partir de uma perspectiva integrada e multidimensional, a relação entre saúde mental, história local e o processo de ensino-aprendizagem da disciplina de História. Os objetivos centrais englobam: i) investigar como o conhecimento da história da comunidade pode incidir positivamente na saúde emocional dos alunos; ii) verificar de que forma a territorialidade e as condições socioeconômicas influenciam as percepções e os comportamentos dos estudantes; e iii) identificar os impactos que a valorização dos 40 anos de fundação da escola exerce na identidade e na trajetória dos discentes. Por meio desse recorte, pretende-se, ainda, incentivar a produção de espaços de expressão, em que os alunos possam dar voz às suas experiências e construir narrativas que dialoguem com a realidade vivida, contribuindo para a transformação de seu ambiente escolar e, consequentemente, para a promoção de uma saúde mental mais robusta.

Acredita-se que a integração entre os aspectos históricos e emocionais no ambiente escolar pode abrir novas perspectivas para uma educação que não se limite ao desempenho acadêmico, mas que também promova o bem-estar e a resiliência dos jovens. A partir da análise dos documentos oficiais, dos depoimentos e das produções das próprias comunidades escolares, esta dissertação busca demonstrar que o conhecimento histórico – quando fundamentado na realidade local – pode ser um elemento crucial na construção de um sentido de pertencimento que, por sua vez, favorece a saúde mental e a qualidade de vida dos estudantes. Em última instância, o trabalho propõe repensar as práticas pedagógicas para que elas se orientem não somente pela transmissão de conteúdos, mas também pelo desenvolvimento de competências socioemocionais que facultem aos alunos o enfrentamento dos desafios impostos por um mundo em constante transformação.

Por fim, é importante ressaltar que a relevância do tema se dá tanto por sua atualidade quanto pela urgência de repensar as práticas educativas frente aos desafios contemporâneos. O reconhecimento das questões psicológicas presentes no cotidiano dos alunos, especialmente em um contexto de vulnerabilidade e adversidade, demanda a elaboração de estratégias pedagógicas inovadoras e de uma escuta ativa que integre todas as dimensões do ser humano. Assim, a pesquisa se apresenta como uma contribuição para a reflexão sobre como a História – entendida como memória viva e ferramenta de empoderamento – pode promover a transformação não só do ambiente escolar, mas de toda a comunidade que o compõe.

Esta investigação, fundamentada na conjugação entre teoria e prática, almeja gerar *insights* que extrapolam os limites da sala de aula, incentivando o diálogo entre diversos saberes e evidenciando a importância de se olhar para o outro, para si mesmo e para a comunidade a partir de uma perspectiva crítica e inclusiva. Ao dar voz aos sujeitos que, historicamente, foram relegados a posições de vulnerabilidade, o trabalho resgata a memória coletiva e propõe a construção de novos caminhos em que o conhecimento da própria história seja elemento transformador, capaz de ressignificar experiências e, essencialmente, de promover a saúde mental em seu sentido mais amplo.

Com essa abordagem introdutória, o leitor é conduzido a uma reflexão que transcende os tradicionais limites do ensino de História, abrindo espaço para uma compreensão integrada dos desafios emocionais e socioculturais que permeiam a vivência escolar. Este recorte possibilita entender que a construção do conhecimento – quando orientada para o resgate e valorização da realidade local – pode desempenhar um papel decisivo na formação crítica e emocional dos alunos, propondo novas formas de enfrentar e transformar as adversidades cotidianas.

O objetivo geral da pesquisa é analisar a relação existente entre os conceitos de saúde mental, história local e o processo de ensino-aprendizagem de História. Para atingir esse propósito, foram definidos quatro objetivos específicos que direcionam a investigação. Primeiramente, pretende-se investigar de que forma o conhecimento sobre a história local influencia a saúde mental dos alunos e, simultaneamente, como essa percepção impacta a dinâmica do ensino e da aprendizagem em História. Em seguida, a pesquisa busca explorar em que medida o território e a comunidade podem incidir sobre a saúde mental dos estudantes, estimulando uma reflexão aprofundada acerca das condições socioeconômicas do ambiente e dos seus respectivos impactos. Além disso, outro objetivo consiste em identificar os efeitos decorrentes do conhecimento dos 40 anos de fundação da EEM Professora Diva Cabral na realidade escolar, reconhecendo a importância desses marcos na formação dos alunos e na identidade da instituição. Por fim, a dissertação propõe incentivar os discentes a manifestarem e expressarem seus aprendizados por meio da produção de um memorial que combine fotos e biografias, bem como a criação de podcasts, oferecendo assim um meio inovador de divulgação e reflexão sobre as experiências adquiridas durante o percurso escolar.

Essa abordagem integrada e multidimensional visa contribuir para o desenvolvimento de um estudo aprofundado sobre a inter-relação entre saúde mental e ensino-aprendiza-

gem em História e, além disso, propõe novas formas de aproximação e expressão dos conhecimentos históricos pelos alunos, enriquecendo tanto sua formação acadêmica quanto sua vivência pessoal e social.

2 REFLEXÃO ENTRE MEMÓRIAS E HISTÓRIAS: EM DIÁLOGO COM A EEFM PROFESSORA DIVA CABRAL

Esse segundo capítulo trata da escola como um espaço central de sociabilidade, onde os alunos internalizam e externalizam suas relações sociais, construindo identidades e compreensões sobre o mundo. Inicialmente, realizamos uma breve apresentação da EEFM Professora Diva Cabral, seu contexto, bem como as ações desenvolvidas. Logo em seguida, somos convidados a refletir que o ensino de História, articulado com a memória e a história local, revela-se uma ferramenta essencial para fortalecer a autonomia dos estudantes e promover discussões sobre saúde mental, identidade e transformação social. Dessa forma, esta pesquisa busca compreender o impacto da trajetória escolar na formação crítica e na saúde mental dos discentes.

2.1 Uma breve trajetória da EEM Professora Diva Cabral

Esta pesquisa parte do ambiente escolar – palco de sociabilidades – na qual os(as) alunos(as) se apresentam como sujeitos sociais, em que externalizam e internalizam suas relações sociais. Os jovens passam na escola, grande parte de seus dias, durante muitos anos, portanto, a escola torna-se um lugar favorável e privilegiado para a expressão e adesão de estilos de vida, bem como de sua compreensão de mundo (LIMA FILHO, 2014).

A EEFM Professora Diva Cabral, criada pelo decreto Nº16.264 do dia 09/12/1983, publicado no Diário Oficial de 13/12/1983 foi inaugurada em 14/12/1983 no governo de Luiz Gonzaga Mota e do secretário Ubiratan Diniz Aguiar. A EEM Professora Diva Cabral encontra-se situada à Rua Holanda – 701, Jardim Cearense, Fortaleza (CE). Logo no início, a professora Marta Maria Albuquerque Medeiros esteve à frente da direção e na escola havia quatro salas de aula, oferecendo o ensino do Pré-Escolar à 4^a série do 1º grau (atual Ensino Fundamental I).

FIGURA 1 – Placa de inauguração da escola²

² Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

FIGURA 2 – Foto panorâmica da escola³



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

³ Disponível em: https://www.google.com/maps/contrib/115964736598772538457/photos/@-3.7946461,-38.563662,16z/data=!3m1!4b1!4m3!8m2!3m1!1e1?entry=ttu&g_ep=EgoyMDI0MDkxMC4wIKXMDSoASAFAQw%3D%3D. Acesso em: 09 set. 2024.

FIGURA 3 – Foto panorâmica da escola⁴



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

FIGURA 4 – Fachada da escola em 2011⁵



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

⁴ Disponível em: https://www.google.com/maps/contrib/115964736598772538457/photos/@-3.7946461,-38.563662,16z/data=!3m1!4b1!4m3!8m2!3m1!1e1?entry=ttu&g_ep=EgoYMDI0MDkxMC4wIKXMDSoASA FQAw%3D%3D. Acesso em: 09 set. 2024.

⁵ Arquivo pessoal da secretaria da escola.

FIGURA 5 – Fachada da escola em 2017⁶



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

No ano de 1991, a escola passou por uma recuperação e ampliação, podendo oportunizar um maior número de vagas, bem como mais conforto quanto à parte física. No ano de 1997, com a implantação do Projeto Escola Viva⁷, que foi uma iniciativa do Ministério da Educação, cujo objetivo central era oferecer programas de formação e suporte técnico-científico aos professores das redes de ensino regular. A proposta visava assegurar o acesso, a permanência e a qualidade do ensino para todos os alunos, com especial atenção às necessidades educacionais especiais, promovendo, dessa forma, a construção de uma escola verdadeiramente inclusiva, as atividades pedagógicas foram fortalecidas com a criação de oficinas aos sábados, também aconteceu a inauguração do laboratório de informática, a criação do Conselho Escolar e uma nova reforma, tornando o espaço físico da escola mais agradável.

FIGURA 6 – Foto da fachada da escola em 11 de setembro de 2024⁸

⁶ Arquivo pessoal da secretaria da escola.

⁷ Disponível em <https://www.gov.br/mec/pt-br/publicacoes-secretarias/semesp/projeto-escola-viva>. Acesso em: 08 maio 2025.

⁸ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Hoje, a unidade atende a 1008 alunos⁹, possui 60 professores e conta com as seguintes modalidades de ensino: Ensino Médio e EJA (Ensino de Jovens e Adultos), funciona em 3 turnos distintos (manhã, tarde e noite), sendo os turnos matutino e vespertino designados ao Ensino Médio, com alunos na faixa etária da adolescência de 15 a 18 anos, enquanto o turno noturno é voltado aos alunos maiores de 18 anos, que, por alguma razão, interromperam os estudos e decidiram retornar para concluir-lo. O modelo adotado é o regular o que significa que os alunos não passam o dia inteiro na escola e o público é rotativo, ou seja, em cada turno são alunos diferentes. O Núcleo Gestor é composto por uma diretora geral, Sr.^a Franciliane Albuquerque Formiga e por dois coordenadores escolares, os professores Nilo Públis Rodrigues Neto e Karine Figueiredo Gomes.

Em seu espaço físico, a escola possui dez salas de aula; uma sala em adaptação para alunos com necessidades especiais; uma sala de multimeios; um auditório; uma sala para planejamento de professores de todas as áreas do conhecimento; uma quadra poliesportiva; uma coordenação escolar; uma sala de professores; uma secretaria; uma cozinha; uma direção; dois almoxarifados; um laboratório de informática; um laboratório de ciências e uma sala de arquivo.

Apesar de possuir uma área bem expressiva, estamos na expectativa da construção de uma nova escola sem data definida. A escola completou, em dezembro de 2023, 40 anos de fundação sem reformas estruturais significativas, apresentando constantemente graves

⁹ Dados disponíveis sige.seduc.ce.gov.br. Acesso em: 09 set. 2024.

problemas nas instalações elétricas, por exemplo, quedas frequentes de energia causando o mau funcionamento dos equipamentos da escola.

Não obstante as adversidades, podemos destacar que muitos estudantes em depoimentos informais nas conversas pelos corredores da escola, como nas reflexões formais em sala de aula, tratam de demonstrar o quanto o pertencimento à comunidade escolar Diva Cabral foi e é importante para o conhecimento de si mesmo, à medida que conhecem a identidade da escola, refletem sobre a sua própria identidade, sendo essa algo construído socialmente.

Segundo a pesquisadora Cecília Azevedo:

Identidade é uma construção social e simbólica dinâmica em função de sua permeabilidade em face do contexto. Portanto, as identidades mostram-se móveis porque são contingentes. Constata-se que a identidade de um grupo não está dada de uma vez por todas por uma determinada posição que seus membros ocupam num grupo social, profissional ou organização de qualquer outra natureza. Ela é construída em função de acontecimentos que a nutrem, de circunstâncias que lhe conferem forma (AZEVEDO, 2009, p. 43).

Por essa razão, é indispensável que compreendamos a escola na qual estamos inseridos, bem como suas memórias e toda sua trajetória, sem esquecer do nosso público, os alunos(as) da EEFM Professora Diva Cabral que são, em sua grande maioria, advindos de realidades periféricas na qual são filhos de trabalhadores, além de muitos deles trabalharem e estudarem ao mesmo tempo, mesmo sendo menores de idade, exercem sua atividade laboral como entregadores de água, empacotadores e/ou repositores de mercantil, garçons e garçonetes dos diversos estabelecimentos de buffet nos arredores da escola ou em serviços vinculados ao ramo da beleza (manicures, cabelereiros ou atendentes de salão).

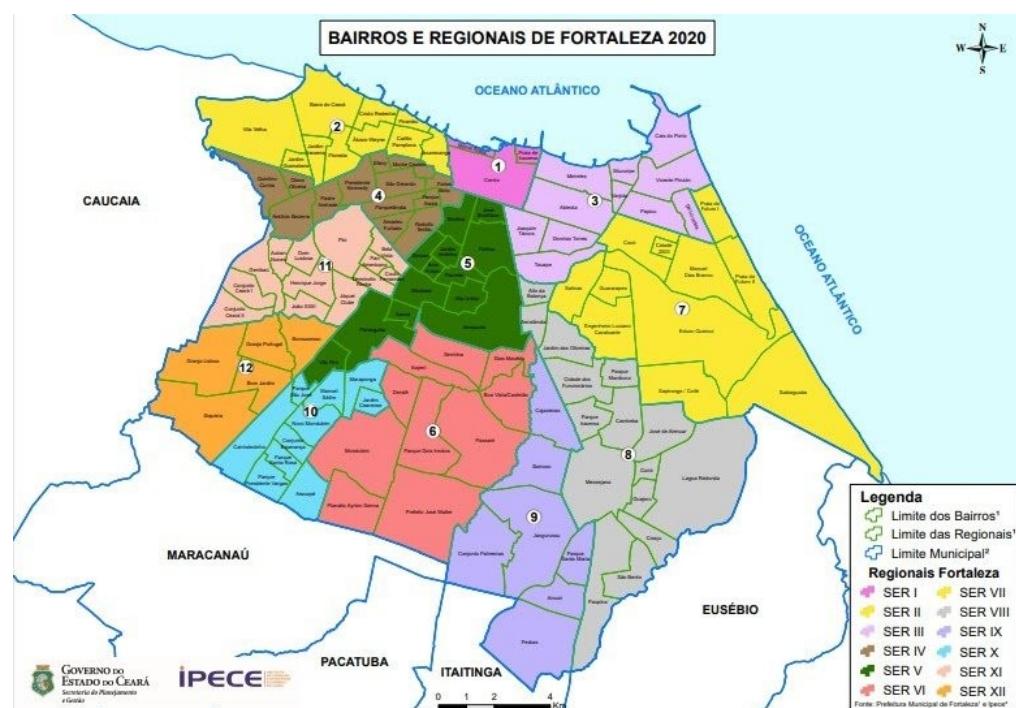
Embora situada na periferia, a EEFM Professora Diva Cabral é constituída por um público originado da classe trabalhadora. Portanto, muitos alunos trabalham e estudam simultaneamente em subempregos, como entregadores de água e comida; garçons e caixas de supermercado; não atendendo a nenhuma lei trabalhista; enquanto a minoria trabalha como jovem aprendiz. Em suma, de modo geral, percebe-se que os discentes trabalham muito e ganham pouco, sendo essas atividades vistas, como possibilidade para ajudar no sustento de casa ou em alguns casos como afirmação de sua liberdade e autonomia, e alternativa de uma futura profissão. Em muitos casos, há uma naturalização da situação de vulnerabilidade social, bem como das violências sofridas por eles no meio em que vivem e em suas atividades de trabalho.

A EEFM Professora Diva Cabral está situada próxima a um Centro Comercial conhecido como Maraponga Mart Moda. Desde 2014, a região tem crescido exponencialmente

com relação a especulação imobiliária, vemos surgir novos prédios residenciais e comerciais, novas praças e equipamentos de lazer, no entanto, alguns problemas sociais não somente persistem, como cresceram: a violência, a falta de saneamento básico, a moradia digna para muitas famílias e o consumo e a venda de entorpecentes.

Conforme dados do estudo “Desenvolvimento Humano, por bairro, em Fortaleza”, baseado no Censo Demográfico, datado de 2010, o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) do bairro Jardim Cearense¹⁰ é de 0,31, ou seja, apesar de experimentar crescente desenvolvimento em muitas áreas, o entorno da escola ainda está bem distante do considerado ideal. Vale notar que o IDH é medido de 0 a 1, quanto mais próximo de 1, maior é o desenvolvimento de determinada região.

FIGURA 7 – Foto do município de Fortaleza¹¹



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Apesar de notarmos um crescimento no IDEB (Índice de Desenvolvimento da Educação Básica) da escola, que é uma média calculada a partir do desempenho dos alunos em

¹⁰ No estudo “Desenvolvimento Humano, por bairro, em Fortaleza” (2010), o bairro Jardim Cearense ocupa a 67^a posição, dentre 119 bairros da cidade. Disponível em: <http://salasituacional.fortaleza.ce.gov.br:8081/acervo/documentById?id=22ef6ea5-8cd2-4f96-ad3c-8e0fd2c39c98>. Acesso em: 09 set. 2024.

¹¹ Disponível em: https://www.researchgate.net/figure/Figura-1-Mapa-da-cidade-de-Fortaleza-por-regioes-numeradas-fig1_350948267. Acesso em: 09 set. 2024.

Português e Matemática na prova do SAEB¹² (Sistema de Avaliação da Educação Básica), esses dados que apontam o crescimento da escola estão disponibilizados no site governamental IDEB¹³. O Indicador de nível socioeconômico (INSE) dos alunos da escola, mensurado a partir de questionários preenchidos pelos estudantes na inscrição do Exame Nacional do Ensino Médio e na aplicação da prova do SAEB, que tem como objetivo relacionar o desempenho dos discentes com as condições socioeconômicas, apontou como resultado a média 4, que é considerada baixa e esse resultado indica, segundo o Ministério da Educação:

Já neste nível, os alunos, de modo geral, indicaram que há em sua casa bens elementares, como um rádio, uma geladeira, dois telefones celulares, até dois quartos e um banheiro e, agora, duas ou mais televisões em cores; bens complementares, como videocassete ou DVD, máquina de lavar roupas, computador e possuem acesso à internet; bens suplementares, como freezer, um ou mais telefones fixos e um carro; não contratam empregada mensalista ou diarista; a renda familiar mensal está entre 1,5 e 5 salários mínimos; e seu pai e sua mãe (ou responsáveis) possuem ensino fundamental completo ou estão cursando esse nível de ensino. (BRASIL, 2015, p.3).

A atual gestão e o corpo docente pontuam alguns problemas que a escola enfrenta, como a ausência dos pais ou responsáveis – principalmente, dos alunos oriundos do Ensino Fundamental com grande defasagem nas disciplinas e, também, dos que demandam mais atenção no tocante à indisciplina, apesar dos esforços do Projeto Professor Diretor de Turma (PPDT) em convidar esses responsáveis – e a evasão escolar – principalmente no turno da noite. Para o primeiro problema, os professores diretores de turma vêm fazendo um trabalho de busca ativa, um acompanhamento individual atendendo às necessidades de cada aluno e aproximando a escola da família. Em relação ao turno da noite, o problema evidente é a falta de assiduidade dos alunos, portanto, faz-se necessária uma abordagem intensiva na resolução do problema da evasão escolar, reforçar o contato com os alunos maiores de idade e relacionar a frequência escolar como critério de nota.

Com relação aos alunos com dificuldades de aprendizagem, são realizadas as avaliações diagnósticas de Língua Portuguesa e Matemática para verificar a aprendizagem de todos os discentes, após a realização das provas e a catalogação dos resultados disponibilizados de forma online¹⁴, os docentes das áreas do conhecimento de Linguagens e Códigos, Matemática,

¹² É uma avaliação realizada a cada 2 anos nessas disciplinas com todos os alunos da 3ª série do Ensino Médio e o fluxo escolar que é a taxa de aprovação.

¹³ As notas do IDEB da EEFM Professora Diva Cabral: 2017 (3,5), 2019 (3,7), 2021 (4,0) e 2023 (4,5).

Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/areas-de-atuacao/pesquisas-estatisticas-e-indicadores/ideb> ou <https://qedu.org.br/escola/23067918-eefm-professora-diva-cabral/ideb>. Acesso em: 09 set. 2024.

¹⁴ Disponível em: <https://sisedu.seduc.ce.gov.br/>. Acesso em: 02 maio 2025.

Ciências da Natureza e Ciências Humanas buscam identificar nos planejamentos coletivos quais os saberes e habilidades que os alunos tiveram maiores dificuldades. A partir desse diagnóstico, são realizadas atividades diferenciadas a fim de motivá-los(as), como Laboratório de Matemática, Laboratório de Redação, Laboratório de Ciências da Natureza e Laboratório de Humanas, nas quais os professores, em acordo com o Núcleo Gestor, dispõem uma parte do seu tempo de planejamento individual, para trabalhar com esses alunos em pequenos grupos em horários previamente organizados pela Gestão Escolar no contraturno, se o aluno está matriculado no turno da manhã participa das aulas no turno da tarde, caso esteja matriculado a tarde participa das aulas pela manhã.

Além disso, são realizados os aulões preparatórios para o ENEM e a UECE que fazem parte de um projeto escolar chamado de Diva Aprova, acordado na Jornada Pedagógica¹⁵ para o ano letivo de 2022, nos quais temos a participação de professores das quatro áreas do conhecimento cobradas no ENEM e nos outros vestibulares como o da UECE. Inicialmente aconteciam uma vez por semana ininterruptamente de fevereiro a outubro, de acordo com os dias de planejamento. Na primeira semana, às terças – Linguagens e Códigos; na segunda e quarta semana, às quartas – Ciências da Natureza e Matemática e, na terceira semana, às quintas – Ciências Humanas, no horário das 18h30 às 20h, por inscrição, para os estudantes dos três turnos de funcionamento da escola. Até a presente data no ano de 2025, o projeto acontece no mesmo formato, mas agora todas as quartas. Esses aulões iniciaram a partir da iniciativa voluntária de professores, sendo este que vos escreve um desses. No segundo semestre de 2014, sentimos a necessidade de auxiliar os alunos em seu ingresso na universidade, além do tempo formal estabelecido em sala de aula, pois muitos deles traziam imensas dificuldades, no entanto a possibilidade de buscar outros horizontes era maior e isso nos motivava profundamente.

FIGURA 8 – Abertura do Diva Aprova em 27/02/2024¹⁶

¹⁵ Encontro dos docentes realizado no início de cada ano letivo para definição do calendário e das ações e estratégias a serem desenvolvidas.

¹⁶ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

FIGURA 9 – Abertura do Diva Aprova em 27/02/2024¹⁷



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

¹⁷ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.

É notável perceber o encantamento, o brilho nos olhos e a evolução de tantos alunos e alunas no tocante ao seu envolvimento nos projetos de maior abrangência, como a ONHB (Olimpíada Nacional de História do Brasil) e a OCHE (Olimpíadas de Ciências Humanas do Estado do Ceará). Isso nos permite refletir sobre questões extremamente importantes e também incentivavam nossos alunos a buscarem autonomia no processo de ensino e aprendizagem. Inicialmente, incentivamos a participação dos alunos e suas respectivas inscrições, por meio de um primeiro momento, no qual explicamos do que se trata as Olimpíadas, logo após, colocamo-nos à disposição para acompanhar os alunos inscritos em todas as fases para tirar as dúvidas e motivá-los nesse processo; podemos apontar de modo irrestrito que aprendemos muito mais do que ensinamos.

FIGURA 10 – Aulão preparatório da ONHB em 15 de maio de 2024.¹⁸



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Não podemos deixar de apresentar outras ações que acontecem no cotidiano escolar da escola Diva Cabral que incentivam o senso de pertencimento e o entendimento do ambiente escolar como uma casa comum, como a eleição dos representantes de sala, nas quais todas as turmas, de modo democrático, promovem a campanha e escolhem aqueles(as) que irão representá-los(as). Após o processo eleitoral, ocorre a posse dos eleitos e devidamente

¹⁸ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.

empossados, os representantes ajudam suas turmas na organização do dia a dia e esse ato representa um excelente exercício de cunho democrático e promove o surgimento de novas lideranças.

FIGURA 11 – Eleições dos alunos para representantes de sala 2024 em 12 e 14 de março de 2024¹⁹



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Outros projetos, como o Diva Antirracista, o Podcast “O PODer das Mulheres”, bem como os projetos escolares de encerramento do semestre, como a etapa escolar do Ceará Científico e o Diva Olímpico, também são fundamentais na construção da identidade escolar e de afirmação da autonomia dos nossos estudantes.

O projeto Diva Antirracista foi construído a partir do lançamento de um edital estadual para concorrer ao 2º Selo Escola Antirracista²⁰, divulgado em 2024, no qual todas as escolas da rede estadual foram convidadas a participar e construir ou amadurecer um conjunto de ações e estratégias que promovessem uma educação antirracista e assim fizessem finalmente cumprir a Lei Nº 10639/2003²¹ que trata da obrigatoriedade do ensino da História e Cultura Afro-Brasileira. Então, refletimos que muito do que era realizado com relação ao ensino da

¹⁹ Idem.

²⁰ Disponível em: https://www.seduc.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/37/2024/03/II_Edital_Selo_Escola_Antirracista_Assinado_Sec.pdf. Acesso em: 08 maio 2025.

²¹ Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.639.htm. Acesso em: 08 maio 2025.

História e Cultura Afro-Brasileira era insuficiente, pois muitas das ações se limitavam a ações pontuais e celebrativas, como aquelas voltadas a relembrar a data da abolição da escravatura em maio e o dia da Consciência Negra em novembro. Assim, a comunidade escolar decidiu pela participação no processo para concorrer ao Selo e, dessa forma, foram realizadas várias ações interdisciplinares buscando envolver o maior número de professores e alunos, o que teve um impacto bem positivo com relação à reflexão e à importância do tema da Educação antirracista.

FIGURA 12 – Ações Diva Antirracista²²



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

FIGURA 13 – Ações Diva Antirracista²³

²² Ações Diva Antirracista no Dia mundial de combate a Homofobia realizadas no dia 17/05/2024. Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.

²³ Palestra Diva Educação Antirracista com o Dr. Daniel Camurça no dia 13/05/2024. Idem



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

O projeto relacionado ao Dia Internacional das Mulheres (8 de março), que tem o podcast “PODer das mulheres” como culminância, foi criado com o intuito de tratar dessa data com uma reflexão sobre os direitos das mulheres que embora tenha sido conquistados com muita luta ainda há muito o que se transformar enquanto sociedade. Por essa razão, a escola promoveu várias ações, como roda de conversa, debate de filmes e, por fim, o podcast para tratar do tema.

FIGURA 14 – Podcast PODer das mulheres em 08/03/2024²⁴



²⁴ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

No encerramento do semestre, tivemos a etapa escolar do Ceará Científico²⁵. O Ceará Científico é um evento estadual realizado desde 2007 pela Secretaria da Educação do Estado do Ceará em três etapas: escolar, regional (dividido por regiões) e estadual. O Ceará Científico tem como objetivo promover um ambiente de experimentação e descoberta, permite que os alunos transcendam a sala de aula tradicional, estimulando a curiosidade e o pensamento crítico desde cedo, pois envolve a articulação entre as 4 grandes áreas do conhecimento (Linguagens e Códigos, Matemática, Ciências da Natureza e Ciências Humanas). Nesse cenário, o estudante não apenas adquire conhecimento, mas também aprende a questionar e a explorar novas possibilidades de forma colaborativa, fortalecendo habilidades essenciais para a resolução de problemas. Ao incentivar a criatividade e a inovação, o evento prepara os alunos para desafios acadêmicos e profissionais, criando um ciclo virtuoso de aprendizagem que pode impactar positivamente o desenvolvimento regional e nacional. Por fim, a etapa escolar do Ceará Científico promoveu o engajamento entre estudantes, professores e a comunidade, formando uma rede colaborativa que valoriza a educação e o conhecimento.

Com relação ao Diva Olímpico, evento de encerramento do ano letivo, momento muito esperado pelos alunos, esse momento desempenha um papel fundamental no ambiente educativo, pois vai muito além da simples atividade recreativa. Essa ação estimula a integração, promovem a cooperação e fortalece vínculos entre os alunos, contribuindo para um clima escolar mais harmonioso e colaborativo. Ensina a importância de se buscar um estilo de vida equilibrado, que une corpo e mente em busca do bem-estar. As atividades esportivas funcionam como um importante canal para o desenvolvimento de valores, como respeito, empatia e espírito esportivo.

FIGURA 15 – Abertura Diva Olímpico em 25/11/2024²⁶

²⁵ Disponível em: <https://www.seduc.ce.gov.br/ceara-cientifico/>. Acesso em: 08 maio 2025.

²⁶ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

FIGURA 16 – Ceará Científico Etapa Escolar em 20/06/2024²⁷



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Os temas sugeridos e as reflexões que emergem do ambiente da sala de aula, no ensino de História, lançam luz e esperança sobre as questões acima propostas. Ainda que em menor escala — mas não menos importantes —, esses elementos também contribuem para outras reflexões relevantes, impactando diretamente a vida e o cotidiano de muitos alunos e

²⁷ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.

alunas que fazem parte da minha realidade escolar. Isso se estende, inclusive, àqueles que já concluíram essa etapa e hoje expressam gratidão pelo papel significativo que a escola exerceu e continua exercendo em suas escolhas e transformações de vida.

À medida que a comunidade escolar, em especial os alunos, retomam a memória e os acontecimentos percorridos nos 40 anos de fundação da escola, temos um instrumento relevante de construção de uma fonte histórica, visto que se sentem pertencentes a esse contexto e podem refletir sobre sua vida e realidade.

Portanto, é perceptível que como arcabouço teórico e prática profissional o ensino de História é uma excelente ferramenta e laboratório para o conhecimento da história da escola, dos alunos que ali estão, bem como de construção da própria autonomia e liberdade desses alunos, enquanto sujeitos históricos responsáveis pela preservação e construção da memória e identidade escolar, sendo essa marcada por elementos de permanências e mudanças.

A partir do que foi dito acima e a citação posterior, podemos refletir que o ensino de História é fundamental para preservação das memórias construídas com o passar do tempo e um elemento extremamente importante para constituição das identidades pessoais e sociais.

Finalmente, é necessário frisar a contribuição da história para as novas gerações, considerando-se que a sociedade atual vive um presente contínuo, que tende a esquecer e anular a importância das relações que o presente mantém com o passado. Nos dias atuais, a cultura capitalista impregnada de dogmas consumistas fornece uma valorização das mudanças no moderno cotidiano tecnológico e uma ampla difusão de informações sempre apresentadas como novas e com explicações simplificadas que as reduzem aos acontecimentos imediatos. Um compromisso fundamental da História encontra-se na sua relação com a Memória, livrando as novas gerações da “amnésia social” que compromete a constituição de suas identidades individuais e coletivas. (BRASIL, 2002, p. 26).

No entanto, apesar de observar essa realidade tão dura de nossos jovens, podemos destacar muito fortemente, a influência que o ambiente escolar traz, por proporcionar outras perspectivas além daquelas previamente estabelecidas pelo contexto em que vivem. Desde 2014, temos escutado e experienciado muitos relatos de como e quanto a escola foi importante, ao sentido de possibilitar enxergar outros horizontes, tanto na vida acadêmica como profissional.

O Projeto Político-Pedagógico (PPP) da EEFM Professora Diva Cabral, datado de 2024 e atualmente em processo de adaptação, foi construído de forma coletiva pelos membros da comunidade escolar — gestão, docentes, discentes e pais de alunos —, evidenciando a necessidade de promover uma educação pública e de qualidade. Nessa proposta, valoriza-se o conhecimento de mundo dos alunos, bem como suas realidades, ao mesmo tempo em que se

busca proporcionar aos estudantes a percepção de si mesmos como sujeitos históricos, portadores de direitos e deveres. O ambiente escolar é concebido como um espaço no qual, por meio do estudo, os alunos possam transformar suas realidades e ampliar a busca pela igualdade social. Observa-se, na elaboração do documento citado, a influência da pedagogia de Paulo Freire, que prioriza uma educação libertadora, voltada para a conscientização da posição social do sujeito, suas potencialidades críticas e sua capacidade de intervir na realidade, favorecendo, assim, a articulação entre teoria e práxis (FREIRE, 2019).

Nessa perspectiva, a EEFM Professora Diva Cabral assume o compromisso político de lutar por uma sociedade mais justa, de valorização do homem e meio ambiente, proporcionando uma educação compatível com as necessidades apresentadas no século XXI. A EEFM Professora Diva Cabral reforça o compromisso da educação com a inclusão, a qualidade e o respeito à diversidade, estabelecendo uma base sólida para o desenvolvimento de políticas e práticas educacionais que atendam às demandas e às expectativas da nossa comunidade escolar.

Posto isso, a escola preocupa-se com a formação humana, que vai além do simples aprendizado acadêmico e/ou utilitário (que encaminha o aluno ao mercado de trabalho como mão de obra barata), abrangendo o desenvolvimento integral do aluno como ser humano, tais como: desenvolvimento ético e moral; desenvolvimento social e emocional; educação para a cidadania; diversidade e inclusão; desenvolvimento criativo e crítico; entre outros.

A pandemia de Covid ocorrida a partir de 2020 e o retorno presencial ao ambiente escolar, após esse período de isolamento imposto pelas consequências drásticas do vírus, trouxeram à tona uma constatação já presente, de forma mais tímida, em outros tempos; os problemas mais comuns que afetam nossos alunos são os de natureza psicológica e há nisso uma consequência quase que imediata na relação ensino-aprendizagem.

Em entrevista realizada pela pesquisadora e coordenadora do NEPRE/SC (Núcleo de Atendimento e Prevenção às Violências de Santa Catarina), Eduarda Cabral, o contexto de pandemia apresentou-se como amplificador de casos de atendimento à saúde mental, não que antes desse evento, não houvesse situações dessa natureza, no entanto, o número de atendimentos ocasionados por problemas de alunos com depressão, crise de ansiedade, autolesão e ideação suicida aumentou consideravelmente.

Para a pesquisadora Eduarda Cabral:

Sim, houve. Houve maior. A autolesão, ela já estava vindo crescente, em 2018, 2019, já vinha aumentando. A pandemia acho que ela foi um gatilho, para muitas situações que estavam ali mal resolvidas. Para você ter ideia, acho que foi ano passado que a

gente atendeu em torno de 500 situações. Não somente de autolesão, mas como um todo como NEPRE. Mas nós tivemos que acionar a rede externa com situações de ansiedade, depressão ou autolesão e ideação (CABRAL, 2022, p.168).

Ao analisar os documentos educacionais, como a LDB (Lei de Diretrizes e Bases) e os PCNs (Parâmetros Curriculares Nacionais), a saúde mental dos nossos alunos emerge como um tema da mais profunda relevância, por ser de caráter transversal, presente nos mais diversos aspectos da vida humana e, portanto, tratado em todos os âmbitos do currículo escolar, como nos indica Marlene Vieira:

No Brasil (1996), a partir da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (no 9.394), e da construção dos Parâmetros Curriculares Nacionais, a abordagem do tema Saúde foi ganhando mais consistência nas escolas, passando a ser integrado como um tema transversal, permeando todo o currículo escolar e, assim, possibilitando uma abordagem mais ampla dos diversos aspectos vinculados ao processo de saúde individual e coletiva. Os Parâmetros Curriculares Nacionais estão em congruência com os princípios de promoção de saúde em escolas indicados pela OMS, ou seja, buscam a sustentação da saúde e do aprendizado, além de integrar profissionais de saúde, educação, pais, alunos e membros da comunidade, ajudando a transformar a escola em um lugar saudável e propício ao bem-estar, ao crescimento e ao desenvolvimento. (VIEIRA et al., 2014, p.17).

Neste momento, cabem algumas provocações importantes: o local de origem do aluno influencia sua saúde mental? Quais são os impactos da saúde mental dos estudantes na relação ensino-aprendizagem? De que forma o ensino de História e o conhecimento da história local podem favorecer melhores condições de aprendizagem? Em que medida o sentimento de pertencimento à comunidade escolar contribui para o bem-estar mental dos alunos?

Esta pesquisa não se propõe a apresentar, de forma irreflexiva, dados numéricos sobre as condições socioeconômicas dos discentes ou gráficos quantitativos acerca do número de alunos com questões relacionadas à saúde mental. O objetivo é ir além dos números, buscando compreender as múltiplas dimensões envolvidas nesse contexto.

Inicialmente, podemos apontar alguns aspectos que nos ajudam a refletir sobre os problemas relacionados à saúde mental acima citados: ausência de acompanhamento e orientação de familiares e/ou responsáveis, falta de perspectivas de vida e futuro, vulnerabilidade social (desemprego, pobreza), ambiente social e familiar marcado pela violência. Por outro lado, a escola se apresenta como um ambiente potencialmente importante de proteção para os alunos, em que vislumbram outras possibilidades, desenvolvem seu senso crítico de pertença a uma comunidade com valores comuns e podem sentir-se motivados a realizar-se como pessoas, e o ensino de História, especificamente de história local, pode ser um caminho interessante para o conhecimento dessas outras possibilidades. Conforme aponta

Ferreira (2019), o ensino de História e as reflexões sobre história local apontam um caminho importante para a autonomia e produção do próprio conhecimento.

um trabalho de história local é uma ótima oportunidade para a atuação dos próprios professores e alunos como sujeitos produtores do conhecimento eleito como objeto de estudo, atendendo também às discussões psicopedagógicas que prezam por uma educação centrada na promoção da autonomia, da responsabilidade e da proatividade dos alunos (FERREIRA, 2019, p. 134).

Muitos alunos com diversos problemas como depressão, crise de ansiedade, autolesão, ideação suicida, entre outros, não conseguem permanecer durante todo o tempo das aulas no ambiente de sala, quando não faltam com frequência ou chegam até mesmo a abandonar seus estudos. Os problemas acima relatados são citados pelos próprios alunos e causados por situações como: abandono familiar por parte de todos os responsáveis ou ao menos um deles (muitos são criados por tios(as)/ avôs/ avós), falta de um acompanhamento mais próximo e efetivo da família (cabe destacar o dilema vivido por muitos responsáveis trabalhar ou cuidar dos filhos), situações de abuso sexual e/ou moral e não menos importante as condições socioeconômicas vulneráveis vividas por eles (infelizmente não são raros os casos de alunos que têm na escola a única refeição diária).

Os prejuízos causados pelos problemas mentais no sistema escolar também têm sido destacados. Jovens afetados por transtornos mentais apresentam com mais frequência rendimento acadêmico inferior, evasão escolar e envolvimento com problemas legais, e a demanda de alunos com algum tipo de problema emocional/comportamental vem preocupando educadores, que, nos últimos anos, passaram a demonstrar altos índices de afastamento do trabalho (VIEIRA et al., 2014, p. 13).

É importante destacar o esforço diário realizado pela gestão escolar e pelo colegiado de professores da escola Diva Cabral em conversar com os alunos e os pais sugerindo, para alguns casos, que procurem ajuda profissional, pois a escola conta com suporte psicológico insuficiente, para não dizer quase inexistente. A escola está situada na Sefor 3 (Superintendência das Escolas Estaduais de Fortaleza) que conta com 56 escolas e 3 profissionais para atender tamanha demanda. As famílias, quando tomam conhecimento da situação e se colocam a disposição para buscar ajuda (em sua minoria infelizmente), encontram muitas barreiras, pois não há atendimento e acompanhamento na rede pública, a demanda é muito grande para a quantidade de profissionais disponíveis e o atendimento na rede particular é inviável, pois o tratamento é oneroso para grande parte das famílias dos nossos alunos que não têm condições de subsidiar esse suporte. Por sua vez, as políticas em saúde mental de Fortaleza, por meio da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), incluindo os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), são

insuficientes para o atendimento e assistências às demandas sociais, como veremos no próximo capítulo sobre saúde mental.

Podemos perceber que mesmo diante dos problemas acima expostos na EEM Professora Diva Cabral encontram-se espaços para transformação dessa realidade e o ensino de História apresenta-se como uma ferramenta indispensável nesse processo, pois um dos nossos principais objetivos é fazer sentido e ser percebido na vida prática das pessoas, integrado às demais dimensões da vida cotidiana. Como principal referência podemos apontar Paulo Freire (2019) e sua Pedagogia Crítica e muitos outros autores que bebem de seu pensamento como Michael Apple (1998) e Henry Giroux (1997).

Conforme apresentado anteriormente, o envolvimento dos alunos em olímpiadas externas como OCHE (Olimpíada de Ciências Humanas do Estado do Ceará), ONHB (Olimpíada Nacional de História do Brasil), nos projetos escolares e nas discussões e atividades construídas em salas de aula, na qual eles são os protagonistas, desenvolve neles o senso de construção de futuros diferentes, para transformação e superação dos desafios enfrentados cotidianamente.

Em dezembro de 2023, a escola completou 40 anos de existência — uma oportunidade significativa para refletir não apenas sobre a história do local onde os(as) alunos(as) vivem, mas também sobre os impactos positivos que o conhecimento de sua realidade e de si mesmos pode exercer sobre a saúde mental.

A História Local é destacada nos Parâmetros Curriculares Nacionais (1998, p. 9) como um “[...] recurso pedagógico privilegiado [que] possibilita aos estudantes adquirirem, progressivamente, o olhar indagador sobre o mundo de que fazem parte”, pois favorece a percepção de sujeitos e objetos múltiplos no processo histórico, bem como a sistematização do conhecimento. Essa abordagem possibilita a compreensão das realidades históricas, construídas a partir de experiências individuais e coletivas.

Por fim, destaca-se a relevância e a atualidade do tema da saúde mental dos estudantes no campo de investigação e atuação do Ensino de História e da prática docente. Trata-se de uma temática ainda mais pertinente por ser de caráter obrigatório, conforme previsto nos documentos educacionais, embora continue pouco discutida — tanto formal quanto informalmente — no ambiente escolar.

2.2 Memória e ensino de História

A relação entre os conceitos de memória, história local, ensino de História e saúde mental são fundamentais para a construção de uma educação mais significativa e contextualizada. Esses conceitos interligados permitem que os alunos compreendam melhor o passado e sua influência no presente, além de valorizarem a história de suas próprias comunidades. De acordo com Freire (1974), integrar a memória e a história local no ensino de História torna o aprendizado mais relevante e significativo para os alunos, ajudando-os a desenvolver uma compreensão mais profunda e crítica do passado e de sua própria identidade.

A memória quando integrada ao ensino de História, fortalece a construção da identidade dos alunos e estabelece um elo vital com a história local. Ao reunir narrativas individuais e coletivas, essa abordagem possibilita a reconstrução de significados que dialogam diretamente com a realidade dos estudantes, tornando o aprendizado mais significativo e crítico. Essa conexão com o cotidiano revela personagens e eventos que moldaram a comunidade, promovendo um sentimento de pertencimento e valorização da identidade cultural.

Ao articular esses elementos à nossa prática pedagógica, desde tudo que é refletido e produzido em sala de aula no cotidiano, até aquilo transborda a esse ambiente, mas que é gerado por ele – a Feira Cultural e Científica (“Diva 40 anos- identidade e memória”²⁸), as ações como o podcast, a etapa escolar do Ceará Científico, o Diva Olímpico, os aulões do projeto Diva Aprova, dentre tantos outras – torna-se possível refletir sobre a importância da saúde mental no processo de ensino-aprendizagem. Espaços de diálogo e ressignificação das memórias individuais e coletivas oferecem aos alunos a oportunidade de compreender o passado e o impacto das suas experiências emocionais no presente. Dessa forma, o ensino de História se transforma em uma ferramenta emancipadora que, além de enriquecer o conhecimento histórico, fomenta o bem-estar emocional e cultiva cidadãos mais críticos, resilientes e conscientes de seu papel na sociedade.

A memória é um fenômeno complexo e multifacetado que envolve a capacidade de armazenar, reter e recuperar informações, experiências e eventos ao longo do tempo. No contexto histórico, a memória se refere às lembranças individuais e à memória coletiva, que é a soma das experiências e narrativas compartilhadas por um grupo ou sociedade. A memória coletiva é crucial para a formação da identidade cultural e histórica de uma comunidade.

Para autores como Halbwachs (2006), Nora (1984) e Pollak (1992), existem dois

²⁸ O edital está no anexo A dessa dissertação.

tipos de memória: uma individual que se refere às lembranças pessoais de cada indivíduo, os eventos e as experiências vividas por uma pessoa, é subjetiva e única para cada indivíduo e uma outra coletiva que envolve as lembranças compartilhadas por um grupo, comunidade ou sociedade, inclui tradições, mitos, histórias e eventos que moldam a identidade coletiva. Essa última relaciona-se também à preservação e transmissão de conhecimentos, práticas e valores culturais ao longo do tempo. Inclui arte, literatura, música e outras formas de expressão cultural.

A priori, a memória parece ser um fenômeno individual, algo relativamente íntimo, próprio da pessoa. Mas Maurice Halbwachs, nos anos 20-30, já havia sublinhado que a memória deve ser entendida também, ou sobretudo, como um fenômeno coletivo e social, ou seja, como um fenômeno construído coletivamente e submetido a flutuações, transformações, mudanças constantes (POLLAK, 1992, p. 201).

A memória desempenha um papel crucial na formação da identidade individual e coletiva. As lembranças e narrativas compartilhadas ajudam a construir um senso de pertencimento e coesão social. Sem memória, seria difícil para uma sociedade manter sua identidade e continuidade ao longo do tempo.

E por que se falar de memória? Ela permite que indivíduos e sociedades aprendam com o passado, ao recordar eventos históricos, erros e sucessos; é possível evitar a repetição de erros e promover o progresso. A memória histórica é essencial para a educação, pois fornece contextos e lições valiosas para as gerações futuras.

Em contextos de conflitos e injustiças, a memória desempenha um papel vital na busca por justiça e reconciliação. Lembrar e reconhecer eventos traumáticos é um passo importante para a cura e a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva. A memória ajuda a garantir que as vítimas sejam ouvidas e que os perpetradores sejam responsabilizados.

A memória cultural é fundamental para a preservação das tradições e práticas culturais. Ela garante que o conhecimento e os valores culturais sejam transmitidos de geração em geração, mantendo viva a herança cultural de um povo. Museus, arquivos e monumentos são exemplos de como a memória cultural é preservada e celebrada.

O conceito de memória tem sido amplamente discutido nas ciências humanas, especialmente na história e na educação. A memória não é apenas um repositório de informações passadas, mas um processo ativo de construção e reconstrução de significados. No contexto do ensino de História, a memória desempenha um papel crucial na formação da identidade e na compreensão crítica do passado.

A memória está intrinsecamente ligada à identidade. Ela ajuda a formar a identidade individual e coletiva, permitindo que os indivíduos se reconheçam como parte de um grupo

com uma história compartilhada. No ensino de História, trabalhar com a memória pode ajudar os alunos a se sentirem parte do processo histórico, em vez de meros espectadores. De acordo com Barros:

o ensino de História é portador da possibilidade de levar o aluno a estabelecer relações e produzir reflexões sobre culturas, espacialidades e temporalidades variadas através da construção de noções que contemplem os seus valores e os de seu grupo, desenvolvendo para isto relações cognitivas que o levem a intervir na sociedade. (BARROS, 2013, p. 5).

Ao abordar a temática da memória no ensino de história, podemos utilizar algumas estratégias pedagógicas, como: a) Uso de Narrativas Orais: Incorporar histórias e memórias de membros da comunidade pode tornar o ensino mais relevante e pessoal; b) Projetos de História Oral: Incentivar os alunos a entrevistarem familiares e membros da comunidade para coletar memórias e histórias; como também realizarem pesquisas sobre a história de sua comunidade; c) Análise Crítica de Fontes: Ensinar os alunos a diferenciarem entre memória e história, desenvolvendo habilidades críticas para analisar fontes históricas; d) Visitas a Museus e Sítios Históricos: Organizar visitas a museus locais, monumentos e sítios históricos para que os alunos possam ver de perto os vestígios do passado; e) Estudos de Caso: Analisar eventos históricos locais específicos e discutir seu impacto na comunidade.

Com o advento da tecnologia digital, a forma como armazenamos e acessamos a memória mudou drasticamente. A internet e as mídias sociais permitem que informações sejam compartilhadas instantaneamente e preservadas em formatos digitais. No entanto, isso também levanta questões sobre a autenticidade e a manipulação da memória, uma vez que informações podem ser facilmente alteradas ou distorcidas.

A tecnologia digital revolucionou a forma como armazenamos e acessamos informações. Antigamente, a memória dependia de registros físicos, como livros, fotografias e documentos. Hoje, a digitalização permite que vastas quantidades de dados sejam armazenadas em dispositivos compactos e acessadas instantaneamente de qualquer lugar do mundo. Isso democratizou o acesso à informação e facilitou a preservação de memórias pessoais e coletivas.

Apesar das vantagens, a memória digital também apresenta desafios. A rapidez com que a tecnologia se modifica pode tornar dados inacessíveis com o tempo, e a dependência de plataformas digitais para armazenar memórias pessoais pode ser arriscada. Além disso, a sobrecarga de informações e a efemeridade dos conteúdos digitais podem dificultar a retenção de memórias significativas.

A relação entre memória e tecnologia digital é dinâmica e em evolução. Enquanto

a tecnologia oferece novas formas de preservar e acessar memórias, também nos desafia a repensar como lidamos com a informação e a identidade. No futuro, será crucial encontrar um equilíbrio entre aproveitar os benefícios da tecnologia digital e proteger a integridade de nossas memórias.

Falar sobre memória é essencial porque ela é a base sobre a qual construímos nossa identidade, aprendemos com o passado e moldamos o futuro. A memória nos conecta ao nosso passado, nos ensina lições valiosas e nos ajuda a construir um futuro mais justo e inclusivo. Em um mundo em constante mudança, a memória serve como um ancoradouro, garantindo que não percamos de vista quem somos e de onde viemos.

O ensino de História tem-se consolidado em contribuições teórico-metodológicas significativamente ao longo das décadas, incorporando novos conceitos que são fundamentais para a compreensão da identidade e da memória de um grupo social. A memória, em particular, desempenha um papel crucial na formação da identidade e no entendimento do passado e do presente.

A memória é um elemento essencial no ensino de História, pois permite que os alunos se conectem com o passado de uma maneira mais pessoal e significativa. Segundo Bloch (2002), “o passado não é objeto de ciência”, mas sim uma construção contínua que se relaciona diretamente com o presente.

Esse conceito contribui para a construção da identidade de um grupo social. Ela serve como um mediador entre gerações, transmitindo valores, atitudes e conhecimentos culturais. Bosi (2003) destaca que a memória dos mais velhos pode ser utilizada como um recurso pedagógico para enriquecer o ensino de História, tornando-o mais significativo para os alunos.

A memória é um conceito fundamental no ensino de História, pois é através dela que os indivíduos e as sociedades constroem suas identidades e compreendem o passado. A memória histórica, segundo Halbwachs (2006), é uma construção social que se dá no interior dos grupos e é essencial para a formação da consciência histórica. Essa construção é dinâmica e está em constante transformação, influenciada pelas experiências e narrativas compartilhadas.

No contexto educacional, a memória pode ser utilizada como uma ferramenta pedagógica para enriquecer o ensino de história. Ao incorporar narrativas pessoais e coletivas, nós professores podemos tornar as aulas mais envolventes e significativas. Isso permite que os alunos desenvolvam uma compreensão mais profunda e crítica do passado. Conforme nos

aponta, o historiador Wellington Santos (2021, p.1) “O ensino da História tem sofrido modificações ao longo das décadas, nessa perspectiva, novos conceitos foram sendo entendidos como de fundamental importância para o entendimento da História, como a memória”.

O ensino de história tem como objetivo transmitir conhecimentos sobre eventos passados e desenvolver a capacidade crítica dos alunos para que possam interpretar e questionar as narrativas históricas. De acordo com Bittencourt (2018), o ensino de História deve promover a reflexão sobre as múltiplas perspectivas e a complexidade dos processos históricos, incentivando os alunos a serem sujeitos ativos na construção do conhecimento histórico.

A relação entre memória e ensino de História pode ser observada em diversas práticas pedagógicas, diversas metodologias podem ser empregadas para integrar a memória no ensino de História como o uso de fontes primárias, visitas a museus e a realização de projetos de história oral. Essas atividades permitem que os alunos se conectem de maneira mais profunda com o passado e compreendam a importância da memória na construção das narrativas históricas.

A oralidade, por exemplo, é uma ferramenta poderosa que pode ser utilizada para trazer à tona as experiências e narrativas pessoais dos alunos e suas famílias. Isso enriquece o conteúdo das aulas e promove um maior engajamento dos alunos.

Projetos de memória, como entrevistas com membros da comunidade ou a criação de museus escolares, são exemplos de atividades que podem ser incorporadas ao currículo de História. Esses projetos permitem que os alunos explorem a história local e se vejam como parte integrante do processo histórico. Posteriormente, no terceiro capítulo dessa dissertação, apresentaremos os produtos didáticos resultados de algumas dessas práticas.

Além disso, a memória coletiva desempenha um papel crucial na forma como os eventos históricos são lembrados e ensinados. Segundo Nora (1984), os “lugares de memória” são espaços simbólicos onde a memória coletiva é preservada e transmitida, como monumentos, museus e arquivos. Esses lugares são fundamentais para o ensino de História, pois oferecem aos alunos a oportunidade de vivenciar e refletir sobre o passado de maneira concreta e significativa. Esses lugares, como monumentos, museus e arquivos, desempenham um papel crucial na preservação da memória e na educação histórica.

Em suma, a memória e o ensino de História estão intrinsecamente ligados, pois ambos envolvem a construção e a transmissão de narrativas sobre o passado. Ao valorizar a memória no ensino de História, podemos contribuir para a formação de cidadãos críticos e conscientes de seu papel na sociedade.

Embora o uso da memória no ensino de história ofereça muitos benefícios, também

apresenta desafios. A memória é subjetiva e pode ser influenciada por fatores emocionais e culturais. Portanto, é importante que abordemos a memória de maneira crítica, ajudando os alunos a entenderem suas limitações e potencialidades. É necessário que estejamos bem preparados e tenhamos acesso a recursos adequados para implementar essas metodologias de forma eficaz. Além disso, é importante considerar as diferentes perspectivas e experiências dos alunos para garantir um ensino inclusivo e representativo.

A memória é uma ferramenta poderosa no ensino de História, capaz de promover uma compreensão mais profunda dos alunos do passado e do presente, fortalecer sua identidade e enriquecer o aprendizado. Ao integrar a memória nas práticas pedagógicas, podemos criar um ambiente de aprendizagem mais dinâmico e significativo. Ao integrar a memória nas práticas pedagógicas, podemos ajudar os alunos a desenvolverem uma identidade mais forte e um maior senso de pertencimento.

A relação entre memória, ensino de História e história local é fundamental para a construção de uma educação mais significativa e contextualizada. Esses conceitos interligados permitem que os alunos compreendam melhor o passado e sua influência no presente, além de valorizarem a história de suas próprias comunidades.

A história local, por sua vez, oferece uma perspectiva mais próxima e tangível do passado, permitindo que os alunos se conectem de maneira mais direta com os eventos históricos. A história local facilita essa reflexão ao trazer à tona eventos e personagens que fazem parte do cotidiano dos alunos, tornando o aprendizado mais significativo. Bittencourt, ao falar sobre a necessidade do ensino de história local nos dias atuais, explicita que:

a história local tem sido indicada como necessária para o ensino por possibilitar a compreensão do entorno do aluno, identificando o passado sempre presente nos vários espaços de convivência-escola, casa, comunidade, trabalho e lazer –, e igualmente por situar os problemas significativos da história do presente (BITTENCOURT, 2018, p. 168).

Ensinar história local torna o aprendizado mais relevante para os alunos, pois eles podem ver como os eventos históricos afetaram diretamente sua comunidade e suas famílias. Isso pode aumentar o interesse e o engajamento dos alunos com a disciplina. Além disso, a história local pode ajudar a fortalecer a identidade comunitária e o senso de pertencimento. Ao aprender sobre a história de sua região, os alunos podem desenvolver um maior apreço por sua cultura e tradições, além de reconhecerem a importância de preservar o patrimônio histórico local. Segundo nos afirma o pesquisador Barros:

A História Local permite ao educando perceber-se como sendo parte integrante da história, não simples espectador do ensino desta, mas objeto e sujeito, construtor de fatos e acontecimentos que não lineares, mas permeados de descontinuidades próprias do processo histórico (BARROS, 2013, p. 16).

A história local permite que os alunos se conectem de maneira mais direta e pessoal com o passado, reconhecendo a importância de sua própria comunidade na construção da história mais ampla. Ao estudar a história de sua localidade, os alunos desenvolvem um senso de pertencimento e identidade, além de valorizarem o patrimônio cultural e histórico de sua região. Segundo o pesquisador Barros:

O “lugar”, na História Local, não se relaciona apenas à dimensão local dentro da qual se produz o trabalho do próprio historiador; aqui, o “local” é trazido para uma posição importante no palco da análise historiográfica. Nada impede que esta mesma “história local” – esta história cujo historiador considerou importante chamar de “local” em virtude da centralidade que o “lugar” ocupa na sua análise historiográfica – seja também ela uma História Cultural, uma História Política ou uma História Econômica, ou inúmeras outras modalidades. (BARROS, 2009, p. 5).

Assim então, a história local se concebe como uma via de grande valia à produção de indivíduos críticos, capazes de refletir sobre si e sua localidade. Desta forma, como abordagem da história, a história local tem uma importância ímpar na formação do ser, especialmente por possibilitar ao mesmo o contato com um campo da história que se permite estar mais próximo a sua realidade. Neste contexto, acerca da história local e de suas propostas para o processo de estudo, os Parâmetros Curriculares Nacionais explicitam:

os estudos da história local conduzem aos estudos dos diferentes modos de viver no presente e em outros tempos, que existem ou que existiram no mesmo espaço. Nesse sentido, a proposta para os estudos históricos é de favorecer o desenvolvimento das capacidades de diferenciação e identificação, com a intenção de expor as permanências de costumes e relações sociais, as mudanças, as diferenças e as semelhanças das vivências coletivas, sem julgar grupos sociais, classificando-os como mais “evoluídos” ou “atrasados”. (BRASIL, 1997, p. 40).

A memória desempenha um papel vital no ensino de História, pois ela serve como uma ponte entre o passado e o presente. Utilizar memórias individuais e coletivas no ensino de História pode tornar o aprendizado mais envolvente e significativo. Por exemplo, relatos orais e testemunhos pessoais podem complementar os registros históricos, oferecendo perspectivas diversas e humanizando os eventos históricos.

No entanto, é importante abordar a memória com um olhar crítico, reconhecendo que ela pode ser seletiva e subjetiva, devemos ensinar nossos alunos a analisar criticamente as fontes de memória, comparando-as com outras evidências históricas para construir uma

compreensão mais completa e precisa do passado.

A integração da memória e da história local no ensino de História pode ser realizada através de diversas práticas pedagógicas, como exemplificado também nos tópicos anteriores. Por exemplo, o uso de fontes primárias, como documentos, fotografias e relatos orais, permite que os alunos investiguem e reconstruam o passado de sua própria comunidade. Além disso, visitas a museus locais e a realização de projetos de história oral são atividades que enriquecem o aprendizado e fortalecem a conexão dos alunos com sua própria história.

Em suma, a memória, a história local e o ensino de História estão intrinsecamente ligados, pois todos envolvem a construção e a transmissão de narrativas sobre o passado. Ao valorizar a memória e a história local no ensino de História, podemos contribuir para a formação de cidadãos críticos e conscientes de seu papel na sociedade.

O lugar é assim um ponto de encontro crucial à história local, à memória e à identidade, pois a construção e a correlação dessas concepções têm íntima ligação com esses espaços, sendo capazes de influenciar e serem influenciados pelos mesmos. Deste modo, a história local, a memória e a identidade, são concepções que permitem um olhar peculiar e específico sobre um dado lugar ou mesmo sobre um povo, mas são também pontos de vista que se encontram e podem se relacionar nesta análise (SANTOS; GOMES, 2022, p. 30).

Discutir a relação entre memória, ensino de História e história local é essencial para uma educação mais completa e contextualizada. Ao valorizar a memória e a história local, podemos tornar o ensino de história mais relevante e significativo para os alunos, ajudando-os a desenvolver uma compreensão mais profunda e crítica do passado e de sua própria identidade.

A relação entre consciência histórica, memória e o ensino de História revela uma dimensão essencial da formação do indivíduo como agente crítico e participativo na sociedade. Tanto Jörn Rüsen quanto Paulo Freire oferecem contribuições significativas para essa discussão, embora suas perspectivas emerjam de contextos e tradições diferentes. Aqui, analisaremos os conceitos desses autores, destacando os pontos de intersecção e as implicações pedagógicas.

Para Jörn Rüsen (2001), a consciência histórica é o processo pelo qual os seres humanos atribuem sentido ao tempo por meio de narrativas históricas. Ele propõe que esta consciência se constitui por três dimensões: a experiência passada, a percepção do presente e a expectativa do futuro. A formação da consciência histórica permite aos indivíduos compreenderem a mudança no tempo e situarem-se no fluxo da história.

Como Rüsen (2010) observa, a consciência histórica não é apenas a base para o entendimento do passado, mas também uma ferramenta cognitiva para orientar a vida no

presente e planejar o futuro. Essa perspectiva aponta diretamente para a importância de ensinar história como algo mais do que uma mera acumulação de fatos. O ensino deve estimular o aluno a construir narrativas que façam sentido em suas experiências pessoais e coletivas.

No contexto de Paulo Freire (2011), o ensino está enraizado na ideia de uma educação emancipadora, que prioriza o diálogo e a conscientização. A memória coletiva e individual é uma base essencial para a construção do conhecimento crítico. Freire argumenta que a educação histórica deve permitir aos alunos questionarem estruturas de poder e identificarem seu papel como agentes de transformação.

Freire (2019) afirma que não há neutralidade na educação: ou ela serve à dominação ou à libertação. Esta abordagem converge com a noção de consciência histórica de Rüsen ao enfatizar que o ensino de História deve ser orientado para capacitar o estudante a interpretar criticamente seu mundo e a transformar sua realidade.

[...] para que a educação fosse neutra era preciso que não houvesse discordância nenhuma entre as pessoas com relação aos modos de vida individual e social, com relação ao estilo político a ser posto em prática, aos valores a serem encarnados. Era preciso que não houvesse, em nosso caso, por exemplo, nenhuma divergência em face da fome e da miséria no Brasil e no mundo; era necessário que toda a população nacional mesmo que elas, miséria e fome, aqui e fora daqui, são uma fatalidade do fim do século. Era preciso também que houvesse unanimidade na forma de enfrentá-las para superá-las. Para que a educação não fosse uma forma política de intervenção no mundo era indispensável que o mundo em que ela se desse não fosse humano. Há uma incompatibilidade total entre o mundo humano da fala, da percepção, da inteligibilidade, da comunicabilidade, da ação, da observação, da comparação, da verificação, da busca, da escolha, da decisão, da ruptura, da ética e da possibilidade de sua transgressão e a neutralidade não importa de quê. (FREIRE, 2011, p. 108-109).

A memória, tanto individual quanto coletiva, é uma ponte que conecta as teorias de Freire e Rüsen. Enquanto Freire trata a memória como um campo de luta pela construção de narrativas libertadoras, Rüsen destaca a memória como um componente indispensável na formação da consciência histórica. Ambas as abordagens demandam que o ensino de História seja sensível às vivências dos alunos, promovendo o diálogo entre o passado, o presente e o futuro.

Um outro aspecto de suma importância em nosso trabalho e que terá atenção especial é o tema da saúde mental dos alunos e a relação com o ensino-aprendizagem, a ser discutida no segundo capítulo de nossa dissertação. Essa temática da saúde como tema contemporâneo transversal não é uma simples opção, mas algo necessário e obrigatório de ser discutido, segundo os parâmetros político-governamentais:

Nacionais (DCNs) sinalizaram a sua obrigatoriedade, conforme as Resoluções CNE/CEB nº 7/2010 e nº 12/2012, na BNCC eles passaram a ser considerados como conteúdos essenciais para a Educação Básica, em função de sua contribuição para o desenvolvimento das habilidades vinculadas aos componentes curriculares e amparo legal. (BRASIL, 2022, p. 16).

Por fim, podemos ressaltar que a memória desempenha um papel crucial no ensino de história, pois é através dela que preservamos e transmitimos conhecimentos e experiências do passado. No contexto do ensino de história local, a memória coletiva enriquece o aprendizado, proporcionando uma conexão mais profunda e pessoal com os eventos históricos. Ao integrar a história local no currículo, não apenas tornamos o ensino mais relevante e envolvente, mas também fortalecemos a identidade cultural e o senso de pertencimento dos alunos. Dessa forma, a memória e o ensino de História se entrelaçam para criar uma compreensão mais rica e significativa do passado, incentivando cidadãos mais conscientes e engajados com sua própria história e comunidade.

A análise dos 40 anos de fundação da EEM Professora Diva Cabral evidencia que a memória, entendida tanto em sua dimensão individual quanto coletiva, é essencial para a construção da identidade e para a prática do ensino de História. Ao integrar narrativas locais e experiências compartilhadas na formação dos alunos, o processo pedagógico transforma o ensino em uma atividade dinâmica, em que a reconstrução dos significados do passado favorece uma compreensão crítica e contextualizada dos acontecimentos históricos. Essa abordagem não só fortalece a identidade cultural dos estudantes, mas também os capacita a interpretar e questionar as múltiplas perspectivas que compõem a sua realidade.

Paralelamente, articular a memória e a história local com reflexões sobre saúde mental revela o potencial de promover um ambiente escolar mais acolhedor e autônomo. A experiência vivenciada por meio da Feira Cultural e Científica, com o tema “Diva 40 anos – Identidade e Memória”, exemplifica como a problematização dos conteúdos históricos pode ser aliada à discussão sobre o bem-estar emocional dos alunos. Ao proporcionar momentos de pesquisa, construção e diálogo, a prática pedagógica enriquece o aprendizado e incentiva a formação de cidadãos críticos e resilientes, capazes de reconhecer e valorizar o seu lugar na comunidade, contribuindo para um clima escolar saudável e transformador.

Ao resgatar a memória individual e coletiva como ferramenta fundamental no ensino de História, estabelece-se uma ponte entre o passado e o presente que fortalece a identidade cultural dos alunos e enriquece a compreensão da história local. Essa articulação valoriza as narrativas e experiências compartilhadas, permitindo que os estudantes se vejam como parte

integrante de uma comunidade, o que, por sua vez, estimula o pensamento crítico e a consciência histórica. Ao integrar essas dimensões no processo pedagógico, o ensino de história se transforma em um espaço dinâmico de reflexão que transcende a mera transmissão de fatos, promovendo a reinterpretação ativa do passado.

Ao conectar essa abordagem com a prática de refletir sobre a saúde mental, é possível perceber como o resgate das memórias e das histórias locais contribui para o bem-estar emocional dos alunos, criando um ambiente de aprendizado mais humanizado e acolhedor. Essa integração permite que o ensino de História desenvolva habilidades analíticas e críticas e incentive o diálogo sobre as vivências afetivas e os desafios contemporâneos, promovendo uma educação que valoriza tanto o conhecimento quanto a saúde emocional. Dessa forma, a prática pedagógica se afirma como instrumento de transformação social, formando cidadãos conscientes e resilientes.

Por essa razão, a partir do que discutido, refletido e produzido em termos de memória, ensino de História e história local pelos alunos na Feira Cultural e Científica, sentiu-se a necessidade de compreender melhor nossos alunos a partir de um formulário aplicado – que será mais detalhadamente esmiuçado no capítulo 4 desta dissertação – que aborda temáticas, como saúde mental e pandemia de Covid-19. A partir dos resultados e da análise deles, propomos caminhos, por meio de uma sequência didática, por meio do ensino de História, para a compreensão do tema, para que saímos de um quadro de ausência de políticas públicas sobre saúde mental e passemos a buscar estratégias de afirmação sobre a importância do tema.

3 ASPECTOS DA SAÚDE MENTAL DOS (AS) ALUNOS (AS) NA RELAÇÃO ENSINO-APRENDIZAGEM EM HISTÓRIA

Esse terceiro capítulo trata dos impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental, explorando suas configurações históricas, políticas públicas e estratégias de enfrentamento. A crise sanitária evidenciou fragilidades na gestão da saúde pública, tornando ainda mais urgente o debate sobre a saúde mental dos indivíduos. Nesse contexto, o ensino de História surge como uma ferramenta essencial para a compreensão dos desafios e transformações sociais, permitindo aos alunos refletirem sobre sua realidade e desenvolverem um olhar crítico sobre o passado e o presente.

3.1 Saúde mental e a pandemia da Covid-19

3.1.1 Conceitos, configurações históricas e conjunturas política da Pandemia da Covid-19

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a saúde mental é essencial para o bem-estar das pessoas, permitindo que enfrentem desafios, desenvolvam habilidades e participem da comunidade. Ela influencia a tomada de decisões, os relacionamentos e a construção da sociedade. Mais do que a ausência de transtornos, a saúde mental varia conforme cada indivíduo, apresentando diferentes níveis de dificuldades e impactos. As condições incluem transtornos mentais e deficiências psicossociais, podendo causar sofrimento e prejuízo funcional, mas não necessariamente comprometem o bem-estar.

A saúde mental é um aspecto fundamental do bem-estar humano e, ao longo das décadas, sua compreensão evoluiu, abrangendo fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais. Com a pandemia da Covid-19, o tema ganhou ainda mais visibilidade, tornando-se um desafio global de saúde pública, buscamos aprofundar o conceito de saúde mental e suas relações com o contexto pandêmico, evidenciando impactos psicológicos e sociais, além das respostas da sociedade diante dessa crise.

A pandemia de Covid-19, emergida no final de 2019, transformou radicalmente o cenário global, revelando fragilidades dos sistemas de saúde e forçando governos a adotar medidas emergenciais inéditas. Do ponto de vista sanitário, a rápida disseminação do vírus expôs

a vulnerabilidade das infraestruturas médicas e ressaltou a importância de cooperação internacional na busca por tratamentos e vacinas. Contudo, os impactos da pandemia extrapolaram o campo da saúde, atingindo profundamente as esferas política e econômica.

Politicamente, diversos governos enfrentaram o desafio de conciliar a urgência de medidas restritivas – como lockdowns e quarentenas – com a manutenção da ordem econômica e social. Essas decisões, muitas vezes tomadas em meio a debates intensos e polarizações, demonstraram como crises sanitárias podem desencadear transformações nos modelos de governança e na relação entre Estado e sociedade. A pandemia impulsionou, ainda, a revisão de políticas públicas, evidenciando a necessidade de investimentos em infraestrutura, educação e proteção social para fortalecer a resiliência dos países diante de futuras emergências.

No âmbito econômico, a paralisação de atividades produtivas e a interrupção das cadeias globais de suprimentos desencadearam recessões abruptas em diversos setores. Países desenvolvidos e emergentes enfrentaram quedas acentuadas no Produto Interno Bruto, alta taxa de desemprego e aumento das desigualdades sociais. Essa desaceleração econômica forçou a adoção de medidas de estímulo fiscal e monetário, buscando mitigar os efeitos da crise, embora os desafios permaneçam presentes na recuperação global.

No Brasil, a situação ganhou contornos especialmente complexos, agravada por problemas estruturais e uma histórica instabilidade política. A resposta à pandemia evidenciou divergências entre os entes federados²⁹, resultando em uma gestão fragmentada que sobrecarregou o sistema de saúde e intensificou os impactos econômicos. A crise acentuou o desemprego, reduziu investimentos e ampliou as desigualdades sociais, reforçando a necessidade urgente de reformas e de políticas inclusivas que promovam o desenvolvimento sustentável e a proteção dos mais vulneráveis. De certo modo, a pandemia de Covid-19 não se configurou apenas como uma crise sanitária, mas como um marco de transformação política e econômica, exigindo a construção de modelos de governança e desenvolvimento mais resilientes e solidários para enfrentar os desafios atuais e futuros.

A saúde mental é tradicionalmente definida, pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS)³⁰, por exemplo, como um estado de equilíbrio emocional e cognitivo que permite ao indivíduo lidar com os desafios do cotidiano, desenvolver suas potencialidades e contribuir para sua comunidade. No entanto, o conceito vai além da ausência de transtornos mentais, envolvendo uma interação dinâmica entre fatores internos e externos. As variações nas

²⁹ Disponível em: <https://noticias.uol.com.br/saude/ultimas-noticias/redacao/2021/08/13/ministerio-da-saude-doses-estados-briga-distribuicao.htm>. Acesso em: 09 maio 2025.

³⁰ Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental>. Acesso em: 28 jan. 2025.

definições são influenciadas por contextos culturais, históricos e científicos, tornando a saúde mental um campo complexo e multifacetado.

Segundo Marlene Vieira, doutora em Ciências e psicóloga clínica, estudiosa que se dedica a refletir sobre o tema da saúde mental, com especial destaque na formação de professores da educação básica:

Nas últimas décadas, o paradigma da saúde mental evoluiu, ampliando-se, extrapolando conceitos puramente biológicos, passando a considerar sintomas como fenômenos resultantes da interação complexa entre fatores genéticos, biológicos (questões estruturais do cérebro, hormônios etc.), psicológicos, sociais e culturais. (VIEIRA, 2014, p. 14).

O conceito de saúde mental é analisado sob diferentes perspectivas, cada uma contribuindo para uma compreensão mais ampla da saúde mental. A abordagem psicológica enfatiza o bem-estar emocional e cognitivo, destacando a capacidade do indivíduo de lidar com o estresse, regular suas emoções e estabelecer relações interpessoais saudáveis. Já a perspectiva médica se concentra no diagnóstico, tratamento e prevenção de transtornos mentais, considerando fatores neurobiológicos e clínicos que influenciam o funcionamento psicológico. Por fim, a abordagem social examina como as condições socioeconômicas, culturais e ambientais afetam a estabilidade psicológica dos indivíduos, ressaltando a relevância de políticas públicas e redes de apoio para a promoção da saúde mental e do bem-estar coletivo. É importante destacar que essas diferentes visões nem sempre se complementam, aliás para alguns estudiosos (AMARANTE, 2011), elas se opõem.

Ao longo da história, a concepção de saúde mental passou por transformações significativas. No passado, os transtornos mentais eram frequentemente interpretados como sinais de fraqueza ou até mesmo punições divinas, levando a práticas de isolamento e estigmatização. Entretanto, com os avanços da ciência, entre elas nas áreas de psiquiatria e psicologia, de várias áreas do conhecimento humano e das organizações social e políticas, a compreensão sobre o tema evoluiu modificou-se historicamente. Esta mudança impulsionou a criação de políticas públicas, ampliou o acesso ao cuidado especializado e multiprofissional e reforçou a importância da promoção da saúde mental como parte fundamental do bem-estar humano.

Segundo a autora Thaís Pereira e outros (2011), no artigo “O cuidado em saúde: o paradigma biopsicossocial e a subjetividade em foco”, alguns autores como George Engel (1977), Fernando González Rey, Mendes (1996), Santos & Westphal (1999), Belloch & Olabarria (1993), De Marco (2003) e Sebastiani & Maia (2005) exploraram aspectos da abordagem

biopsicossocial que entende que a saúde mental é influenciada por três grandes fatores interligados. Os fatores biológicos envolvem a genética, o funcionamento cerebral e os processos neuroquímicos, que desempenham um papel crucial na predisposição a condições como ansiedade e depressão. Os fatores psicológicos dizem respeito às experiências individuais, aos traumas vividos e às estratégias de enfrentamento adotadas, que moldam a forma como cada pessoa reage às adversidades. Já os fatores sociais abrangem as condições econômicas, as relações interpessoais e o acesso a suporte profissional, elementos que afetam diretamente o bem-estar emocional.

A saúde mental é influenciada por uma série de fatores que interagem entre si e podem impactar de maneira positiva ou negativa o equilíbrio emocional e psicológico de uma pessoa. Entre os principais aspectos que merecem atenção, podemos destacar:

Os aspectos biológicos, como predisposição genética e desequilíbrios químicos cerebrais, podem tornar alguns indivíduos mais vulneráveis a transtornos como depressão e ansiedade. Além disso, condições neurológicas específicas também podem influenciar o funcionamento mental.

As vivências e experiências pessoais exercem um papel crucial. Traumas, estresse crônico, luto e perdas significativas podem gerar impactos profundos na estabilidade emocional. A forma como uma pessoa lida com essas situações depende de diversos fatores, incluindo suporte social e estratégias de enfrentamento.

O ambiente social e cultural também tem grande influência. Relações familiares saudáveis, apoio social e acesso a serviços de saúde mental contribuem para o bem-estar psicológico, enquanto a pressão social, discriminação e ambientes hostis podem desencadear dificuldades emocionais.

O estilo de vida desempenha um papel importante na manutenção da saúde mental. Hábitos como a prática regular de exercícios físicos, alimentação equilibrada, rotina organizada e qualidade do sono ajudam a prevenir transtornos psicológicos e promovem o bem-estar.

Por fim, os fatores econômicos não podem ser ignorados. O desemprego, a insegurança financeira e as dificuldades no acesso a recursos básicos podem gerar estresse e ansiedade, afetando diretamente a qualidade de vida e a saúde mental.

Na conjuntura política contemporânea, a pandemia da Covid-19 impôs desafios significativos para a saúde mental em escala global, como o isolamento social e o distanciamento físico. O isolamento social foi uma medida essencial para conter a disseminação do vírus, mas também intensificou sentimentos de solidão e ansiedade. O medo constante de contrair a doença e as incertezas financeiras e sociais agravaram o estresse crônico, enquanto o

luto pela perda de entes queridos e pela interrupção de rotinas aprofundou o impacto psicológico.

Alguns grupos foram especialmente vulneráveis a esses efeitos. Trabalhadores da saúde enfrentaram níveis extremos de estresse e exaustão devido à sobrecarga de trabalho e à luta contra o vírus. Crianças e adolescentes passaram por mudanças bruscas no sistema educacional e vivenciaram o isolamento de amigos e atividades escolares. Os idosos, por sua vez, ficaram ainda mais isolados, além de estarem em maior risco de complicações graves.

Desde o início da pandemia, medidas de restrição, como o isolamento social, foram essenciais para conter a disseminação do vírus. No entanto, essas medidas tiveram efeitos significativos na saúde mental da população. A privação do contato físico e da convivência com amigos, familiares e colegas gerou sentimentos de solidão e desconexão social. Para muitas pessoas, especialmente idosos e indivíduos que já apresentavam transtornos psicológicos, essa situação intensificou quadros de depressão e ansiedade.

A partir da análise de artigos e matérias de jornais, podemos constatar que a população brasileira, em sua maioria, sofria com o medo da contaminação pelo vírus, a incerteza em relação ao futuro e as constantes notícias sobre casos³¹, mortes³² e dificuldades hospitalares³³ contribuíram para o aumento da ansiedade e do estresse. Segundo o artigo “Prevalência de sintomas de depressão e ansiedade em trabalhadores durante a pandemia da Covid-19”³⁴, da autora Romilda Guillan e outros, estudos apontam que a taxa de depressão cresceu significativamente durante a pandemia, sobretudo entre jovens adultos e trabalhadores que sofreram impacto financeiro.

A ansiedade também se manifestou de diversas formas, desde preocupações excessivas com a saúde até transtornos obsessivo-compulsivos relacionados à higiene e ao medo do contágio. O uso exagerado de redes sociais e informações fragmentadas também fomentou o pânico e a desinformação, agravando o sofrimento emocional.

Além disso, o luto se tornou uma experiência coletiva e recorrente, pois muitas pessoas perderam familiares e amigos para a Covid-19. Em muitos casos, as restrições impediram a realização de rituais de despedida, dificultando o processamento saudável do luto.

³¹ Disponível em: <https://brasil.elpais.com/brasil/2021-04-16/inacao-e-desinformacao-do-governo-bolsonaro-agravam-a-pandemia-no-brasil.html>. Acesso em: 09 maio 2025.

³² Disponível em: <https://g1.globo.com/jornal-nacional/noticia/2021/12/31/balanco-indica-que-2021-foi-o-ano-mais-lethal-da-pandemia-no-pais.ghtml>. Acesso em: 09 maio 2025.

³³ Disponível em: <https://g1.globo.com/am/amazonas/noticia/2021/01/14/covid-19-manaus-vive-colapso-com-hospitais-sem-oxigenio-doentes-levados-a-outros-estados-cemiterios-sem-vagas-e-toque-de-recolher.ghtml>. Acesso em: 09 maio 2025.

³⁴ Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-ojs00186>. Acesso em: 09 maio 2025.

Entre os grupos mais afetados psicologicamente durante a pandemia, os profissionais de saúde ocupam uma posição de destaque. Médicos, enfermeiros e demais trabalhadores da linha de frente enfrentaram condições extremas: carga de trabalho excessiva, desgaste emocional, falta de recursos hospitalares e risco constante de infecção.

Muitos desses profissionais podem apresentar sintomas de estresse pós-traumático, exaustão e esgotamento psicológico, além da angústia diante da alta mortalidade e da dificuldade de salvar vidas em um cenário tão caótico. A insuficiência de suporte psicológico para esses trabalhadores evidenciou a necessidade de investimentos em políticas de saúde mental para profissionais da área médica.

Conforme nos apresentam estudiosos, como Debora Noal et al. (2020) no artigo Capacitação nacional emergencial em Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Covid-19: um relato de experiência:

Uma atenção especial se faz necessária para profissionais que atuam nos serviços de saúde. Para além do risco de contaminação para si e para sua comunidade, exposição a mortes em série, frustração por não conseguir salvar vidas, sensação de perda de controle e desvalorização profissional, os trabalhadores têm que lidar ainda com dilemas éticos, como, por exemplo, priorizar o tratamento de alguns pacientes em detrimento de outros, em um cenário de escassez de recursos. A complexidade desse contexto pode resultar em sofrimento e transtornos que se manifestarão ou se estenderão mesmo após o momento mais crítico da pandemia. (NOAL et al., 2020, p. 294-295).

A pandemia escancarou desigualdades sociais que também impactaram a saúde mental de forma distinta entre diferentes grupos. Populações vulneráveis, como trabalhadores informais, pessoas de baixa renda e indivíduos com empregos instáveis, sentiram os efeitos da crise de maneira mais intensa. A preocupação com o desemprego, a falta de acesso a serviços básicos de saúde e a insegurança alimentar foram fatores que agravaram problemas psicológicos.

Além disso, principalmente nas regiões Norte e Nordeste³⁵, o acesso a atendimento psicológico e psiquiátrico foi limitado, dificultando o suporte adequado para quem precisava de acompanhamento profissional. Essas desigualdades mostraram a importância de políticas públicas mais inclusivas e acessíveis na promoção do bem-estar psicológico e psicossocial.

3.1.2 Políticas Públicas, ações governamentais, estratégias e enfrentamento da Pandemia da Covid-19

³⁵ Disponível em: <https://g1.globo.com/profissao-reporter/noticia/2021/04/28/veja-onde-procurar-atendimento-psicologico-e-psiquiatrico-publico-em-cada-estado-do-pais.shtml>. Acesso em: 09 maio 2025.

A crise sanitária provocada pela Covid-19 revelou fragilidades profundas na gestão da saúde pública no Brasil, especialmente no que se refere à saúde mental. Enquanto o governo federal não adotou medidas emergenciais para conter os impactos da pandemia na economia e na infraestrutura hospitalar, ou adotou de forma tardia, a atenção à saúde psicológica da população foi negligenciada, tornando evidente a falta de políticas públicas estruturadas para esse setor. Diante do isolamento social, do medo da doença, do luto em massa e da instabilidade econômica, milhões de brasileiros sofreram transtornos psicológicos sem acesso adequado a tratamento. Essa omissão governamental expôs um despreparo histórico para lidar com a saúde mental, escancarando a vulnerabilidade de um sistema que já operava no limite antes da pandemia.

A ausência de iniciativas concretas voltadas para o suporte psicológico durante a pandemia refletiu uma visão equivocada da gestão pública sobre o que constitui bem-estar coletivo. Enquanto países como Canadá, Alemanha e Austrália implementaram programas específicos para assistência mental emergencial, o Brasil permaneceu sem estratégias coordenadas que garantissem atendimento acessível à população, ao contrário da recomendação dos organismos internacionais de saúde³⁶. Apesar do aumento expressivo de casos de ansiedade, depressão e transtornos derivados do estresse, o governo federal não apresentou um plano nacional para fortalecer a rede de atendimento psicossocial, deixando a responsabilidade principalmente para estados e municípios, que frequentemente enfrentavam limitações de recursos.

A pandemia agravou problemas estruturais já existentes. Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), principais unidades de atendimento público para transtornos mentais, operavam com capacidade reduzida antes da crise sanitária e, durante a Covid-19, enfrentaram ainda mais dificuldades devido ao aumento da demanda e à falta de investimentos. A insuficiência de profissionais especializados e a precariedade do suporte remoto contribuíram para que muitos pacientes fossem privados do atendimento necessário, aumentando a vulnerabilidade de populações de baixa renda e dificultando a recuperação de indivíduos afetados pela crise.

Além da falha em expandir a rede de suporte psicológico, o governo brasileiro adotou um discurso contraditório em relação às consequências da pandemia na saúde mental. Enquanto especialistas alertavam sobre a necessidade de políticas públicas voltadas para a prevenção do adoecimento psicológico, a administração federal minimizava os impactos emocionais da pandemia e, em alguns momentos, propagava discursos que intensificavam a insegurança e

³⁶ Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/18-8-2020-paises-devem-ampliar-oferta-servicos-saude-mental-para-lidar-com-efeitos-da>. Acesso em: 09 maio 2025.

a polarização social. A falta de campanhas de conscientização e incentivo ao cuidado psicológico reforçou estigmas já presentes na sociedade, impedindo que muitas pessoas buscassem ajuda profissional.

O impacto do descaso governamental foi sentido em diversos setores. Estudantes enfrentaram dificuldades emocionais com a transição abrupta para o ensino remoto, trabalhadores lidaram com o aumento do estresse e da ansiedade devido à insegurança financeira, e famílias enlutadas sofreram com a ausência de suporte psicológico adequado para lidar com suas perdas. O aumento dos casos de suicídio, abuso de substâncias e transtornos emocionais a longo prazo são reflexos diretos da negligência com a saúde mental durante a pandemia. Sem ações coordenadas para tratar essa crise silenciosa, os impactos desse período continuarão sendo sentidos por anos.

A ausência de políticas públicas eficazes para lidar com a saúde mental durante a pandemia da Covid-19 no Brasil evidencia o despreparo das autoridades em lidar com emergências psicológicas e a falta de prioridade histórica dada a esse tema. A negligência governamental aprofundou desigualdades no acesso ao tratamento mental e mostrou a urgência de reformas estruturais que garantam assistência adequada à população. Sem investimento, planejamento e compromisso político, a saúde mental seguirá sendo tratada como uma questão secundária, perpetuando um cenário de vulnerabilidade e desamparo.

Além disso, na crise sanitária da Covid-19, não obtivemos registros por parte do (des)governo de Bolsonaro de campanhas de conscientização para incentivar o diálogo sobre saúde mental e reduzir os estigmas associados a transtornos psicológicos, muito pelo contrário, houve uma campanha maciça de desmonte dos serviços essenciais, como saúde e educação, iniciados no governo Temer e realizados com todos os esforços no (des)governo seguinte. O contexto vivenciado pela esmagadora parcela da população brasileira, foi de desestímulo à procura pelos serviços de saúde, em especial da vacinação, como forma mais eficaz de prevenção a Covid-19 e o fortalecimento de políticas educacionais que incentivavam a negligência e o descrédito das consequências reais da pandemia. Para a pesquisadora Cláudia Oliveira esse desmonte está caracterizado:

Observa-se deslocamento do projeto político e agenda pública nacional pelos quais, até então, eram destinados recursos para o fortalecimento e ampliação dos serviços de base comunitária. Entretanto, o então governo, além de agravar esse cenário, utilizou-se de estratégias arbitrárias e antidemocráticas, como a escassez deliberada de monitoramento dos serviços e a falta de transparência quanto às políticas de saúde mental. Suas estratégias configuraram-se ainda na tentativa de desestimular o controle social e a participação popular nas esferas institucionais de poder, tanto em nível municipal como estadual e nacional. (OLIVEIRA, 2024, p. 15).

Paralelamente, a falta de medidas de auxílio econômico e social desempenharam um papel crucial no aumento devastador dos impactos do desemprego e da insegurança alimentar. O (des)governo Bolsonaro não implementou políticas de apoio financeiro para famílias vulneráveis, aumentando níveis de estresse e ansiedade causados por dificuldades financeiras. A falta de proteção dos direitos trabalhistas e a descontinuidade de programas de assistência social, exemplificadas com a redução dos salários, o aumento da carga horária e a diminuição do poder real de compra, foram fundamentais para aumentar a situação de fragilidade da imensa maioria da população brasileira, dando prosseguimento a implantação das vergonhosas Reformas Trabalhista (2017) e da Previdência Social.

Outro aspecto relevante foi a falta de atenção dada aos profissionais de saúde, que enfrentaram uma sobrecarga extrema e altos níveis de esgotamento emocional durante a pandemia. Não foram criados programas de suporte psicológico para médicos, enfermeiros e outros trabalhadores da linha de frente, para que assim pudessem contar com apoio especializado para lidar com a pressão e o desgaste físico e emocional provocados pelo combate à crise sanitária, o que presenciamos na pandemia, foi justamente o contrário, jornadas de trabalho intensas e nenhuma política pública³⁷ que auxiliasse nesse enfrentamento. Segundo a autora Carmen Teixeira e outros autores esse descaso pode ser observado:

Um dos trabalhos feitos com médicos de Wuhan revela que estes enfrentaram enorme pressão, incluindo alto risco de infecção e proteção inadequada contra contaminação, excesso de trabalho, frustração, discriminação, isolamento, assistência a pacientes com emoções negativas, falta de contato com a família e exaustão. Esta situação causou problemas de saúde mental, como estresse, ansiedade, ocorrência de sintomas depressivos, insônia, negação, raiva e medo, problemas que não apenas afetam a atenção, o entendimento e a capacidade de tomada de decisões dos médicos, mas também podem ter um efeito duradouro em seu bem-estar geral. (TEIXEIRA et al., 2020, p. 10).

Essa ausência de estratégias de combate à Covid-19, por parte do governo Bolsonaro, demonstrou ainda mais a importância de se implantar políticas integradas para enfrentar desafios de saúde mental em momentos de crise global (OLIVEIRA, 2024). A necessidade de investimentos em suporte psicológico, conscientização, assistência social e proteção aos pro-

³⁷ Estudo atribui fracasso do Brasil na pandemia ao governo. DW, Bonn, Alemanha, 15 de abril de 2021. Disponível em: <https://www.dw.com/pt-br/estudo-atribui-fracasso-do-brasil-na-pandemia-ao-governo-federal/a-57219075>. Acesso em: 22 fev. 2025.

fissionais de saúde são alguns exemplos da importância de um olhar mais abrangente e preventivo para questões relacionadas ao bem-estar emocional da população. Essas medidas, embora emergenciais, poderiam ter contribuído para o avanço na compreensão da saúde mental como um aspecto essencial do cuidado público e da qualidade de vida.

O suporte social desempenha um papel essencial na preservação da saúde mental, pois fortalece os laços interpessoais e oferece apoio emocional em momentos de dificuldade. Durante a pandemia, a necessidade de distanciamento físico e as restrições de contato social impuseram desafios significativos para muitas pessoas, aumentando os sentimentos de solidão, ansiedade e estresse. No entanto, algumas práticas ajudaram a minimizar esses impactos, proporcionando formas alternativas de interação e acolhimento.

Uma das estratégias mais utilizadas foi a conexão digital, que permitiu que as relações interpessoais continuassem mesmo sem encontros presenciais. Plataformas de comunicação como vídeo chamadas, redes sociais e aplicativos de mensagens desempenharam um papel crucial na manutenção do contato entre amigos, familiares e comunidades, possibilitando a troca de experiências e a oferta de apoio emocional. Essas ferramentas ajudaram a reduzir o isolamento e a reforçar o sentimento de proximidade, apesar da distância física.

No entanto, é de fundamental importância destacar que as ferramentas acima citadas, infelizmente, não estiveram disponíveis a todos, principalmente aos mais vulneráveis socialmente, pois o acesso aos meios digitais não ocorreu de forma igualitária. Nossos estudantes, por exemplo, tiveram acesso às aulas de forma remota bem tarde; no final de 2020, receberam chips³⁸ da Seduc, no entanto, não tinham meios, como tablets, celulares e computadores para efetivar esse acesso, além disso, em muitos casos, não existiam as condições adequadas como um lugar disponível e tempo de qualidade.

Ademais, a participação em comunidades de apoio se mostrou extremamente benéfica para muitas pessoas que enfrentavam dificuldades emocionais. Grupos virtuais e presenciais foram criados para oferecer suporte emocional, compartilhar vivências e promover a troca de informações sobre saúde mental. Esses espaços proporcionaram acolhimento e ajudaram os participantes a lidarem com os desafios impostos pela pandemia, fortalecendo a sensação de pertencimento e compreensão mútua.

³⁸ Alunos de escolas e universidades estaduais começam a receber chips com internet. SEDUC, Fortaleza, 9 de dezembro de 2020. Disponível em: <https://www.seduc.ce.gov.br/2020/12/09/alunos-de-escolas-e-universidades-estaduais-comecam-a-receber-do-governo-do-ceara-chips-com-internet/>. Acesso em: 22 fev. 2025.

Outro aspecto relevante diz respeito ao fortalecimento das relações familiares, nas quais poderiam ser desenvolvidas novas formas de colaboração e empatia. Com a necessidade de permanecer em casa por longos períodos, muitas famílias tiveram a oportunidade de estreitar laços, reorganizar suas rotinas e aprimorar a comunicação entre seus membros. No entanto, para uma parcela significativa da população, essa convivência mais intensa resultou em interações conflituosas. Os noticiários do período evidenciam um aumento expressivo nos casos de violência doméstica, além de dados alarmantes sobre feminicídios³⁹ e estupros de vulneráveis⁴⁰.

Esses fatos demonstram que, mesmo em contextos de crise e isolamento, o suporte emocional oferecido por amigos, familiares e comunidades é essencial para mitigar os impactos psicológicos e preservar o bem-estar coletivo. Valorizar as conexões humanas e investir em interações significativas contribui para uma saúde mental mais equilibrada, reforçando a importância das redes de apoio como elemento fundamental na superação de adversidades.

Durante a pandemia, além das intervenções médicas e psicológicas convencionais, práticas de autocuidado e abordagens alternativas também se mostraram eficazes no enfrentamento do estresse e da ansiedade provocados pelas incertezas do momento. Diante dos desafios impostos pelo distanciamento social, pelas mudanças bruscas na rotina e pelas crescentes preocupações com a saúde, muitas estratégias deveriam ter sido promovidas e incentivadas pelos órgãos competentes, com foco na promoção do equilíbrio emocional.

Nesse cenário, a psicoterapia surge como uma das principais ferramentas de enfrentamento, desempenhando papel crucial na gestão do sofrimento psíquico. Com o apoio de profissionais da saúde mental, os indivíduos podem explorar sentimentos, desenvolver resiliência e adquirir técnicas para lidar de forma mais saudável com as exigências cotidianas.

Além disso, a reorganização da rotina mostrou-se essencial para estabelecer um equilíbrio mais sustentável entre trabalho e lazer. Estabelecer metas realistas, reservar momentos para atividades prazerosas e respeitar os próprios limites são estratégias valiosas para preservar a saúde mental e melhorar a qualidade de vida.

Diante de tudo isso, torna-se evidente que a pandemia, apesar de seus inúmeros desafios, também evidenciou a urgência de repensarmos a forma como cuidamos da saúde men-

³⁹ Impactos da pandemia na vida das mulheres incluem aumento da violência e feminicídio. ALECE, Fortaleza, 15 de março de 2022. Disponível em: <https://portaldoservidor.al.ce.gov.br/noticias/impactos-da-pandemia-na-vida-das-mulheres-incluem-aumento-da-violencia-e-feminicidio>. Acesso em: 01 maio 2025.

⁴⁰ BOHNENBERGER, BUENO. Os registros de violência sexual durante a pandemia de covid-19. Anuário Brasileiro de Segurança Pública, São Paulo, 2021. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2021/07/7-os-registros-de-violencia-sexual-durante-a-pandemia-de-covid-19.pdf>. Acesso em: 01 maio 2025.

tal — individual e coletivamente. A experiência vivida reforça a necessidade de uma abordagem preventiva e integral, que promova hábitos saudáveis e assegure o acesso equitativo aos serviços de saúde. Ao aprendermos com esse período marcado por negações e ausências e ao implementarmos mudanças significativas, podemos construir uma sociedade mais resiliente, empática e comprometida com o bem-estar de todos.

3.2 A escola do século XXI: desafios e possibilidades do ensino de História

3.2.1. Desafios e Transformações no ensino de História

A História é constituída pela ação e construção de diferentes atores e classes sociais, as reflexões sobre os processos históricos de onde vivemos e as relações com outros espaços e tempos diversos dos nossos, nos ajudarão a compreender esse processo. Segundo Circe Maria Bittencourt, podemos perceber:

O ensino de história pode possibilitar ao aluno “reconhecer a existência da história crítica e da história interiorizada” e “a viver conscientemente as especificidades de cada uma delas”. O estudo de sociedades de outros tempos e lugares pode possibilitar a constituição da própria identidade coletiva na qual o cidadão comum está inserido, à medida que introduz o conhecimento sobre a dimensão do “outro”, de uma “outra sociedade”, “outros valores e mitos”, de diferentes momentos históricos. (BITTENCOURT, 2004, p. 27).

O ensino de História não se limita à mera transmissão de fatos, deve ir além da repetição de contação de histórias; ele precisa incentivar a análise crítica e a interpretação dos eventos históricos. A História ensinada nas escolas deve ser um campo de investigação e reflexão, em que os alunos possam questionar e compreender as múltiplas dimensões do passado. O ensino de História é o processo de transmitir conhecimentos sobre o passado, ajudando os alunos a entenderem as transformações sociais, políticas, econômicas e culturais ao longo do tempo.

À medida que compreendemos as peculiaridades do nosso lugar, nos tornamos sujeitos mais conscientes e críticos, por essa razão, o estudo da História local nos possibilita saber mais sobre o sentido das coisas, nos permite um olhar mais questionador, dessa forma, a dimensão local das coisas na construção do conhecimento histórico, possibilita uma atitude mais investigativa tanto no âmbito individual quanto coletivo.

Faz-se necessário o estudo e a reflexão da História local, pois à medida que conhecemos nossa realidade, somos capazes de relacionar com outros contextos e assim

questionarmos determinadas estruturas, como nos indicam os documentos educacionais:

A partir dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), a história local se torna eixo temático do primeiro ciclo, incorporando a necessidade de pensar o pertencimento e a comparação com outros espaços e lugares. Gostaríamos de agregar, ainda, que os estudos da história local, atualmente, poderiam buscar uma problematização do lugar, das complexidades da vida cotidiana, consideradas como lugares de história e, sobretudo, de resistência aos poderes que impõem modos de ser e de viver às comunidades por meio das mídias e das instituições. (FERREIRA, 2019, p. 43).

O estudo de História não é apenas um mero acumulado de datas e fatos de forma linear, à medida que estudamos e fazemos história, refletimos sobre o mundo do qual somos parte, nos percebemos como parte integrante da História, a partir de nossas experiências pessoais e coletivas. Os documentos oficiais, como os PCNs (Parâmetros Curriculares Nacionais), corroboram o que foi dito na discussão teórica anterior, a medida que refletimos sobre outras sociedades seremos mais capazes de compreender a sociedade em que vivemos.

A contribuição mais substantiva da aprendizagem da História é propiciar ao jovem situar-se na sociedade contemporânea para melhor comprehendê-la. Como decorrência direta disso está a possibilidade efetiva do desenvolvimento da capacidade de apreensão do tempo enquanto conjunto de vivências humanas, em seu sentido completo. (BRASIL, 2002, p. 24).

À medida que compreendemos as peculiaridades do nosso lugar, nos tornamos sujeitos mais conscientes e críticos, por essa razão, o estudo da História local nos possibilita saber mais sobre o sentido das coisas, nos permite um olhar mais questionador, dessa forma, a dimensão local das coisas na construção do conhecimento histórico, possibilita uma atitude mais investigativa tanto no âmbito individual quanto coletivo.

A partir dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), a história local se torna eixo temático do primeiro ciclo, incorporando a necessidade de pensar o pertencimento e a comparação com outros espaços e lugares. Gostaríamos de agregar, ainda, que os estudos da história local, atualmente, poderiam buscar uma problematização do lugar, das complexidades da vida cotidiana, consideradas como lugares de história e, sobretudo, de resistência aos poderes que impõem modos de ser e de viver às comunidades por meio das mídias e das instituições. (FERREIRA, 2019, p. 43).

O ensino de História ocupa um papel fundamental na formação crítica e cidadã dos estudantes, pois permite a compreensão do passado e a relação dele com o presente e o futuro. No entanto, com as rápidas transformações tecnológicas, as mudanças sociais e culturais e a crescente valorização da interdisciplinaridade, os professores de História enfrentam desafios inéditos nas escolas do século XXI. Para que essa disciplina permaneça relevante e eficaz, é

necessário reconfigurar práticas pedagógicas, adaptando-se às novas demandas educacionais sem perder de vista sua essência reflexiva e investigativa.

Um dos principais desafios do ensino de História na atualidade está relacionado à conectividade e à distração digital. Com a popularização dos dispositivos eletrônicos e o fácil acesso à internet, os estudantes são constantemente bombardeados por informações rápidas e, muitas vezes, superficiais. Nesse cenário, o professor precisa ir além da mera transmissão de conteúdos e atuar como mediador, incentivando o pensamento crítico, a interpretação de fontes históricas e a capacidade de identificar vieses informacionais. A integração de ferramentas digitais de forma estratégica pode tornar a aula mais dinâmica e interativa, sem comprometer a profundidade da análise histórica.

Outro desafio crucial envolve a revisão de narrativas tradicionais. Por muito tempo, o ensino de História priorizou abordagens eurocêntricas, deixando de lado perspectivas de grupos marginalizados e de sociedades que não se encaixam no modelo predominante. Atualmente, há um esforço crescente para incluir múltiplas vozes, trazendo à tona histórias indígenas, africanas, femininas e populares que foram historicamente invisibilizadas. Esse movimento é essencial para formar cidadãos mais conscientes da diversidade e das interações entre diferentes culturas ao longo do tempo.

Além disso, a formação continuada dos professores de História tornou-se um aspecto indispensável diante das novas exigências educacionais. Com metodologias inovadoras sendo constantemente desenvolvidas, é essencial que os docentes tenham acesso a capacitação que os prepare para lidar com ferramentas tecnológicas e novas abordagens pedagógicas. No entanto, a sobrecarga de trabalho e a falta de investimentos em formação podem dificultar essa atualização, tornando a adaptação um processo lento e, por vezes, frustrante.

Por fim, a resistência a mudanças no ambiente escolar pode representar um obstáculo significativo. Muitas instituições de ensino ainda se apoiam em métodos tradicionais de ensino, sejam por falta de recursos ou por um apego a práticas já estabelecidas. A superação desse impasse passa pela valorização de propostas pedagógicas mais dinâmicas e pela promoção de um diálogo entre professores, gestores e estudantes, buscando soluções que conciliem inovação e viabilidade dentro das realidades educacionais diversas.

Diante de todos esses desafios, o ensino de História também se depara com grandes oportunidades de transformação. A tecnologia, quando bem utilizada, pode oferecer novas possibilidades de aprendizado; a ampliação de narrativas pode tornar a História mais representativa e acessível; e a formação docente, aliada ao incentivo de práticas inovadoras, pode garantir que

a disciplina continue cumprindo seu papel essencial na construção de cidadãos críticos e engajados. O caminho para um ensino de História mais relevante passa pela capacidade de adaptação, pela valorização da diversidade e pelo fortalecimento do pensamento reflexivo em sala de aula.

3.2.2. As possibilidades no ensino de História

A utilização de tecnologias educacionais no ensino de História tem revolucionado a forma como os estudantes interagem com o passado. Ferramentas como a realidade virtual e aplicativos interativos possibilitam experiências imersivas, permitindo visitas virtuais a locais históricos e recriações envolventes de eventos marcantes. Ao incorporar esses recursos, os alunos podem vivenciar a história de forma mais dinâmica, tornando o aprendizado mais atrativo e memorável. Muitos colegas do ProfHistória se dedicaram a refletir sobre esse tema e apresentar possibilidades estratégicas de uso das tecnologias educacionais no ensino de história, como Ferreira (2016), Rodrigues (2016), Corrêa (2017), Lopes (2017), Viana-Telles (2018), Silva (2018), Farias (2021), Fonseca (2021), Silva (2021), Gonçalves (2022), Alves (2024).

Além disso, a abordagem interdisciplinar enriquece o ensino histórico ao conectar diferentes áreas do conhecimento. Parcerias com disciplinas como Geografia, Literatura e Artes ampliam a compreensão dos eventos e contextos históricos, possibilitando uma análise mais aprofundada dos períodos estudados. Ao estabelecer essas conexões, os estudantes desenvolvem uma visão mais holística do passado e sua influência no presente.

O ensino de História também desempenha um papel fundamental na educação para a cidadania, preparando os alunos para compreenderem as raízes históricas de questões contemporâneas. A análise de temas como desigualdades sociais e mudanças climáticas a partir de uma perspectiva histórica contribui para o desenvolvimento de cidadãos críticos e conscientes, capazes de contextualizar e interpretar os desafios atuais à luz dos acontecimentos passados.

Por fim, a implementação de projetos e metodologias como a aprendizagem baseada em problemas⁴¹ (ABP) promove um aprendizado mais ativo e significativo. Ao investigar questões históricas, os estudantes desenvolvem habilidades essenciais, como pesquisa, análise crítica e argumentação. Essas práticas incentivam a autonomia e o pensamento crítico, tornando o ensino de História uma experiência dinâmica e participativa.

⁴¹ Disponível em: <https://repositorio.ifsp.edu.br/items/7989770e-295f-4900-b0c0-7de716c099da>. Acesso em: 01 maio 2025.

O ensino de História no século XXI transcende a simples transmissão de fatos, tornando-se um instrumento essencial para promover inclusão e diversidade. Ao integrar múltiplas perspectivas aos currículos, fortalecemos uma educação que representa e valoriza a pluralidade social. Essas estratégias não apenas modernizam a forma como a História é ensinada, mas também estimulam o engajamento dos alunos, tornando-os protagonistas na construção do conhecimento.

Diante dos desafios, é fundamental apostar em tecnologias inovadoras e metodologias ativas, tornando a aprendizagem mais dinâmica e acessível. Além disso, uma abordagem inclusiva garante que todos os estudantes se sintam parte do processo, desenvolvendo pensamento crítico e consciência histórica. Segundo o historiador Alves,

Como qualquer outro objeto, feito para fins pedagógicos ou adaptado para o uso em sala, os jogos devem ser compreendidos em sua integralidade, possibilitando uma análise crítica a respeito do que eles reproduzem. A título de exemplo, se um professor tivesse interessado em abordar a Primeira Guerra Mundial (1914-1918) em sala de aula utilizando jogos como objetos de aprendizagem histórica, precisaria criar espaços para que os alunos, de forma independente, percebam as condições em que os jogos foram produzidos e como essas condições de produção reverberam no conteúdo apresentado pelo título. (ALVES, 2024, p. 53).

Nesse contexto, enquanto professores desempenhamos um papel central como mediadores e guias, incentivando reflexões que conectam passado, presente e futuro. Ao compreendermos a História como uma ferramenta de transformação, criamos um ambiente educacional mais justo e capaz de preparar cidadãos para construir um mundo mais equitativo e consciente.

3.3 A influência da saúde mental dos alunos no processo ensino-aprendizagem em História

3.3.1 Saúde Mental e Educação: Desafios e Caminhos para um Ensino Transformador

Um outro aspecto de suma importância em nosso trabalho é o tema da saúde mental dos alunos e a relação com o ensino-aprendizagem, essa temática da saúde como tema contemporâneo transversal não é uma simples opção, mas algo necessário e obrigatório de ser discutido, segundo os parâmetros político-governamentais:

Enquanto nos PCNs eles eram recomendações facultativas, as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs) sinalizaram a sua obrigatoriedade, conforme as Resoluções CNE/CEB nº 7/2010 e nº 12/2012, na BNCC eles passaram a ser considerados como conteúdos essenciais para a Educação Básica, em função de sua contribuição para o desenvolvimento das habilidades vinculadas aos componentes curriculares e amparo legal. (BRASIL, 2022, p. 16).

Os documentos educacionais tratam do tema da saúde não somente de forma genérica, mas relacionada a saúde mental, como destacam as Competências Gerais da Educação Básica da BNCC, de modo especial a competência nº8, presente na introdução do documento norteador:

8 - Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua Saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocritica e capacidade para lidar com elas. (BRASIL, 2018, p. 10).

Podemos observar que é fundamental a inter-relação entre conhecimento da História local e da realidade dos alunos, saúde mental e aprendizagem significativa dos discentes, são aspectos que não devem ser considerados separadamente. Conforme nos afirma, um dos documentos norteadores, o Caderno Saúde da BNCC, da série temas contemporâneos transversais:

b) Problematizar as questões da saúde de tal modo como se manifestam na dinâmica do cotidiano e como se articulam com as questões das desigualdades econômicas e sociais locais que colocam a saúde individual e coletiva em risco:

- A saúde enfrenta diversos desafios na sociedade contemporânea que atingem as juventudes. Um deles é a percepção de que o bem-estar individual e coletivo depende da articulação entre setores da cultura, esporte, lazer, trabalho, economia, ética e política. Para os jovens os dilemas em saúde, demandam posicionamento sobre as drogas, os padrões estéticos, a gravidez precoce, as doenças sexualmente transmissíveis, a sustentabilidade, as violências, o suicídio, dentre tantas outras questões cotidianas que devem ser abordadas pela escola. As desigualdades econômicas e sociais são fatores determinantes que afetam fortemente a saúde dos jovens. Por isso, a necessidade de contextualizar a realidade local na sala de aula, se fazendo a necessária Transversalização da Macroárea Saúde, de modo que os componentes curriculares façam sentido e que se implementem projetos em saúde protagonizados pelos jovens. (BRASIL, 2022, p. 46).

A saúde mental dos alunos tem um impacto significativo no processo de ensino-aprendizagem, especialmente em disciplinas como História, que exigem interpretação, reflexão crítica e conexão com diferentes contextos sociais e culturais. Estudos indicam que o bem-estar emocional dos estudantes influencia diretamente sua capacidade de concentração, retenção de informações e participação ativa nas aulas.

A literatura em saúde mental tem identificado o sistema escolar como um espaço estratégico e privilegiado na implementação de políticas de saúde pública para jovens, passando a destacá-lo como principal núcleo de promoção e prevenção de saúde mental para crianças e adolescentes, atuando no desenvolvimento de fatores de proteção e na redução de riscos ligados à saúde mental. Pesa, nesse sentido, o fato de a escola concentrar em um ambiente único a maior parte da população jovem do País, por boa

parte do dia, desde a primeira infância, desenvolvendo um trabalho sistematizado e contínuo, passível de ser adaptado. Escolas também são mais acessíveis à população que os serviços de saúde mental e propiciam a realização de intervenções com menos estigma para alunos e familiares. (VIEIRA, 2014, p. 16).

A escola desempenha um papel fundamental na promoção da saúde mental, criando um ambiente seguro e acolhedor, além de incentivar habilidades socioemocionais que ajudam os alunos a lidar com desafios acadêmicos e pessoais. Professores que compreendem a importância da saúde mental podem adaptar suas metodologias para tornar o aprendizado mais acessível e significativo, promovendo debates, atividades colaborativas e estratégias que estimulem o engajamento dos estudantes.

A relação entre saúde mental e aprendizagem tem sido cada vez mais discutida no meio acadêmico e educacional. Com o aumento dos desafios emocionais enfrentados pelos estudantes, principalmente em períodos de grande exigência acadêmica, compreender como o bem-estar psicológico influencia o desempenho escolar torna-se essencial. No ensino de História, que demanda interpretação, análise crítica e estabelecimento de conexões entre fatos e contextos, a estabilidade emocional dos alunos pode impactar diretamente sua capacidade de absorção do conteúdo e engajamento na disciplina.

Este texto tem como objetivo analisar os principais desafios enfrentados pelos alunos, e quais as estratégias que podem ser utilizadas para tornar o ambiente educacional mais favorável ao desenvolvimento cognitivo e emocional.

A saúde mental refere-se ao estado emocional, psicológico e social de um indivíduo e influencia diretamente sua forma de pensar, sentir e agir. No ambiente escolar, esse fator desempenha um papel crucial na motivação, na capacidade de concentração e na interação social dos alunos. Estudantes que enfrentam dificuldades emocionais, como ansiedade, depressão e estresse, muitas vezes apresentam dificuldades em se envolver com o conteúdo, interpretar informações e participar ativamente das atividades propostas.

No ensino de História, a carga emocional pode ser ainda maior. A disciplina lida com temas sensíveis, como guerras, conflitos sociais e injustiças históricas, que podem gerar impacto emocional nos estudantes, sobretudo naqueles que já enfrentam fragilidades psicológicas. Além disso, as exigências acadêmicas, como provas, trabalhos e leituras extensas, podem agravar problemas emocionais, tornando o aprendizado mais desafiador.

A saúde mental dos estudantes desempenha um papel fundamental no processo de aprendizado e na construção do conhecimento, influenciando diretamente o desempenho escolar e a forma como os alunos lidam com desafios acadêmicos e sociais. Este trabalho explora a

relação entre saúde mental e o aprendizado, destacando os desafios emocionais vivenciados no ensino de História e a importância de metodologias educacionais inclusivas para fortalecer a experiência dos estudantes.

O desempenho escolar não pode ser analisado apenas sob a ótica das capacidades cognitivas dos alunos; fatores emocionais e psicológicos exercem grande impacto sobre sua motivação, concentração e capacidade de absorver conteúdos. O ensino de História, em particular, pode despertar reflexões profundas sobre identidade, cultura e sociedade, exigindo dos alunos um nível de maturidade emocional para lidar com temas muitas vezes complexos ou sensíveis.

Diante disso, a implementação de práticas pedagógicas inclusivas e o desenvolvimento de estratégias institucionais que promovam um ambiente escolar mais acolhedor são essenciais. Métodos de ensino que levem em consideração diferentes perfis de aprendizagem e respeitem a diversidade emocional dos alunos contribuem para um aprendizado mais eficaz e significativo. Além disso, a criação de espaços de diálogo e apoio psicológico dentro das escolas pode auxiliar na redução do impacto de dificuldades emocionais e garantir que os estudantes encontrem suporte adequado para enfrentar desafios.

Ao reconhecer a importância da saúde mental dos estudantes como elemento essencial para um ensino de qualidade, este estudo busca fomentar o debate sobre a necessidade de políticas educacionais mais sensíveis às demandas emocionais dos alunos, promovendo não apenas o aprendizado acadêmico, mas também o bem-estar e o desenvolvimento integral dos indivíduos.

3.3.2 A saúde mental dos alunos e o impacto na aprendizagem

A saúde mental dos estudantes desempenha um papel fundamental no seu desempenho acadêmico e na forma como se relacionam com o conhecimento. Quando um aluno enfrenta desafios emocionais, como ansiedade, depressão ou estresse, sua capacidade de concentração, retenção de informações e participação ativa nas atividades escolares pode ser comprometida. Essa realidade é especialmente relevante no ensino de História, que exige habilidades interpretativas, pensamento crítico e análise de contextos sociais e políticos. Os aspectos acima mencionados podem ser apontados no trecho do artigo: “Covid-19: repercussões na saúde mental de estudantes do ensino superior”:

Antes da pandemia de Covid-19, alguns estudos já haviam identificados os estudantes universitários como uma classe com muitos desafios que afetam a saúde mental. Por

exemplo, de acordo com Auerbach et al., um em cada cinco estudantes universitários sofre de um ou mais distúrbios mentais diagnosticáveis em todo o mundo. (OLIVEIRA et al., 2011, p. 207).

Ela pode ser compreendida como o estado de equilíbrio emocional e psicológico que permite a uma pessoa lidar com desafios, tomar decisões e manter relações saudáveis com os outros e consigo mesma. No contexto escolar, esse equilíbrio é essencial para o engajamento acadêmico, a motivação e o desenvolvimento intelectual dos estudantes.

A saúde emocional dos estudantes desempenha um papel fundamental em seu processo de aprendizado. Quando um aluno bem emocionalmente, ele consegue absorver e processar melhor as informações apresentadas em sala de aula. Além disso, a qualidade das suas interações com colegas e professores melhora significativamente, favorecendo um ambiente de aprendizado mais colaborativo e enriquecedor. Em contrapartida, dificuldades emocionais podem impactar negativamente sua capacidade de concentração, motivação e compreensão, tornando o ato de aprender um desafio constante.

Estudos realizados dentro do campo da psicologia cognitiva e da neurociência educacional demonstram que as emoções desempenham um papel categórico em processos cognitivos centrais, como a atenção, a memória e a motivação. O modelo de processamento de informações, que postula a aquisição e o processamento de dados pelo cérebro, e teorias mais contemporâneas, que reconhecem a interação entre fatores emocionais e cognitivos, evidenciam que as emoções influenciam diretamente esses processos (BARROS, 2025, p. 3).

Os estudantes enfrentam desafios constantes que impactam diretamente sua saúde mental e, consequentemente, seu desempenho acadêmico. A pressão por resultados, a competitividade escolar e até mesmo questões pessoais podem tornar o ambiente de aprendizado um grande fator de estresse.

A exigência por notas altas e aprovações em exames cria um cenário de intensa cobrança, muitas vezes levando os alunos a desenvolverem ansiedade e insegurança quanto às suas capacidades. Além disso, problemas familiares e sociais, como dificuldades financeiras e conflitos interpessoais, podem interferir diretamente na concentração e na motivação para estudar.

Outro aspecto preocupante é o bullying e a exclusão social, que deixam marcas profundas no psicológico dos estudantes. O medo da rejeição e a sensação de não pertencimento podem desmotivar os alunos, fazendo com que se afastem das atividades acadêmicas e até apresentem sinais de depressão. Conforme ratifica o psicólogo Aramis Neto:

Por definição, bullying compreende todas as atitudes agressivas, intencionais e repetidas, que ocorrem sem motivação evidente, adotadas por um ou mais estudante contra outro(s), causando dor e angústia, sendo executadas dentro de uma relação desigual de poder (ARAMIS NETO, 2005, p. 2).

O impacto dos transtornos psicológicos também é significativo. Condições como ansiedade, síndrome do pânico e depressão dificultam a absorção de conhecimento e tornam tarefas comuns, como assistir a aulas e memorizar conteúdos, desafiadoras.

Além disso, o uso excessivo da tecnologia e das redes sociais pode agravar esses problemas. Segundo os estudiosos Rafaela Dias e Alberto Montalvão Neto:

Embora essas plataformas ofereçam benefícios, tendo em vista que as redes sociais são um meio amplamente utilizado entre os jovens para fins de comunicação e busca de informações, o que inclui trabalhos e estudos escolares, há fragilidades psicossociais que cercam a fase da adolescência. Tais fragilidades, por sua vez, agravam-se cada vez mais devido ao excesso do uso das redes sociais, o que vem causando grandes problemas, sobretudo para a faixa etária que abrange os adolescentes (10 a 19 anos de idade) (Coelho et al., 2020). Em suma, estudos têm apontado que o uso excessivo pode trazer consequências significativas para a saúde mental dos jovens, o que, por sua vez, pode implicarem defasagens de aprendizagem, inclusive no que se refere aos conteúdos escolares. (DIAS; MONTALVÃO NETO, 2025, p. 2).

A constante exposição a padrões irreais e a comparação social podem gerar sentimentos de inadequação, enquanto a distração proporcionada pelos dispositivos eletrônicos reduz a produtividade nos estudos.

A ampla acessibilidade à internet permitiu que os adolescentes moldassem suas identidades e criassem redes de apoio de maneira inovadora. Contudo, o crescimento das redes sociais também favoreceu a formação de modelos irreais de estética e comportamento. Perloff (2014) descreveu que a exposição constante a imagens idealizadas pode levar os jovens a comparações negativas, impactando sua autoestima e saúde mental. (CRUZ et al., 2024, p. 4).

Diante desses desafios, é fundamental que escolas, familiares e a sociedade como um todo ofereçam suporte psicológico e incentivem práticas que promovam o bem-estar dos estudantes, garantindo um ambiente educacional mais saudável e acolhedor.

Um estudo apresentado no artigo “O impacto da tecnologia na saúde mental dos adolescentes” demonstra que alunos que enfrentam dificuldades emocionais tendem a apresentar menor rendimento acadêmico, absenteísmo escolar e dificuldades de interação em sala de aula. No ensino de História, em particular, é essencial que os alunos desenvolvam habilidades de interpretação e análise crítica, o que exige concentração e estabilidade emocional.

A dependência pela tecnologia também pode causar frustração, pois a busca incessante por informações gera intolerância e ansiedade, já que os dispositivos eletrônicos proporcionam acesso constante à internet. Além disso, o uso indiscriminado da tecnologia pode minar os laços afetivos familiares, dificultando o desenvolvimento cognitivo das crianças, o que, por sua vez, compromete seu desempenho escolar. Com o avanço tecnológico, surgem novas questões psicológicas, levando as pessoas a uma vida sedentária devido à automação, comodidade e rapidez na busca de informações, o que reduz o esforço pela procura de fontes alternativas de lazer, trabalho e estudo (MACHADO *apud* CRUZ et al., 2024, p. 3).

Estudantes que sofrem de ansiedade, por exemplo, podem ter dificuldades em realizar provas e avaliações que envolvem leituras extensas e interpretação de textos complexos. Já aqueles que enfrentam depressão podem perder o interesse pelo aprendizado, demonstrando apatia e dificuldade em engajar-se com o conteúdo.

Além disso, a pressão por desempenho pode gerar bloqueios cognitivos, tornando o processo de ensino-aprendizagem ainda mais desafiador. Assim, garantir que os alunos tenham suporte emocional adequado é essencial para melhorar sua experiência no ambiente escolar e seu envolvimento com a disciplina.

3.3.3. Ensino de História e desafios cognitivos

O ensino de História cognitivas que vão além da simples memorização de datas e eventos. Os alunos precisam interpretar fontes históricas, estabelecer conexões entre diferentes períodos e compreender o impacto dos acontecimentos no presente. Esse processo demanda habilidades como pensamento crítico, raciocínio lógico e análise contextual, tornando o aprendizado especialmente desafiador para aqueles que enfrentam dificuldades emocionais ou problemas de saúde mental.

Diferente de disciplinas que seguem um raciocínio lógico-linear, como a Matemática, o ensino de História requer a capacidade de lidar com múltiplas perspectivas e a interpretação de acontecimentos sob diferentes contextos. Isso torna o aprendizado fascinante e desafiador, especialmente para alunos que enfrentam dificuldades emocionais, como ansiedade e depressão.

Um dos principais desafios é a interpretação de fontes históricas, pois muitas atividades demandam análise minuciosa de documentos, imagens e textos antigos. Essa tarefa exige concentração e um olhar crítico para identificar detalhes relevantes, o que pode ser complicado quando há dificuldades de atenção ou fatores emocionais interferindo no processo.

Além disso, há a necessidade de construir conexões entre períodos históricos para compreender a evolução dos acontecimentos. Isso exige um raciocínio articulado, capaz de perceber padrões de continuidade e mudança ao longo do tempo. Porém, manter o foco e organizar as ideias de maneira estruturada pode ser um obstáculo para quem enfrenta desafios emocionais.

Por fim, um dos aspectos mais fundamentais da disciplina é a reflexão crítica sobre acontecimentos sociais e políticos. Não basta memorizar datas e eventos; é preciso compreender os impactos e significados por trás dos fatos históricos. Esse processo analítico demanda uma mente aberta e disposta a questionar conceitos, o que pode ser mais difícil para alunos que enfrentam inseguranças emocionais.

Diante desses desafios, estratégias como debates, uso de recursos visuais e atividades interativas podem tornar o ensino mais acessível e estimulante. A História é uma ferramenta poderosa para entender o mundo e a sociedade, e garantir que todos os alunos possam explorá-la plenamente é essencial para uma educação transformadora.

A saúde mental tem um impacto profundo na aprendizagem dos estudantes, influenciando diretamente sua capacidade de absorver e processar informações. O ensino de História, por exemplo, exige atenção, análise crítica e reflexão sobre eventos passados, algo que pode ser prejudicado por questões emocionais.

O artigo “Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas” desenvolvido pela enfermeira Joana Jatobá e pelo psiquiatra Othon Bastos, afirma que a ansiedade e a depressão no período da adolescência são preocupantes, pois podem dificultar a concentração e gerar bloqueios mentais, tornando leituras extensas ou análises históricas mais desafiadoras. Além disso, a preocupação excessiva com o desempenho acadêmico pode transformar o aprendizado em uma experiência desgastante, ao invés de prazerosa. Já a depressão pode levar à apatia e à desmotivação, fazendo com que o estudante perca o interesse por debates e reflexões sobre temas históricos. A falta de energia emocional para se engajar com o conteúdo compromete a assimilação do aprendizado.

É necessário ampliar os estudos sobre depressão em adolescentes em razão da gravidade da doença, aos danos que ela causa à saúde dos indivíduos e a sua incidência crescente. Além disso, julgou-se pertinente associar a investigação da presença da ansiedade à da depressão pelo fato de a ansiedade ser a comorbidade mais frequente nos transtornos depressivos. (JATOBÁ; BASTOS, 2007, p.172-173).

O estresse excessivo, causado por uma carga de estudos intensa, pode resultar em exaustão mental. Isso prejudica o raciocínio lógico e a capacidade de fazer conexões entre diferentes períodos históricos, afetando diretamente o desempenho acadêmico.

Portanto, promover um ambiente de aprendizado saudável, com apoio emocional e estratégias pedagógicas adaptadas, é essencial para garantir que os alunos possam superar esses desafios e ter um desenvolvimento acadêmico mais eficaz.

Diante dos desafios enfrentados por muitos alunos que lidam com dificuldades emocionais, torna-se essencial que os professores adotem estratégias pedagógicas capazes de tornar o ensino de História mais acessível e estimulante. A história, como disciplina, não apenas transmite conhecimento sobre o passado, mas também ajuda no desenvolvimento do pensamento crítico e da compreensão social. No entanto, para que todos os alunos possam se beneficiar plenamente desse aprendizado, é necessário adaptar metodologias e práticas didáticas ao contexto emocional dos estudantes.

Uma das abordagens mais eficazes nesse sentido é o uso de metodologias ativas, que colocam o aluno no centro do processo de aprendizagem. Estratégias como debates, dramatizações e simulações históricas possibilitam que os estudantes participem ativamente da construção do conhecimento, tornando as aulas mais dinâmicas e envolventes. Essas atividades podem ajudar a reduzir os impactos de dificuldades emocionais na aprendizagem, permitindo que os alunos expressem suas ideias de maneira mais espontânea e interativa. Esse conceito tem sido amplamente difundido, pois entende-se nele que o aluno é o sujeito do conhecimento, portanto responsável por ele. Segundo Lilian Bacich, uma das maiores referências em Metodologias ativas:

As metodologias ativas são entendidas como práticas pedagógicas alternativas ao ensino tradicional. Em vez do ensino baseado na transmissão de informação, da instrução bancária, como criticou Paulo Freire (1970), na metodologia ativa, o aluno assume uma postura mais participativa, na qual ele resolve problemas, desenvolve projetos e, com isso, cria oportunidades para a construção de conhecimento. Diversas estratégias têm sido utilizadas na implantação das metodologias ativas, sendo uma delas a sala de aula invertida (flipped classroom). (BACICH, 2018, p. 10).

Além disso, a adaptação dos materiais didáticos é fundamental para atender às diferentes formas de aprendizado. Muitos estudantes com dificuldades emocionais podem ter problemas de concentração ou processamento de informações, e oferecer conteúdos em múltiplos formatos pode ser uma solução eficaz. Recursos como vídeos educativos, podcasts, jogos didáticos e mapas interativos permitem que os alunos absorvam os conceitos históricos de maneira mais acessível, tornando o aprendizado mais estimulante e menos exaustivo.

Outro aspecto crucial para o desenvolvimento educacional desses estudantes é o apoio psicológico no ambiente escolar. A presença de profissionais especializados, como psicólogos e orientadores educacionais, pode ser essencial para ajudar os alunos a lidarem com

desafios emocionais que impactam sua experiência acadêmica. Um suporte adequado contribui para a criação de um ambiente escolar mais acolhedor, onde os alunos se sintam seguros para aprender e expressar suas dificuldades sem medo de julgamento. Pois o psicólogo escolar não pode ser:

não deve ser aquele que traz um saber ou uma resposta pronta; ele vai interagir com os demais atores para construir uma solução viável dentro do contexto da Educação, tanto na escola quanto na universidade ou em uma organização não governamental. Nesse processo, é importante que o psicólogo construa uma postura crítica e criativa e esteja aberto aos múltiplos desafios e possibilidades presentes nos contextos educacionais. (DIAS et al., 2014, p. 6).

Por fim, a flexibilização de prazos e formas de avaliação é uma estratégia que pode auxiliar na redução da ansiedade e do estresse associados às avaliações tradicionais. Professores podem considerar métodos alternativos de avaliação, como trabalhos escritos, apresentações, produções artísticas ou debates, permitindo que os alunos demonstrem seu conhecimento de maneira mais confortável. Essa flexibilização não compromete a qualidade do ensino, mas sim ajusta as formas de avaliação à realidade emocional dos estudantes.

Dessa forma, ao adaptar o ensino de História às necessidades emocionais dos alunos, os professores podem transformar essa disciplina em uma poderosa ferramenta de aprendizado, reflexão crítica e engajamento social. Um ambiente escolar acolhedor e metodologias acessíveis contribuem significativamente para a redução dos impactos da saúde mental na aprendizagem, promovendo uma experiência educacional mais significativa e produtiva. Com abordagens adequadas, é possível garantir que todos os alunos tenham oportunidades iguais de adquirir conhecimento e desenvolver suas habilidades, independentemente dos desafios emocionais que enfrentam.

3.3.4. O papel da escola na promoção da saúde mental

A escola desempenha um papel crucial na formação acadêmica e no desenvolvimento emocional dos alunos. Além de ser um espaço de aprendizado, ela também deve funcionar como um ambiente acolhedor, capaz de promover a saúde mental e contribuir para o bem-estar dos estudantes. Quando a instituição escolar reconhece e prioriza a saúde emocional dos alunos, há um impacto positivo não apenas no desempenho acadêmico, mas também na motivação, na socialização e na capacidade de lidar com desafios da vida cotidiana. A psicóloga Nayara Teodoro, em conjunto, com outros autores, reafirma o papel de

protagonismo da escola na promoção da saúde mental.

pode-se dizer que a escola possui papel protagonista na identificação de situações de risco e na intervenção precoce nos problemas de saúde mental. Além disso, é a primeira instituição de socialização do indivíduo em muitas sociedades. É neste local que o público infanto juvenil passa a maior parte do seu tempo. (TEODORO et al., 2023, p. 2).

Um ambiente escolar saudável é aquele que reconhece e respeita as diferenças individuais, incentiva a comunicação aberta e promove o bem-estar emocional dos estudantes. Para que a escola seja um espaço acolhedor, é essencial que haja iniciativas voltadas à inclusão, à segurança psicológica e ao desenvolvimento social e emocional.

O clima escolar positivo é um dos principais fatores para a saúde mental dos alunos. Quando os estudantes se sentem seguros para expressar suas emoções e preocupações, eles se tornam mais engajados nas atividades acadêmicas e desenvolvem relações interpessoais mais saudáveis. Esse ambiente de acolhimento contribui significativamente para reduzir sintomas de ansiedade e depressão, além de fortalecer a autoestima.

A implementação de políticas contra bullying e discriminação também é fundamental. O bullying pode ter impactos severos na saúde mental, afetando o rendimento escolar e prejudicando o desenvolvimento emocional dos alunos. Por isso, é essencial que a escola adote estratégias eficazes para prevenir e lidar com esses problemas, garantindo que todos tenham um espaço de aprendizagem seguro e respeitoso.

O estímulo ao diálogo e ao desenvolvimento socioemocional é outro ponto-chave. Quando a escola promove a escuta ativa e incentiva os alunos a falarem sobre seus sentimentos e dificuldades, cria-se uma cultura de apoio e empatia. A educação socioemocional⁴², além de desenvolver inteligência emocional, resiliência e habilidades interpessoais, prepara os estudantes para enfrentar desafios dentro e fora da escola. É um processo que busca desenvolver habilidades essenciais para a vida em sociedade, como empatia, resiliência, autocontrole e colaboração. Por meio de práticas pedagógicas, os estudantes aprendem a lidar com suas emoções, resolver conflitos e estabelecer relações saudáveis. Esse modelo educacional contribui para o bem-estar emocional, melhora o desempenho acadêmico e prepara os indivíduos para enfrentar desafios pessoais e profissionais com inteligência emocional.

⁴² Disponível em: https://institutoayrtonsenra.org.br/o-que-defendemos/competencias-socioemocionais-estudantes/?gad_source=1&gad_campaignid=20262071404&gbraid=0AAAAAD0m3X6nInlTa15pL5uL8QyAJWdhV&gclid=CjwKCAjwz_bAbhAGEiwAm-P8YTNmgley7totZme0HCGVjRk_jRf6tk1CQJXXGKULH7B6_Gkb5_MLTBoC854QAvD_BwE. Acesso em: 03 maio 2025.

A BNCC, documento norteador da educação básica, tem como um dos seus fundamentos o compromisso com a educação integral, que traz como componente obrigatório a percepção do aluno como um ser integral com múltiplas dimensões que devem ser levadas em conta no processo de ensino-aprendizagem.

No novo cenário mundial, reconhecer-se em seu contexto histórico e cultural, comunicar-se, ser criativo, analítico-crítico, participativo, aberto ao novo, colaborativo, resiliente, produtivo e responsável requer muito mais do que o acúmulo de informações. Requer o desenvolvimento de competências para aprender a aprender, saber lidar com a informação cada vez mais disponível, atuar com discernimento e responsabilidade nos contextos das culturas digitais, aplicar conhecimentos para resolver problemas, ter autonomia para tomar decisões, ser proativo para identificar os dados de uma situação e buscar soluções, conviver e aprender com as diferenças e as diversidades. (BNCC, 2017, p.16).

Por fim, espaços de acolhimento e suporte emocional podem fazer toda a diferença. Salas de descanso, grupos de apoio e profissionais especializados, como psicólogos e orientadores educacionais, podem ajudar os alunos a lidarem com o estresse e a encontrarem suporte para suas necessidades emocionais.

Uma escola que se preocupa com o bem-estar mental de seus alunos não apenas melhora o ambiente escolar, mas também contribui para o sucesso acadêmico e pessoal de cada indivíduo. Criar esse espaço seguro e inclusivo é um compromisso que reflete diretamente na formação de cidadãos mais equilibrados e preparados para o mundo.

Assim, um professor bem informado e sensível pode tanto promover saúde mental quanto atuar na prevenção de transtornos, por exemplo, identificando sinais que demandem encaminhamento para avaliação de equipe de saúde mental, contribuindo para uma intervenção precoce, que, via de regra, leva a resultados mais positivos. Segundo Puura e colaboradores (1998), o professor estaria na posição ideal para observar sinais como irritabilidade, isolamento social e queda no rendimento escolar, mas precisaria ser capacitado para identificar sinais precoces de problemas específicos, como, por exemplo, os sintomas de depressão, que poderiam ser facilmente interpretados como sinais de mau humor e preguiça. (VIEIRA, 2014, p. 17).

Nós, enquanto professores, desempenhamos um papel fundamental na promoção do bem-estar emocional dos estudantes, indo além da transmissão de conhecimento acadêmico. Nossa sensibilidade para identificar sinais de sofrimento psicológico e capacidade de aplicar estratégias pedagógicas inclusivas podem impactar positivamente a experiência escolar dos alunos.

Um dos primeiros passos para favorecer esse acolhimento é a atenção às necessidades emocionais dos estudantes. Muitos alunos enfrentam desafios como ansiedade, dificuldades familiares ou baixa autoestima, que podem afetar seu desempenho acadêmico. Professores que

observam mudanças no comportamento, como isolamento, irritabilidade ou desmotivação, podem atuar de forma preventiva ao oferecer suporte e, quando necessário, encaminhar o estudante para um profissional especializado.

Além disso, o uso de metodologias pedagógicas que promovam o engajamento e a segurança emocional pode tornar o ambiente escolar mais inclusivo e acolhedor. Estratégias como aprendizagem colaborativa, incentivo ao pensamento crítico e flexibilização na abordagem das atividades ajudam a reduzir a pressão acadêmica e permitem que os alunos se sintam mais confortáveis para expressar suas dificuldades e potenciais.

Outro fator essencial é a parceria entre educadores e profissionais da saúde mental. A presença de psicólogos educacionais nas escolas facilita a implementação de programas de apoio emocional e orientação pedagógica. Essa colaboração permite a construção de um ambiente de aprendizado mais humanizado, onde os estudantes se sentem compreendidos e amparados diante de seus desafios emocionais.

Dessa forma, a escola se torna um espaço não apenas de formação intelectual, mas também de desenvolvimento emocional, promovendo o bem-estar dos alunos e preparando-os para enfrentar a vida de maneira equilibrada. Isso reforça a importância do papel dos educadores na construção de uma sociedade mais empática e atenta às questões emocionais desde a infância.

A implementação de programas e políticas voltadas para a saúde mental dentro das escolas tem o potencial de transformar profundamente a experiência dos estudantes. O ambiente escolar, muitas vezes marcado por cobranças acadêmicas, desafios sociais e pressões externas, pode se tornar um espaço mais acolhedor e propício ao desenvolvimento integral dos alunos quando a saúde mental passa a ser uma prioridade. Para isso, diversas iniciativas podem ser adotadas, promovendo tanto a prevenção quanto o apoio direto a quem necessita.

Uma das ações mais fundamentais nesse processo é o treinamento para educadores e funcionários. Professores, coordenadores e demais profissionais da escola estão em contato diário com os alunos e podem ser peças-chave na identificação precoce de sinais de sofrimento psicológico. Ao serem capacitados para reconhecer sintomas de ansiedade, depressão ou outros transtornos, eles podem agir preventivamente e direcionar os estudantes para os recursos apropriados. Além disso, ao compreender melhor a importância do bem-estar emocional, os próprios educadores podem adaptar suas abordagens pedagógicas, tornando o aprendizado mais sensível às necessidades individuais dos alunos.

Outro aspecto essencial é a inclusão de aulas e oficinas sobre saúde mental no currículo escolar. Muitas crianças e adolescentes desconhecem técnicas de autocuidado e formas

saudáveis de lidar com o estresse, o que pode levar a um agravamento de problemas emocionais. A criação de atividades interativas e educativas sobre inteligência emocional, controle do estresse e hábitos saudáveis pode empoderar os estudantes, ajudando-os a desenvolver resiliência e estratégias eficazes para enfrentar desafios cotidianos.

Além das ações educativas, a disponibilização de programas de apoio psicológico dentro das instituições de ensino pode ser um diferencial significativo. Muitas famílias não possuem recursos para oferecer acompanhamento psicológico externo aos filhos, e o acesso facilitado a profissionais da saúde mental dentro da própria escola pode fazer toda a diferença. Sessões individuais, grupos de apoio e atendimento especializado podem proporcionar aos alunos um espaço seguro para expressarem suas emoções e trabalharem questões internas, garantindo um suporte adequado para aqueles que enfrentam dificuldades emocionais.

Paralelamente, estabelecer parcerias com organizações especializadas permite ampliar ainda mais o suporte oferecido aos estudantes. Clínicas, ONGs e profissionais da área de saúde mental podem colaborar na promoção de palestras, workshops e atendimentos específicos para alunos que necessitam de acompanhamento mais aprofundado. Essa cooperação entre escola e especialistas fortalece a rede de apoio e possibilita um atendimento mais eficiente e integrado.

Ao adotar essas medidas, as escolas deixam de ser apenas locais de transmissão de conhecimento acadêmico e passam a atuar como verdadeiros agentes de transformação social. Criar um ambiente escolar que valorize e cuide da saúde mental dos estudantes não só impacta diretamente o aprendizado, tornando-o mais eficaz e significativo, como também contribui para a formação de indivíduos mais conscientes, equilibrados e preparados para enfrentar os desafios da vida. Afinal, a educação deve ir além dos livros e provas; deve acolher, apoiar e preparar os jovens para um futuro em que o bem-estar e o conhecimento caminhem juntos.

3.3.5. Metodologias inclusivas e alternativas pedagógicas

A implementação de metodologias inclusivas e alternativas, como por exemplo, a gamificação, os podcasts, a utilização do WhatsApp, o uso de jogos elaborados pelo professor ou em conjunto com os alunos, o uso da internet como meio de pesquisa, todas essas estratégias foram utilizadas por nossos colegas do ProfHistória, Ferreira (2016), Rodrigues (2016), Corrêa (2017), Lopes (2017), Viana-Telles (2018), Silva (2018), Farias (2021), Fonseca (2021), Silva (2021), Gonçalves (2022), Alves (2024), como produtos de suas dissertações. Essas metodologias como instrumento de pesquisa no ensino de História podem ser fundamentais para garantir

que alunos com dificuldades emocionais tenham um aprendizado mais acessível e significativo. Uma abordagem tradicional baseada apenas em leitura e exposição oral pode não ser suficiente para engajar estudantes que enfrentam desafios relacionados à saúde mental. Por isso, é essencial adotar estratégias que tornem o ensino mais dinâmico, interativo e adaptável às necessidades individuais dos alunos.

Os professores desempenham um papel fundamental na adaptação do ensino para torná-lo mais acessível e menos desgastante emocionalmente para os alunos. Para alcançar esse objetivo, eles podem adotar diversas estratégias que ajudam a tornar o aprendizado mais envolvente e confortável.

Uma abordagem eficiente é o uso de recursos visuais, como infográficos, mapas mentais e imagens, que tornam o conteúdo mais comprehensível e reduzem a sobrecarga cognitiva gerada por textos extensos e complexos. Além disso, o aprendizado baseado em projetos permite que os alunos explorem temas históricos de forma prática e colaborativa, promovendo um envolvimento ativo e minimizando a ansiedade frequentemente associada às avaliações tradicionais.

Outro aspecto importante é a flexibilização das formas de avaliação, oferecendo alternativas como apresentações, vídeos ou debates, para que os alunos possam demonstrar seu conhecimento de maneira mais alinhada às suas necessidades emocionais. Essa diversidade de formatos permite que cada estudante escolha a abordagem mais adequada à sua forma de aprendizado.

Por fim, a implementação de um ritmo de aprendizado personalizado é essencial para respeitar o tempo de assimilação de cada aluno. Estratégias como ensino híbrido, revisões periódicas e reforço escolar ajudam aqueles que enfrentam dificuldades emocionais, garantindo um aprendizado mais eficaz e menos estressante. A aplicação dessas adaptações no ensino contribui significativamente para a construção de um ambiente mais acolhedor e produtivo, onde os alunos se sentem seguros e motivados a aprender.

O ensino de História pode se tornar muito mais acessível e estimulante quando metodologias inovadoras são adotadas, tornando os alunos participantes ativos do aprendizado. Tradicionalmente, a disciplina é ensinada de forma expositiva, o que pode resultar em um ensino passivo e pouco engajador. No entanto, novas abordagens permitem que os estudantes se envolvam de forma prática, tornando o aprendizado mais significativo.

Uma dessas estratégias é a gamificação, que insere elementos de jogos, como desafios, recompensas e missões. Ao transformar o estudo da História em uma experiência interativa, os alunos se sentem mais motivados e conseguem assimilar os conteúdos de forma mais

dinâmica. Além disso, a competição saudável e o senso de conquista ajudam na retenção das informações. A gamificação é uma boa estratégia, no entanto, esbarra muitas vezes, nos aspectos estruturais, salas de aula lotadas, sem ar condicionado no calor maravilhoso da “Terra da Luz”, problemas de acesso a internet, dentre outros, no entanto, uma alternativa a essa dificuldade nos é apontada pelo nosso colega do ProfHistória da turma 2022 da UFC:

A principal saída metodológica é produzir uma boa curadoria dos jogos que gostaríamos de utilizar. Nessa perspectiva, não apenas o conteúdo dos jogos, mas o próprio ambiente da sala de aula deve ser levado em consideração. A exibição de um *game play* pode ser feita para toda a sala, todavia a execução do jogo na íntegra talvez deixe de fora alguns educandos. Destarte, há alguns jogos em que é possível sua exibição integral. Valiant Hearts (2014), por exemplo, é uma mídia com uma trilha sonora, cenários e narrativas cativantes. É um jogo com uma curva de aprendizagem baixa (de fácil compreensão por parte dos educandos), sendo uma opção de jogo que pode ser levada para a sala. Como o jogo é relativamente fácil, os educandos podem ir se revezando no controle (ou teclado) enquanto as fases do jogo vão se desenvolvendo. (ALVES, 2024, p. 65).

Outra abordagem importante é a realização de debates e rodas de conversa. Permitir que os estudantes discutam sobre eventos históricos, expressando suas opiniões e analisando diferentes perspectivas, contribui para um aprendizado crítico e aprofundado. Essa metodologia estimula o pensamento reflexivo e a argumentação, aspectos essenciais para uma compreensão mais completa da História.

A dramatização e encenação histórica também é uma ferramenta poderosa para tornar o ensino mais participativo. Ao interpretar personagens históricos ou recriar momentos marcantes, os alunos conseguem sentir-se parte do contexto estudado, internalizando conceitos de maneira natural. Essa técnica favorece a memorização e a conexão emocional com os conteúdos abordados.

Por fim, o ensino interdisciplinar fortalece as relações entre História e outras disciplinas, como Literatura, Arte e Geografia, criando um aprendizado mais amplo e integrado. Conectar eventos históricos a manifestações culturais e artísticas permite que os alunos compreendam os fatos de maneira contextualizada, enriquecendo sua percepção sobre a importância da História na sociedade.

Essas estratégias demonstram que o ensino da História pode ir além da mera memorização de datas e fatos, tornando-se uma jornada envolvente e reflexiva. Ao incentivar metodologias ativas, é possível transformar a disciplina em uma experiência rica e significativa para os alunos.

O uso de metodologias inclusivas e alternativas no ensino de História desempenha um papel essencial na promoção do bem-estar emocional dos alunos e na melhoria do desempenho escolar. Ao substituir abordagens tradicionais por estratégias mais dinâmicas e adaptáveis, os estudantes se sentem mais motivados e engajados no processo de aprendizado.

Uma das principais vantagens dessas metodologias é o estímulo à participação ativa dos alunos. Métodos como gamificação, jogos, WhatsApp, uso da internet e aprendizagem baseada em projetos tornam o ensino de História mais envolvente, despertando o interesse dos estudantes e incentivando o pensamento crítico. Quando os alunos interagem com o conteúdo de maneira prática e significativa, a retenção das informações se torna mais eficaz, favorecendo uma aprendizagem duradoura.

Nem sempre o jogar foi visto com tanta importância na prática de Ensino de História, mas, diante da necessidade de buscar novas linguagens com o intuito de promover a participação de estudantes do ensino fundamental anos finais, por exemplo, é que o jogo passou a ser utilizado como ferramenta indispensável. De acordo com Andrade (2007), após verificar que seus alunos apresentavam enormes dificuldades, desinteresse e falta de compreensão, ela começou a fazer uso de jogos para ensinar História e o resultado foi muito satisfatório. (SILVA, 2021, p. 63).

Além disso, estratégias inclusivas ajudam a reduzir a ansiedade e o estresse associados ao ensino tradicional, que muitas vezes é pautado em avaliações rígidas e métodos pouco flexíveis. Criar um ambiente de aprendizado mais acolhedor e adaptado às necessidades individuais dos alunos contribui para o desenvolvimento da autoconfiança e da autonomia acadêmica. Isso é especialmente relevante para estudantes que enfrentam dificuldades emocionais ou transtornos como ansiedade e depressão, permitindo que eles encontrem no aprendizado um espaço seguro para expressão e crescimento.

Outra vantagem importante é a promoção da diversidade de perspectivas. Ao integrar diferentes abordagens, como o ensino interdisciplinar e o uso de materiais que refletem a pluralidade cultural e social, os alunos desenvolvem uma compreensão mais ampla da História, estimulando a empatia e o respeito à diversidade. Dessa forma, o ensino se torna não apenas um meio de transmissão de conhecimento, mas também uma ferramenta para a construção de valores e habilidades sociais.

Em suma, a adoção de metodologias inclusivas e alternativas no ensino de História contribui para a criação de um ambiente de aprendizado mais saudável, estimulante e adaptado às necessidades dos alunos. A escola, ao reconhecer a importância da saúde mental no processo

educacional, fortalece seu papel na formação de indivíduos críticos, engajados e emocionalmente equilibrados. Quando o ensino é pensado de forma inovadora, ele deixa de ser apenas uma obrigação acadêmica e se transforma em uma experiência significativa para os estudantes.

3.3.6. Retomando alguns aspectos

Ao longo deste capítulo, exploramos como a saúde mental dos alunos influencia diretamente seu processo de ensino-aprendizagem, especialmente na disciplina de História. Ficou evidente que fatores emocionais, como ansiedade, depressão e estresse, podem comprometer significativamente a capacidade dos estudantes de se concentrarem, absorverem conhecimento e participarem de atividades acadêmicas.

A História, como disciplina que demanda interpretação, análise crítica e conexão entre diferentes períodos, pode se tornar desafiadora para aqueles que enfrentam dificuldades emocionais. No entanto, com metodologias inclusivas e um ambiente escolar acolhedor, é possível minimizar esses impactos e tornar o aprendizado mais acessível e produtivo para todos os alunos.

A saúde mental é um fator determinante para o desempenho escolar dos estudantes e deve ser tratada como um pilar essencial no processo de aprendizagem. A qualidade do ensino não depende apenas da metodologia utilizada ou do conteúdo abordado, mas também do bem-estar emocional dos alunos, que impacta diretamente sua capacidade de concentração, assimilação de conhecimento e engajamento nas atividades acadêmicas.

No contexto do ensino de História, por exemplo, são exigidas habilidades cognitivas avançadas, como interpretação crítica, estabelecimento de relações entre eventos históricos e análise de diferentes perspectivas. No entanto, dificuldades emocionais, como ansiedade e estresse, podem comprometer significativamente esse processo, dificultando o aprendizado e limitando o desenvolvimento do pensamento analítico dos estudantes.

Diante desse cenário, o ambiente escolar desempenha um papel fundamental na promoção da saúde mental, seja por meio de práticas pedagógicas inclusivas ou por iniciativas institucionais voltadas ao bem-estar dos alunos. Estratégias como acolhimento psicológico, campanhas de conscientização e criação de espaços seguros para diálogo sobre emoções podem contribuir para a redução do impacto negativo de problemas emocionais na vida acadêmica.

Além disso, metodologias dinâmicas e inovadoras, como debates, gamificação e aprendizagem baseada em projetos, podem tornar o ensino mais envolvente e acessível. Essas

abordagens permitem que os alunos participem ativamente do processo de aprendizagem, favorecendo a construção do conhecimento de forma mais interativa e colaborativa. Dessa maneira, é possível minimizar os efeitos das dificuldades emocionais sobre o rendimento acadêmico, tornando a experiência educacional mais significativa e eficaz. Esse tema merece atenção e aprofundamento, pois reforça a necessidade de uma abordagem educacional que integre aspectos emocionais e cognitivos para um aprendizado mais equilibrado e produtivo.

O reconhecimento da saúde mental como um aspecto essencial do desenvolvimento educacional deve ser um compromisso de professores, gestores escolares e formuladores de políticas educacionais. Ao garantir que alunos emocionalmente vulneráveis tenham suporte adequado, não apenas melhoramos seu desempenho acadêmico, mas também promovemos seu crescimento pessoal e social.

O impacto da saúde mental na educação é um tema fundamental para garantir um aprendizado significativo e inclusivo. Com base nas reflexões apresentadas, é possível expandir a reflexão sobre como diferentes fatores influenciam o desenvolvimento dos estudantes e o ambiente escolar.

A relação entre problemas emocionais e o aprendizado de História, por exemplo, pode ser analisada sob diversas perspectivas. Métodos pedagógicos inovadores, como a aprendizagem baseada em projetos e o ensino híbrido, podem oferecer caminhos para reduzir barreiras emocionais e tornar o ensino mais acessível. Além disso, a tecnologia se apresenta como um suporte valioso, permitindo a personalização da aprendizagem por meio de plataformas interativas, inteligência artificial e gamificação.

Outro aspecto essencial é a construção de ambientes escolares inclusivos, que promovam o acolhimento e a valorização da diversidade. Espaços educativos que incentivam o diálogo e oferecem suporte psicológico tendem a reduzir transtornos psicológicos, fortalecendo o bem-estar dos alunos. Para que isso aconteça, a formação continuada dos professores é indispensável. Capacitações sobre saúde mental podem prepará-los para identificar sinais de sofrimento emocional e adotar estratégias eficazes para lidar com esses desafios.

Ao reconhecer a saúde mental como um pilar do processo educacional, é possível transformar a realidade das escolas e contribuir para um ensino mais humano. O objetivo é criar um ambiente que potencialize o desenvolvimento acadêmico e emocional dos estudantes, proporcionando recursos para que enfrentem desafios com equilíbrio e autoconfiança. Com essa abordagem, o impacto positivo vai além da escola, influenciando toda a sociedade.

4 PROPOSIÇÃO DIDÁTICA: A ESCOLA COMO PROMOTORA DE SAÚDE MENTAL NA GARANTIA DE DIREITOS E CIDADANIA

Esse quarto capítulo trata da investigação sobre os fatores que impulsionam crises de saúde mental entre os estudantes, analisando seus impactos no ambiente escolar e no ensino-aprendizagem. A pesquisa busca compreender como a história local pode influenciar o bem-estar emocional dos alunos, promovendo um conhecimento que dialogue com sua realidade. A partir de uma abordagem qualitativa, o estudo examina percepções de docentes e discentes, propondo estratégias pedagógicas, incluindo uma sequência didática, para integrar a temática da saúde mental ao ensino de História, tornando-o mais significativo e transformador.

4.1 Proposição didática: relatório de saúde mental

Este estudo propôs realizar uma análise e reflexão sobre os 40 anos de fundação da EEM Professora Diva Cabral, utilizando essa trajetória como fonte para problematizar os conteúdos e a relação ensino-aprendizagem na disciplina de História. Além disso, buscou-se considerar esse percurso como ferramenta no processo de promoção da autonomia e da saúde mental dos alunos da escola.

A metodologia adotada envolveu a construção e análise de sete fontes documentais, desenvolvidas em etapas distintas pelo corpo docente e discente, durante o ano de 2023, no contexto da Feira Cultural e Científica da escola. Esses documentos, produzidos coletivamente pela comunidade escolar — professores e estudantes —, fundamentaram as reflexões desta dissertação sobre a relação entre saúde mental e o ensino de História. Como resultado, foram elaborados um relatório sobre saúde mental e uma sequência didática composta por quatro aulas complementares.

A pesquisa, ainda em andamento, contempla não apenas os documentos produzidos pelos membros da escola, mas também a análise de legislações e documentos institucionais e estatais, como a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e o Documento Curricular Referencial do Ceará (DCRC), além do Projeto Político-Pedagógico (PPP) e do Regimento Escolar da EEM Professora Diva Cabral. Essa análise permitiu uma abordagem ampla e integrada: enquanto os textos oficiais forneceram o arcabouço normativo e as diretrizes educacionais, os documentos da comunidade escolar refletiram vivências e saberes construídos no cotidiano.

No que diz respeito à legislação educacional, documentos como a LDB, os PCNs, a BNCC e o DCRC são fundamentais para orientar a elaboração curricular, definir as competências e habilidades no ensino de História e reconhecer a saúde mental como tema transversal. A análise desses documentos, de reconhecido valor histórico, permite não apenas compreender as propostas para o ensino de História no Ensino Médio, mas também verificar como a saúde mental está integrada ao processo educativo.

Complementarmente, foram analisados o PPP e o Regimento Escolar da EEM Professora Diva Cabral, ambos datados de 2024 e elaborados de maneira coletiva por gestores, professores, alunos e pais. Esses documentos revelam a necessidade de consolidar uma educação pública de qualidade, que valorize os conhecimentos e realidades dos estudantes. Simultaneamente, promovem a visão de que os alunos devem se reconhecer como sujeitos históricos, dotados de direitos e deveres, e como protagonistas na transformação de suas realidades, contribuindo para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Assim, a escola é concebida como espaço privilegiado para que os discentes expressem e internalizem suas relações sociais, contribuindo diretamente para a compreensão da problemática investigada.

Com o intuito de refletir sobre os 40 anos da escola e, simultaneamente, promover um ambiente escolar saudável e que incentive a autonomia dos alunos, o núcleo gestor, em parceria com os docentes, organizou a Feira Cultural e Científica com o tema “Diva 40 anos – Identidade e memória”. O evento foi realizado ao final do ano letivo de 2023 e está documentado em anexo a esta dissertação. Nele, os discentes participaram de diversas atividades de pesquisa, problematização e produção de fontes históricas, orientadas por todos os professores, divididos por turmas.

A primeira atividade consistiu na construção de um memorial⁴³ fotográfico com imagens históricas que marcaram os 40 anos da escola. Cada turma elaborou um arquivo digital em formato PDF, no qual cada imagem ocupava uma página exclusiva, acompanhada de informações como autor(es), nomes das pessoas presentes na foto (quando disponíveis), data exata ou aproximada, além de um breve relato contextualizando a imagem. Essa atividade revelou-se uma fonte importante para esta pesquisa, pois além de resgatar registros históricos da instituição, estimulou reflexões sobre os impactos do conhecimento da história local na formação pessoal e na saúde mental dos alunos. A atividade favoreceu a percepção dos múltiplos sujeitos e objetos históricos e possibilitou a sistematização do conhecimento com

⁴³ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com.

base em experiências individuais e coletivas.

Esse conjunto diversificado de fontes evidencia a abordagem multidimensional adotada nesta pesquisa, ao integrar aspectos normativos e vivenciais para aprofundar a análise da relação entre ensino-aprendizagem em História e saúde mental. A articulação entre documentos oficiais e produções da comunidade escolar não apenas enriquece o processo investigativo, mas amplia a compreensão das dinâmicas sociais presentes na escola e os impactos positivos do conhecimento histórico local na formação dos alunos.

Entre os documentos produzidos pela comunidade escolar, destacam-se múltiplas abordagens que, em conjunto, delineiam um panorama abrangente dos 40 anos de existência da EEM Professora Diva Cabral. A segunda atividade envolveu a criação de um mural ou painel com fotos que ilustravam uma linha do tempo dos principais eventos escolares e marcos da política educacional brasileira. A proposta incentivou os alunos a observarem o contexto histórico da instituição, destacando as transformações ocorridas ao longo das últimas quatro décadas.

A terceira atividade consistiu em uma pesquisa escrita e apresentação oral sobre a biografia de pessoas comuns ou personalidades residentes no bairro, que tenham tido relevância na construção ou transformação da comunidade local — especialmente na Maraponga e regiões vizinhas. Essa fonte foi essencial para compreender o perfil do público-alvo, visto que grande parte dos alunos da escola provém de contextos periféricos e, muitas vezes, concilia estudo e trabalho desde a adolescência. A atividade possibilitou reflexões sobre como as condições socioeconômicas e experiências de vida impactam o processo formativo dos estudantes e a própria história da escola.

A quarta atividade consistiu na produção e edição de vídeos com depoimentos de ex-alunos que ingressaram em universidades e atualmente atuam em suas respectivas áreas. Esses relatos reforçam o papel fundamental da escola na ampliação dos horizontes pessoais, acadêmicos e profissionais dos estudantes, ao possibilitar escolhas autônomas e a concretização de seus potenciais.

A quinta atividade foi a produção de podcasts, apresentados ao vivo, com professores, funcionários e ex-alunos da escola. Os podcasts serviram como instrumento de divulgação das pesquisas e entrevistas realizadas com alunos e professores, promovendo um exercício de reflexão sobre atores muitas vezes invisibilizados na história institucional. O formato permitiu uma abordagem plural e democrática, evidenciando diferentes vozes e perspectivas sobre a trajetória da escola. As fotografias relacionadas a essa atividade foram disponibilizadas no Instagram da escola (@eemprofadivacabral) e nos espaços de convivência,

por meio de QR Codes.

Na sexta atividade, cada turma realizou uma apresentação artística (dança, teatro ou música) com base no tema “Diva 40 anos – Identidade e memória”. Essa expressão artística permitiu aos alunos representar, de forma objetiva e criativa, os conhecimentos assimilados, fortalecendo a construção de uma identidade coletiva baseada na memória e na experiência escolar compartilhada.

Por fim, a última fonte construída não esteve diretamente vinculada à Feira, mas decorreu das reflexões suscitadas por ela. Durante o ano letivo de 2024, foi aplicado um questionário via Google Forms contendo 8 perguntas para os discentes e 9 para os docentes. As questões abordavam temas como saúde mental, a pandemia e os seus impactos na escola, além da relevância da discussão sobre saúde mental no ambiente escolar. Essa pesquisa levantou questionamentos fundamentais: O local de origem do aluno influencia sua saúde mental? Quais são os impactos da saúde mental na relação ensino-aprendizagem? De que maneira o ensino de História e o conhecimento da história local podem favorecer melhores condições de aprendizagem? Em que medida o sentimento de pertencimento à comunidade escolar contribui para o bem-estar mental dos alunos? Nesse sentido, como nos aponta Alberti, a História,

Sendo um método de pesquisa, a história não é um fim em si mesma, e sim um meio de conhecimento. Seu emprego só se justifica no contexto de uma investigação científica, o que pressupõe sua articulação com um *projeto de pesquisa* previamente definido. Assim, antes mesmo de se pensar em história oral, é preciso haver questões, perguntas, que justifiquem o desenvolvimento de uma investigação científica. A história oral só começa a participar dessa formulação no momento em que é preciso determinar a abordagem do objeto em questão: como será trabalhado (ALBERTI, 2005, p. 29).

Nosso interesse foi investigar sobre as razões que impulsionam essas situações de crise na saúde mental dos nossos estudantes, refletir sobre os impactos cotidianos no ambiente escolar dos problemas relacionados à saúde mental e as consequências para o ensino e a aprendizagem, bem como investigar e propor como o conhecimento da história local, impacta na saúde mental dos alunos e na relação ensino-aprendizagem.

4.2 Estrutura do relatório: aspectos metodológicos

O produto didático desenvolvido neste trabalho tem como principal objetivo incentivar a autonomia do aluno, tornando-o protagonista do próprio processo de aprendizagem. Ao final das reflexões propostas, espera-se que o estudante seja capaz de estabelecer relações entre

teoria e prática, posicionando-se como sujeito ativo na construção do conhecimento, e não como mero receptor. Essa perspectiva está alinhada à Base Nacional Comum Curricular (BNCC), um dos principais documentos norteadores da educação brasileira, que reafirma a importância de uma formação integral e participativa, conforme a citação a seguir:

Nesse contexto, a BNCC afirma, de maneira explícita, o seu compromisso com a educação integral. Reconhece, assim, que a Educação Básica deve visar à formação e ao desenvolvimento humano global, o que implica compreender a complexidade e a não linearidade desse desenvolvimento, rompendo com visões reducionistas que privilegiam ou a dimensão intelectual (cognitiva) ou a dimensão afetiva. Significa, ainda, assumir uma visão plural, singular e integral da criança, do adolescente, do jovem e do adulto – considerando-os como sujeitos de aprendizagem – e promover uma educação voltada ao seu acolhimento, reconhecimento e desenvolvimento pleno, nas suas singularidades e diversidades. (BRASIL, 2017, p. 14).

A produção sobre saúde mental e ensino de História, em formato de relatório, foi disponibilizada aos alunos e professores por meio dos grupos de WhatsApp das turmas (para os discentes) e das áreas do conhecimento (para os docentes). Para os estudantes que não possuíam dispositivos eletrônicos, foi garantido o acesso aos 20 computadores do LEI (Laboratório Educacional de Informática). O material incluía um formulário com 8 perguntas direcionadas aos alunos e 9 perguntas voltadas aos professores, com o objetivo de investigar: i) os significados atribuídos ao conceito de saúde mental; ii) a compreensão estudantil sobre a pandemia; iii) o grau de importância do tema no cotidiano escolar; iv) as consequências do período pandêmico e a relevância de compreender adequadamente a saúde mental; v) os impactos da pandemia no ambiente escolar e a importância de discutir essa temática na escola.

Para garantir maior abrangência à pesquisa, durante o ano letivo, todos os estudantes das 15 turmas da escola foram convidados a participar: 10 turmas do Ensino Médio (manhã e tarde), com alunos entre 15 e 18 anos, e 5 turmas da Educação de Jovens e Adultos (EJA), com faixa etária entre 18 e 60 anos. Também foi convidado o colegiado de professores da escola, com o intuito de democratizar ao máximo a participação de todos os segmentos da comunidade escolar.

A adesão à pesquisa foi voluntária, tanto por parte dos alunos quanto dos professores. Não houve nenhum tipo de coerção ou incentivo mediante pontuação nas disciplinas, seja em História ou em qualquer outra área. Os formulários foram respondidos de forma anônima, sendo a identificação nominal opcional, a critério de cada participante.

Mesmo com a identificação por parte de alguns respondentes, optou-se por não divulgar nomes, idades, turmas reais (no caso dos alunos), áreas de formação ou disciplinas de atuação (no caso dos professores), como forma de preservar o sigilo e garantir maior conforto

aos participantes. As turmas foram nomeadas com identificações fictícias, os alunos foram numerados e os professores, identificados por letras do alfabeto.

Este produto didático visa promover a participação dos(as) estudantes das 15 turmas da escola, abrangendo os três turnos de funcionamento (manhã, tarde e noite), bem como dos professores, em uma reflexão sobre suas trajetórias de vida. A proposta é possibilitar que os alunos reflitam sobre a própria história e sobre a história da comunidade à qual pertencem — no caso, a escola Diva Cabral — compreendendo-a como um espaço de formação integral, de construção e garantia de direitos e de promoção da saúde mental. Considera-se, ainda, as implicações do período pandêmico nas dimensões pessoais e acadêmicas dos discentes.

Os questionários aplicados⁴⁴ nesta pesquisa têm por objetivo fornecer suporte e embasamento às análises realizadas, sendo a investigação de natureza qualitativa e quantitativa. Realizou-se cruzamento e análise descritiva dos dados, com o intuito de descrever as características dos objetos pesquisados. Trata-se de uma pesquisa aplicada, pois visa gerar conhecimento para ser utilizado em contextos específicos da prática escolar. Ao final da dissertação, encontram-se, em anexo, os formulários utilizados, bem como as respostas fornecidas por discentes e docentes, preservando-se o anonimato de todos os participantes.

Responderam ao questionário 15 professores de diferentes áreas do conhecimento (Linguagens e Códigos, Matemática, Ciências Humanas e Ciências da Natureza), identificados pelas letras de A a O. A maioria desses docentes atua como professores diretores de turma (PDTs)⁴⁵, conforme explicado no Capítulo 1, o que implica um contato mais próximo com os estudantes e, portanto, um conhecimento mais aprofundado de suas realidades. No entanto, ser PDT não foi um critério obrigatório para participação na pesquisa.

Com relação a participação dos discentes, tivemos a adesão de 188 alunos dos segmentos regular (1º, 2º e 3º ano) e Educação de Jovens e adultos (EJA) do Ensino Médio dos turnos manhã, tarde e noite que são os de funcionamento da escola Diva Cabral. Dentre esses alunos, tivemos 44 alunos de uma turma de 1º ano do Ensino Médio denominada “1º ano Chico da Matilde”, 100 alunos de quatro turmas de 2º ano denominadas “2º ano Zumbi dos Palmares”; “2º ano Antônio Conselheiro”; “2º ano Dom Hélder Câmara”; “2º ano Luiz Gonzaga”, 30 alunos de duas turmas do 3º ano denominadas “3º ano Bárbara de Alencar”; “3º ano Maria da Penha” e 14 alunos de uma turma da EJA denominada “EJA Paulo Freire”. Em cada uma das turmas,

⁴⁴ Documento arquivado em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com, como também em anexo na dissertação.

⁴⁵ Disponível em: <https://www.seduc.ce.gov.br/projeto-professor-diretor-de-turma-ppdt/>. Acesso em: 06 maio 2025.

os alunos foram denominados de 1 a 44, como na turma “1º ano Chico da Matilde”, e nas outras a ordem de descrição seguiu o quantitativo de alunos.

O objetivo central da pesquisa foi investigar as razões que contribuem para situações de crise na saúde mental dos estudantes, bem como refletir sobre os impactos cotidianos desses problemas no ambiente escolar e suas consequências para o ensino e a aprendizagem. Além disso, buscou-se compreender como o conhecimento da história local pode influenciar positivamente na saúde mental dos alunos e no processo de aprendizagem. Importante ressaltar que não houve intenção de emitir juízo de valor sobre as respostas dos participantes.

Os relatórios tanto para os alunos quanto para os professores estão divididos em duas temáticas centrais: saúde mental e pandemia, sendo para os alunos a temática da saúde mental das questões 1 a 2 e professores das questões 1 a 3 e a pandemia para os alunos das questões 3 a 8 e professores das questões 4 a 9, existem 2 questões que relacionam a pandemia e a aprendizagem e uma outra que relaciona pandemia e saúde mental.

Os questionários foram organizados em duas temáticas centrais: saúde mental e pandemia. Para os professores, a temática da saúde mental foi abordada nas perguntas 1 a 3, e a pandemia nas perguntas 4 a 9. Já para os alunos, a saúde mental foi abordada nas perguntas 1 e 2, e a pandemia, nas perguntas 3 a 8. Algumas perguntas relacionam simultaneamente pandemia, saúde mental e aprendizagem. A principal diferença entre os questionários de professores e alunos está na adequação da linguagem, mais acessível para o público discente. Essas são as questões disponíveis aos professores para que pudessem falar sobre seus alunos: 1ª pergunta: Enquanto docente você acredita ser pertinente discutir o tema da saúde mental no ambiente escolar!? Por quais razões!?; 2ª pergunta: A partir da sua experiência com a turma, o que seus alunos (as) entendem por saúde mental? 3ª pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por quê?; 4ª pergunta: O que foi a pandemia para os alunos?, 5ª pergunta: Que impactos a pandemia teve na vida dos alunos (as) de sua turma? De que forma?; 6ª pergunta: Você tem conhecimento da experiência do luto de seus alunos (as) na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre essas experiências; 7ª pergunta: A pandemia impactou na saúde mental dos seus alunos? De que forma?; 8ª pergunta: Como foi a aprendizagem dos alunos da sua turma na pandemia?; 9ª pergunta: Quais os impactos do momento da pandemia na vida escolar dos alunos?

Seguem abaixo as questões disponíveis aos alunos: 1ª pergunta: O que é saúde mental para você? 2ª pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?; 3ª pergunta: O que foi a pandemia para você?; 4ª pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?; 5ª pergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia?

Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela; 6^a pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?; 7^a pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?; 8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

A discussão sobre saúde mental no contexto escolar configura-se como uma demanda urgente para a construção de ambientes de aprendizagem que respeitem a integralidade dos sujeitos. A escola, enquanto espaço de formação cidadã e de subjetividades, deve incluir sistematicamente o debate sobre saúde mental, promovendo práticas pedagógicas que valorizem o cuidado, a empatia e a resiliência diante das adversidades.

A fim de alcançar esse objetivo, a elaboração do próximo item de discussão do nosso trabalho, intitulado “Resultados do relatório: A saúde mental como garantia de direitos e cidadania”, fundamentou-se em uma abordagem qualitativa, que possibilitou uma análise aprofundada das experiências subjetivas tanto do corpo docente quanto dos alunos. Essa abordagem não se resume à mera descrição dos fenômenos observados, mas exige uma interpretação cuidadosa das múltiplas dimensões que envolvem as relações interpessoais, as emoções e os desafios contemporâneos, especialmente no contexto pandêmico. Dessa forma, o estudo busca oferecer uma compreensão abrangente de como o debate sobre saúde mental pode transformar práticas educativas e promover ambientes escolares mais acolhedores e propícios ao desenvolvimento integral de cada indivíduo.

A construção deste trabalho baseou-se em uma metodologia qualitativa e interpretativa, que integrou diversas estratégias, permitindo uma análise profunda e abrangente dos fenômenos estudados. Desde o início, a observação participante, aliada à reflexão crítica, destacou-se como um dos pilares da pesquisa. A prática docente e o contato diário com os alunos possibilitaram a identificação minuciosa de comportamentos, expressões emocionais e reações diante dos desafios impostos pela pandemia. Essa convivência cotidiana permitiu o registro de experiências e nuances que, de outra forma, poderiam passar despercebidas, proporcionando uma base empírica rica e fundamentada na vivência real em sala de aula.

Outro componente essencial foi a realização de conversas informais e reflexivas com alunos e colegas de trabalho. Essas conversas abriram espaço para a exploração das percepções sobre saúde mental, permitindo compreender de que forma os indivíduos interpretam e vivenciam esse conceito, além dos impactos das transformações ocorridas no ambiente escolar. Os relatos obtidos evidenciaram não apenas as dimensões individuais, mas também as coletivas, enriquecendo a discussão sobre os desafios e as adaptações necessárias no contexto educacional.

A análise de conteúdo, por sua vez, desempenhou um papel crucial na organização e interpretação dos dados coletados. A partir dos relatos orais e escritos, foi possível identificar temas recorrentes e elaborar categorias significativas que respondessem às perguntas centrais deste estudo. Essa técnica sistematizou as informações e facilitou a interpretação dos dados, permitindo a construção de uma narrativa que refletisse, de forma coerente e estruturada, as diversas nuances observadas durante o período de pesquisa.

Além disso, o estudo dos impactos contextuais recebeu atenção especial, sobretudo no que se refere aos efeitos diretos e indiretos da pandemia de Covid-19. Por meio da análise de registros e relatos, foram observadas transformações no comportamento, nas relações e na aprendizagem dos estudantes, evidenciando como o cenário pandêmico provocou mudanças significativas tanto no ambiente escolar quanto na vida pessoal dos alunos. Essa análise detalhada possibilitou uma compreensão mais aprofundada dos desafios enfrentados e ressaltou a importância de considerar o contexto para a promoção de intervenções efetivas no âmbito educacional — e, por que não dizer, também no social e no político.

Em síntese, essa abordagem metodológica não se restringiu à simples coleta de dados empíricos oriundos da experiência vivida em sala de aula, mas estendeu-se à promoção de uma reflexão crítica capaz de integrar as dimensões emocionais e pedagógicas, em compromisso com o desenvolvimento integral dos alunos. Ao adotar uma postura que privilegia a escuta ativa e a análise profunda dos fenômenos observados, este trabalho reforça a necessidade de promover espaços escolares mais acolhedores e saudáveis, nos quais o bem-estar e o aprendizado caminhem juntos rumo a uma prática educativa transformadora.

4.3 Resultados do relatório: a saúde mental como garantia de direitos e cidadania

4.3.1 Pertinência de Discutir Saúde Mental no Ambiente

A discussão sobre saúde mental na escola é de suma importância por diversos motivos. Em primeiro lugar, a escola é um espaço formativo fundamental, onde os alunos não apenas assimilam conteúdos acadêmicos, mas têm seu primeiro contato com conceitos essenciais de autocuidado e de acolhimento coletivo. Essa vivência inicial é determinante para que os estudantes aprendam a reconhecer e valorizar a própria saúde emocional. A importância de se discutir o tema da saúde mental está presente:

é algo que precisa sempre ser trabalhado e falado sempre que puder sendo em escolas, igreja, trabalho, em casa. Os alunos precisam escutar e principalmente ser escutados, pois nem todos tem essa liberdade ou se sente a vontade para abordar esse assunto, então esse assunto importantíssimo vindo de outra pessoa é muito importante. (Aluno 13, turma 2º ano Antônio Conselheiro, resposta à questão 1).

Além disso, ao inserir a temática da saúde mental no currículo escolar—seja por meio de uma abordagem transversal ou de projetos específicos—o professor tem a oportunidade de sensibilizar os alunos acerca da diversidade emocional. Essa integração promove o entendimento de que buscar apoio em momentos de dificuldade não é sinal de fraqueza, mas uma forma de cuidar de si mesmo e de fortalecer as relações interpessoais.

Outro ponto relevante é que a abordagem da saúde mental encoraja o desenvolvimento de uma cultura de autocuidado. Incentivar o diálogo aberto sobre questões emocionais contribui para a prevenção e o manejo de quadros de ansiedade, depressão e outros transtornos. Ao discutir esses temas, a escola ajuda os estudantes a adquirir estratégias para enfrentar adversidades e a lidar com conflitos de maneira saudável.

A criação de um ambiente transparente e seguro é outro benefício importante dessa discussão. Quando os alunos se sentem acolhidos e sabem que podem expressar suas emoções sem julgamento, há um impacto positivo no seu rendimento escolar e na convivência harmoniosa tanto dentro quanto fora da instituição. Assim, o debate sobre saúde mental não somente melhora a qualidade de vida no dia a dia, como contribui para a construção de uma comunidade escolar mais resiliente e colaborativa.

Como docente, defendo que discutir saúde mental no ambiente escolar é não apenas pertinente, mas absolutamente imprescindível. A escola, enquanto microcosmo da sociedade, reflete as diversidades, desafios e oportunidades presentes na vida dos indivíduos. Nesse contexto, os alunos constroem suas identidades e desenvolvem habilidades socioemocionais que são fundamentais para o convívio e para o sucesso pessoal. Muitos dos colegas compartilham da mesma opinião acerca da importância de se discutir saúde mental no ambiente escolar:

Sim, é extremamente pertinente discutir saúde mental no ambiente escolar. Isso ajuda a criar um espaço mais acolhedor, promove o bem-estar dos estudantes e professores, melhora a convivência e o desempenho acadêmico, além de prevenir situações graves como bullying, ansiedade e depressão. A escola é um ambiente crucial para desenvolver a empatia e oferecer suporte. (Professor J em resposta à questão 1).

Ao incluir a temática da saúde mental no cotidiano escolar, o educador vai além da simples transmissão de conteúdos acadêmicos. Essa abordagem promove a criação de um am-

biente inclusivo e acolhedor, onde cada aluno é incentivado a reconhecer e cuidar de suas emoções. O estímulo ao autocuidado e à consciência emocional é essencial para que os estudantes possam identificar, precocemente, sinais de sofrimento e buscar as intervenções necessárias.

A discussão sobre saúde mental também desempenha um papel crucial no combate aos tabus e estigmas associados aos transtornos mentais. Ao abrir espaço para o diálogo e a reflexão, a escola contribui para a construção de uma cultura de empatia e compreensão, que se estende para além dos muros institucionais. Essa prática fortalece a convivência e o respeito às diferenças, favorecendo a integração de todos os membros da comunidade escolar.

A importância de se reconhecer o valor de se refletir sobre saúde mental foi quase que unânime entre alunos e professores, como destacado abaixo:

Com certeza. A escola é um lugar onde a galera passa muito tempo, então é um bom lugar para aprender sobre saúde mental, lidar com o estresse, as emoções e como buscar ajuda se precisar. É superimportante para formar adultos mais conscientes e saudáveis (Aluno 1, “2º ano Antônio Conselheiro, resposta à questão 2).

Além disso, a integração desses temas fortalece o processo educativo ao preparar os alunos para enfrentar adversidades, gerir conflitos e estabelecer relações saudáveis. As habilidades desenvolvidas por meio dessa abordagem não somente melhoram o desempenho acadêmico, mas formam cidadãos mais conscientes, resilientes e preparados para contribuir positivamente para o bem-estar coletivo. No entanto, é de fundamental importância destacar a inexistência de políticas públicas para saúde mental, basta referenciar a ausência de profissionais preparados para lidar com essas demandas e minimamente oferecer suporte à equipe docente para estar preparados para essas questões. Conforme podemos destacar em uma das falas de um dos professores participantes sobre o nosso despreparo para lidar com tais questões:

Não me considero totalmente preparada para avaliar a saúde mental dos estudantes de forma adequada, considerando minha formação como professora. No entanto, acredito que posso fazer algumas observações, comparando com o comportamento das turmas que cursaram o ensino médio antes da pandemia. O que percebi foi um aumento de alunos enfrentando crises de ansiedade, dificuldades de interação social e uma tendência ao isolamento. (PROFESSOR F, Resposta à questão 7).

4.3.2 Compreensão dos Alunos sobre Saúde Mental

A partir da experiência com a turma, observou-se que os alunos comprehendem saúde mental de forma prática e empírica. Eles relacionam esse conceito, em especial, à ideia de equilíbrio emocional e bem-estar, demonstrando uma percepção fundamentada no cotidiano

e nas vivências pessoais. Como podemos destacar na fala de um dos estudantes:

Saúde mental pra mim é estabilidade mental, ou seja e você está bem consigo mesma, organizar seus sentimentos, suas vivências com outros olhos, positivamente e esperança. é a saúde da sua cabeça, tudo que acontece afeta a saúde mental e seu psicológico (Aluno 25, turma 1º ano Chico da Matilde, resposta à questão 1).

Para alguns estudantes, saúde mental não se trata apenas da ausência de transtornos. Ao contrário, entende-se que ela envolve a presença de condições positivas que favorecem a aprendizagem, o desenvolvimento pessoal e as relações interpessoais. Essa visão amplia o incorpora dimensões que vão além do comportamento patológico ou atípico.

Nas discussões que podem ser realizadas em sala de aula, por meio de atividades que incentivam a reflexão e o debate, os alunos valorizam tanto os momentos de celebração e alegria quanto o reconhecimento das dificuldades. Essa dualidade de experiências permite que eles percebam os altos e baixos do processo de crescimento pessoal como partes integrantes de sua saúde mental.

Ademais, os alunos internalizam a saúde mental como um processo dinâmico e contínuo. Eles demonstram consciência da importância do autocuidado e da implementação de estratégias para enfrentar os desafios diários, reconhecendo que a manutenção do equilíbrio emocional exige esforço e adaptação constante.

4.3.3 A Pandemia sob a Perspectiva dos Alunos

A pandemia de Covid-19 representou um período de intensas transformações para os alunos, alterando de forma drástica a forma como vivenciavam o ambiente escolar e familiar. Esse cenário foi marcado por mudanças abruptas na rotina, nas interações sociais e no processo de aprendizagem, impondo desafios inéditos a todos os envolvidos.

Para muitos estudantes, a pandemia se traduziu em um período de isolamento e incerteza. A necessidade de manter o distanciamento físico transformou a escola em um espaço virtual, eliminando o convívio direto com colegas e professores. Essa ausência do contato presencial provocou sentimentos de solidão e insegurança, impactando tanto o aspecto emocional quanto a motivação para os estudos.

A transição para o ensino remoto veio acompanhada de desafios tecnológicos e metodológicos. Alunos foram subitamente obrigados a se adaptarem a novas plataformas de apren-

dizagem, o que, para alguns, resultou em uma sensação de sobrecarga e deslocamento. A dificuldade de gerir o tempo e de manter um ritmo de estudo adequado sem a estrutura tradicional da sala de aula contribuiu para o aumento do estresse e da ansiedade. Como relatado na fala do estudante: “Minha aprendizagem durante a pandemia foi desafiadora devido à transição para o ensino online, mas consegui me adaptar e aprender um pouco” (Aluno 9, turma 3º ano Bárbara de Alencar, resposta à questão 7).

Além dos desafios acadêmicos, o impacto emocional também foi significativo. O temor constante em relação à própria saúde e à de entes queridos adicionou uma camada extra de estresse à rotina diária dos estudantes. Essa preocupação, aliada à instabilidade causada pela incerteza quanto ao futuro, repercutiu negativamente não só no desempenho escolar, mas também na qualidade das relações interpessoais estabelecidas virtualmente.

No entanto, o período pandêmico também proporcionou momentos de introspecção e autoconhecimento para parte dos alunos. A distância dos ambientes sociais tradicionais incentivou alguns estudantes a desenvolver habilidades de autogerenciamento e adaptação. Muitos passaram a refletir sobre seus métodos de estudo, a importância do bem-estar emocional e a necessidade de estruturar rotinas que favorecessem o autocuidado, evidenciando uma capacidade resiliente para enfrentar adversidades. Conforme expresso na fala do discente:

A pandemia afetou bastante a minha vida, principalmente no início, quando tive que me adaptar ao isolamento social e à incerteza do que estava por vir. Precisei me reinventar em muitos aspectos, mas acredito que saí mais forte disso tudo. (Aluno 1, turma 2º ano Antônio Conselheiro, resposta à questão 4).

Em resumo, a pandemia despertou experiências emocionais diversas entre os alunos. Enquanto muitos enfrentaram desafios relacionados ao isolamento, à sobrecarga tecnológica e ao estresse contínuo, outros aproveitaram a oportunidade para desenvolver novas estratégias de adaptação e fortalecer suas habilidades. Essa dualidade mostra que, embora o período tenha sido disruptivo e, em muitos momentos, doloroso, também serviu como um catalisador para o crescimento pessoal e o desenvolvimento de uma resiliência renovada. Como relatado pelo estudante abaixo:

Acho que a pandemia me fez ter noção das coisas, eu acho que me fez melhorar em alguns aspectos. Eu passei a ter um pouco mais de empatia com as pessoas, minha curiosidade pelo mundo foi maior, eu descobri minha sexualidade, a forma como eu me sinto bem comigo mesma. Por um outro lado, socializar foi um problema, até hoje eu me sinto um pouco desconfortável em socializar demais. (Aluno 4, turma 2º ano Dom Helder Câmara, resposta à pergunta 6).

Portanto, analisar a pandemia sob a perspectiva dos alunos revela a complexidade deste momento histórico, ressaltando a importância de abordagens educacionais que levem em conta tanto os desafios acadêmicos quanto os emocionais. Essa compreensão contribui para a construção de ambientes de aprendizagem mais humanos e preparados para apoiar os estudantes frente a futuras adversidades.

4.3.4 Impactos da Pandemia na Vida dos Alunos

Os impactos da pandemia na vida dos alunos foram amplos e multifacetados, afetando tanto o aspecto emocional quanto o desempenho acadêmico e as dinâmicas sociais.

No âmbito emocional, diversos relatos indicaram o surgimento de sentimentos intensos de ansiedade, medo e tristeza. O isolamento social, imposto para conter a disseminação do vírus, interrompeu não apenas as interações cotidianas, mas também as atividades que ofereciam suporte afetivo e social. Essa ruptura provocou uma sensação de vulnerabilidade em muitos estudantes, que se viram privados do contato direto com amigos e familiares em momentos cruciais de seu desenvolvimento emocional.

Paralelamente, a transição repentina para o ensino remoto evidenciou desafios significativos na esfera acadêmica. Sem a presença física do professor e a interação espontânea que ocorre em sala de aula, muitos alunos enfrentaram dificuldades para manter a concentração e compreender os conteúdos com a mesma eficácia do ambiente presencial. A ausência de atividades colaborativas tradicionais prejudicou a construção de vínculos essenciais, até então fundamentais para a motivação e o engajamento dos estudantes.

Apesar dos obstáculos, parte dos alunos demonstrou notável capacidade de adaptação. Muitos encontraram alternativas para lidar com as novas condições, recorrendo a estratégias individuais e coletivas, como a criação de grupos de apoio online. Essas iniciativas permitiram que alguns estudantes mantivessem, pelo menos parcialmente, a dinâmica de aprendizado e a aproximação entre os pares, evidenciando a importância da resiliência e da cooperação em momentos de crise. Os impactos, assim, revelaram tanto as vulnerabilidades quanto as potencialidades presentes no ambiente escolar durante a pandemia. Enquanto um grupo considerável de alunos sofreu com o estresse e as dificuldades oriundas das mudanças abruptas, outros conseguiram desenvolver mecanismos de enfrentamento e adaptação que fortaleceram sua autonomia e capacidade de gerir desafios.

Diante desse cenário, torna-se imperativo o fortalecimento de uma rede de apoio que integre escola, família e comunidade. Essa rede é essencial para oferecer suporte emocional

contínuo, facilitar a adaptação a novas metodologias de ensino e garantir que os alunos se sintam acolhidos e amparados. A experiência vivida durante a pandemia evidencia a necessidade de repensar e ampliar as estratégias de apoio educacional, preparando, assim, a comunidade escolar para enfrentar futuras adversidades de forma colaborativa e resiliente.

4.3.5 O Luto e as Experiências de Perda

Durante a pandemia, a experiência do luto se manifestou de forma significativa e dolorosa em diversos níveis. Muitos alunos enfrentaram a perda de entes queridos, mas também a interrupção do cotidiano escolar e a ruptura com a normalidade que lhes era conhecida. Essa conjuntura ampliou a compreensão do luto, não apenas como a ausência física de pessoas amadas, mas também como a perda de momentos, oportunidades e vínculos que estruturavam seu dia a dia.

Alguns estudantes vivenciaram o luto de forma direta, ao perder familiares próximos ou amigos íntimos, o que provocou um turbilhão de sentimentos como tristeza, medo e até mesmo um profundo senso de abandono. Por outro lado, outros alunos experienciaram um luto mais simbólico, marcado pela perda da rotina escolar, do convívio diário e de oportunidades que antes contribuíam para seu desenvolvimento social e afetivo. Essa dualidade mostra como o luto pode ter dimensões variadas, afetando diferentes aspectos da vida dos jovens. Essa perca pode ser notada como na fala abaixo:

sim, na forma de me ver perdido e sem saber o que fazer, estava com sintomas de ansiedade e não sabia lidar com isso, por falta de apoio ou até acompanhamento médico, ficar preso em casa não agregou em nada (Aluno 2, turma 3º ano Bárbara de Alencar, resposta à questão 6).

Diante dessas experiências, os professores passaram ainda mais, após o período da pandemia, a desempenhar um papel imprescindível como mediadores e facilitadores do processo de acolhimento. Ao criar espaços de diálogo e promover a expressão aberta das emoções, os professores ajudaram os alunos a reconhecerem que o luto, embora doloroso, é uma resposta natural a perdas significativas. Esse ambiente de apoio permitiu que os estudantes compartilhassem suas vulnerabilidades, contribuindo para a ressignificação das perdas e para a construção de caminhos que favorecessem o desenvolvimento da resiliência emocional. Essa experiência dos professores como instrumentos de uma escuta ativa pode ser confirmada a partir:

Sim, muitos alunos vivenciaram o luto durante a pandemia, especialmente por perdas de familiares próximos, como avós, pais ou tios. Essas experiências foram marcadas pela dificuldade de despedida devido às restrições sanitárias, o que intensificou a dor. Alguns alunos expressaram sentimentos de tristeza, solidão e até mudanças comportamentais, enquanto outros preferiram silenciar. Isso reforça a importância de acolher e oferecer suporte emocional no ambiente escolar. (Professor J, resposta à questão 6).

Além disso, essas vivências evidenciam a importância de instituir, dentro da própria escola, espaços dedicados ao apoio psicoemocional. Tais espaços possibilitam que os alunos expressem seus sentimentos com segurança e recebam orientação para transformar a dor da perda em um processo de aprendizado e fortalecimento pessoal. O diálogo aberto e o apoio mútuo são fundamentais para que esses jovens possam reconstruir seu senso de pertencimento e superar as adversidades, no entanto, mesmo a pandemia, a presença desses profissionais não é uma realidade na rede pública estadual de ensino, pois não há sinal de políticas públicas voltadas para tal.

Em síntese, a pandemia revelou a complexidade do luto, mostrando que ele pode se manifestar tanto como uma perda concreta quanto simbólica. Essa realidade reforça a necessidade de uma abordagem sensível e estruturada dentro do ambiente escolar, onde o apoio emocional e os espaços de diálogo sejam elementos centrais para o desenvolvimento integral dos alunos. Ao lidar com o luto de forma aberta e acolhedora, a escola não apenas auxilia na superação das perdas, mas também promove um ambiente que fortalece a resiliência e a capacidade dos jovens de enfrentar desafios futuros. Essa complexidade do luto pode ser observada no relato abaixo:

Sim, eu perdi a minha mãe em 2021 (ainda estávamos ainda na pandemia), ela tinha câncer no intestino e não foi fácil para mim e nem pro meu pai, tive que faltar a escola pra cuidar dela já que meu pai tinha que trabalhar. Às vezes meu pai ficava chorando no banheiro pra não chorar na minha frente e da minha mãe, eu perdi ela quando estava só eu e ela em casa, tive que ligar para a chefe do meu pai para pedir para ele ir pra casa pq eu não sabia o q fazer. Então foi difícil para nós dois, ficamos até um tempo morando com a minha irmã. (Aluna 6, turma 2º ano Antônio Conselheiro, resposta à questão 5).

4.3.6 Impactos na Saúde Mental dos Alunos

A pandemia impactou significativamente a saúde mental dos alunos de diversas maneiras. A redução da interação social, as incertezas quanto ao futuro e as mudanças abruptas na rotina escolar contribuíram para o aumento de quadros de ansiedade, depressão e estresse entre os estudantes. Como bem relatado por um dos professores:

A pandemia causou grande impacto na saúde mental dos alunos. Podemos observar, em uma parte dos alunos, transtorno da ansiedade, dificuldade de concentração e de aprendizagem. O isolamento social gerou também, em alguns alunos, problemas em se relacionar e em interagir com os colegas e professores, tendo como consequência também a evasão escolar. O medo e a angústia com a situação mundial de perdas deixaram marcas que perduram até hoje. (Professor E, resposta à questão 5).

Essas condições de vulnerabilidade se manifestaram, em muitos casos, através de sinais de desmotivação e dificuldades de concentração, afetando diretamente o desempenho acadêmico dos alunos. A ausência de um ambiente propício para a socialização e o aprendizado presencial impôs desafios que exigiram uma rápida adaptação por parte dos estudantes. Os relatos de impactos negativos são muito maiores do que os positivos como:

Sim, por eu ter passado muito tempo sozinho, isolado do mundo, das outras pessoas, acredito que isso veio a atribuir na minha vida um desejo de paz e calma, hoje em dia eu não gosto de lugares muito barulhento e povoados, prefiro ficar em casa ou na casa de pessoas que eu considero importante. (Aluno 1, turma 3º ano Maria da Penha, resposta à questão 6).

O aspecto emocional passou a ser um fator determinante para a aprendizagem. Reconhecendo essa realidade, tornou-se necessário que os professores e a própria instituição escolar reavaliassem suas práticas de apoio e acompanhamento, a fim de oferecer suporte adequado aos alunos e atenuar os efeitos negativos causados pelo isolamento e pelas mudanças repentinas, sendo que mesmo com todos os esforços possíveis, infelizmente para muitos casos, essa redefinição de estratégias não era suficiente pela falta de parcerias com profissionais ou organismos (RAPS), somente boa vontade não basta para resolver esses problemas, é necessário de forma urgente uma política pública específica para saúde mental.

Relatos e observações indicaram que a ausência de diálogos abertos e o desamparo diante das questões psicoemocionais potencializaram essa vulnerabilidade. Essa falta de comunicação efetiva sobre os sentimentos e desafios enfrentados pelos alunos contribuiu para agravar os problemas emocionais já existentes, dificultando a identificação e a intervenção tempestiva.

Como resposta a esses desafios, diversas iniciativas escolares poderiam ter sido implementadas para mitigar os efeitos da pandemia. A criação de atividades socioemocionais, a realização de sessões de escuta ativa e a formação de parcerias com profissionais de saúde mental se mostrariam estratégias essenciais para apoiar os estudantes. Essas iniciativas permitiriam a promoção de ambientes mais acolhedores e facilitaram a recuperação do

equilíbrio emocional dos alunos.

Em síntese, os impactos da pandemia na saúde mental dos alunos evidenciam a necessidade de um olhar atento e de práticas educativas que integrem o apoio emocional como parte fundamental do processo de aprendizagem. Com a adoção dessas estratégias, torna-se possível não apenas enfrentar os desafios impostos pela crise, mas também fortalecer a resiliência dos alunos para futuros obstáculos.

4.3.7 A Aprendizagem Durante a Pandemia

O processo de aprendizagem, que sempre esteve intrinsecamente ligado às condições emocionais dos alunos, sofreu alterações profundas durante a pandemia. O cenário pandêmico não só afetou o bem-estar emocional dos estudantes, mas também expôs a necessidade de repensar todo o sistema educacional, que historicamente se baseava na presença física e na interação direta entre professores e alunos.

A transição para o ensino remoto revelou desigualdades significativas no acesso a tecnologias e demonstrou as dificuldades de adaptação a novas metodologias de ensino. Muitos alunos enfrentaram barreiras como a falta de equipamentos adequados, conexão instável à internet e ambientes domésticos pouco propícios para o estudo, o que comprometeu o aproveitamento das aulas e o engajamento no processo de aprendizagem. Como apontado por um dos alunos que aceitaram participar da pesquisa: “eu não conseguir estudar por não ter acesso ao celular” (Aluno 16, turma 2º ano Zumbi dos Palmares, resposta à questão 7).

Devido à mudança abrupta do modelo tradicional, os métodos de ensino centrados exclusivamente na figura do professor em sala de aula precisaram ser reformulados. Os educadores tiveram que desenvolver estratégias que levassem em conta não apenas a transmissão do conteúdo, mas também a necessidade de capturar e manter a atenção dos alunos num ambiente virtual. Essa reformulação envolveu a adoção de técnicas interativas e a incorporação de recursos digitais, transformando a forma de ensinar e de aprender.

Embora desafiadora, a nova realidade também despertou interesse por abordagens educacionais que valorizassem a autonomia dos estudantes. A utilização criativa de plataformas digitais e de métodos interativos tinha como objetivo incentivar os alunos a se tornarem protagonistas do seu próprio aprendizado, promovendo o desenvolvimento de habilidades que vão além do conhecimento tradicional, como o pensamento crítico, a resolução de problemas e a colaboração em ambientes virtuais, no entanto, nem sempre cumpria o seu papel, por dificuldades como o acesso, a motivação dentre outros.

Porém, os desafios foram inúmeros e impactaram diretamente o rendimento acadêmico dos alunos. A sobrecarga emocional, aliada à falta de interações presenciais e ao sentimento de isolamento, contribuiu para o surgimento de dificuldades na concentração, na assimilação dos conteúdos e na realização de atividades em grupo. Esse cenário exigiu uma postura de constante adaptação por parte dos docentes, que precisaram repensar suas práticas pedagógicas e buscar soluções inovadoras para manter a qualidade do ensino. Esses desafios puderam ser percebidos por alguns dos nossos estudantes, como por exemplo:

Fiquei sem ir para a escola por muito tempo e não estudei muito online porque achava muito difícil, então basicamente não estudei na pandemia (Aluno 1, turma D. Helder Câmara, resposta à questão 8).

Em resumo, a aprendizagem durante a pandemia foi marcada por uma série de transformações que exigiram a revisão de estratégias tradicionais e a adoção de novas práticas mais flexíveis e inclusivas. Apesar das inúmeras dificuldades, esse processo evidenciou o potencial para o desenvolvimento de métodos educacionais mais autônomos e interativos, capazes de preparar os alunos para enfrentar desafios futuros em um mundo cada vez mais digital e dinâmico.

4.3.8 Impactos do Momento Pandêmico na Vida Escolar

Os impactos da pandemia na vida escolar foram profundos e abrangentes, transformando não só a forma de ensino, mas principalmente a dinâmica das relações e da convivência dentro da escola.

A transição para o ensino remoto obrigou a redefinir o espaço de aprendizagem. Em muitos momentos, o ambiente virtual substituiu o espaço físico tradicional, o que gerou uma série de desafios relacionados à comunicação, à colaboração em grupo e à manutenção da disciplina. A ausência da interação direta dificultou o desenvolvimento de atividades coletivas e a troca espontânea de ideias entre os alunos. Conforme nos relata uma das nossas participantes:

eu era uma ótima aluna, exemplar, muito inteligente e interessada nos estudos. Durante a pandemia e depois ficou péssimo, não tinha nenhum ânimo pra estudar e passei de "aluna inteligente" para "desinteressada" (Aluna 2, turma 2º ano Antônio Conselheiro, resposta à questão 8).

Outra mudança significativa foi a interrupção dos rituais que antes consolidavam a identidade coletiva da escola, como festas, reuniões e atividades extracurriculares. Essa interrupção provocou um sentimento de desestruturação, fragmentando o ambiente escolar e afetando o senso de comunidade dos estudantes. A falta desses momentos de integração diminuiu a coesão social e o vínculo afetivo entre os membros da comunidade escolar.

Por outro lado, a situação forçou a adoção de novas práticas de gestão e métodos de ensino. Foi imperativo integrar tecnologias digitais com as estratégias pedagógicas tradicionais para manter o processo de ensino-aprendizagem. Essa fusão de métodos promoveu a inovação na prática educativa, desafiando os professores a desenvolverem abordagens mais flexíveis e interativas, capazes de responder às demandas emergentes do contexto pandêmico.

A experiência vivida também evidenciou a importância de um planejamento contingencial robusto. Esse precisa levar em conta não somente os aspectos técnicos do ensino remoto, mas, sobretudo, as necessidades emocionais e sociais dos alunos. A rede de apoio escolar passou a ser fundamental para mitigar o isolamento e garantir que os estudantes recebessem o suporte necessário para lidar com as mudanças e adversidades.

Em síntese, a crise pandêmica impulsionou uma reavaliação profunda dos métodos educativos e isso não quer dizer que tenham sido amplamente acessíveis a todos. Apesar dos inúmeros desafios, o período também abriu espaço para a necessidade de implementação de práticas que promovam não apenas o aprendizado acadêmico, mas também a saúde mental e o bem-estar dos alunos. Essa transformação evidencia a urgência de repensar o papel da escola como um ambiente que abrange tanto a dimensão cognitiva quanto a emocional, preparando a comunidade escolar para enfrentar futuras adversidades de maneira integrada e resiliente.

4.4 Análise dos resultados do relatório: a saúde mental como garantia de direitos e cidadania

4.4.1 Análises qualitativas das turmas/grupos separadamente

4.4.1.1 Maria da Penha

Na recente discussão sobre saúde mental, os alunos desta turma demonstraram perspectivas variadas que enriquecem o debate sobre esse tema tão complexo.

Uma parcela dos estudantes associa a saúde mental ao bem-estar emocional e psicológico, enfatizando sua importância como ferramenta essencial para superar desafios cotidianos e promover uma vida mais harmoniosa (Alunos 3, 10, 11, 12).

Outros ressaltam a relevância do autoconhecimento e do controle emocional, defendendo que o equilíbrio interno é a base indispensável para manter uma mente saudável e resiliente (Alunos 4, 15).

Adicionalmente, um aluno destacou a eficácia de práticas concretas – como a atividade de desenhar, a adoção de uma alimentação balanceada e a prática regular de exercícios – como estratégias que reforçam a saúde mental.

Por fim, algumas respostas evidenciam uma visão individualizada e subjetiva, conectando a saúde mental às emoções vivenciadas no momento, enquanto outras apontam para percepções negativas ou mesmo para a ausência de bem-estar mental, revelando os desafios enfrentados por parte dos alunos (Alunos 7, 8, 13; 1, 14).

4.4.1.2 EJA Paulo Freire

Diversos estudantes dessa turma associam a saúde mental ao equilíbrio interno, destacando a capacidade de organizar os pensamentos e gerenciar as emoções de forma eficaz como elemento fundamental para uma mente bem estruturada (Alunos 1, 2, 5).

Muitos enfatizam que uma mente saudável é indispensável para garantir bem-estar e qualidade de vida, posicionando a saúde mental como um pilar essencial para enfrentar os desafios do cotidiano (Alunos 3, 13).

Ainda, há quem relate saude mental ao aprimoramento da consciência, ressaltando que a clareza na tomada de decisões e o profundo entendimento de si próprio são determinantes na construção de uma existência harmoniosa (Alunos 11, 14).

Por fim, alguns alunos ampliam esse conceito ao considerá-lo parte de um bem-estar mais amplo, que integra dimensões físicas e sociais. Contudo, certos estudantes demonstram dificuldade em definir o conceito, o que indica que o tema pode não estar suficientemente presente nas discussões diárias (Alunos 8, 7; 4, 21).

4.4.1.3 Bárbara de Alencar

Na análise dessa turma, a saúde mental é amplamente compreendida como um estado de equilíbrio emocional e psicológico. Essa condição é vista como a base indispensável para enfrentar os desafios cotidianos e manter um desempenho saudável em diversas áreas da vida (Alunos 1, 10, 12, 14).

Para muitos, esse equilíbrio constitui um verdadeiro pilar para uma existência plena, prevenindo o surgimento de transtornos como ansiedade e depressão, e elevando a qualidade de vida. Essa visão enfatiza não apenas a preservação do bem-estar, mas também a capacidade de construir uma rotina mais resiliente e satisfatória (Alunos 5, 6, 13).

Alguns estudantes destacam ainda que a saúde mental envolve a manutenção de uma consciência aguçada sobre as próprias ações e percepções. Essa abordagem ressalta a importância do autoconhecimento como ferramenta para interpretar experiências e tomar decisões fundamentadas (Alunos 7, 9).

Outras respostas apontam que essa saúde não se restringe ao indivíduo, mas se estende à forma como percebemos o mundo e estabelecemos relações interpessoais. Assim, o bem-estar psicológico revela-se também na qualidade das conexões sociais e na clareza com que interagimos com o ambiente ao nosso redor (Alunos 2, 9).

Por fim, há quem defina a saúde mental como a mera ausência de problemas, uma perspectiva que pode ser considerada limitada por não abranger toda a complexidade do tema. Essa visão sugere que, para um entendimento mais completo, é crucial reconhecer que a saúde mental envolve tanto fatores positivos quanto a habilidade de lidar com as adversidades (Alunos 4, 12).

4.4.1.4 Luiz Gonzaga

Na percepção dos alunos dessa turma, a saúde mental é intrinsecamente ligada ao bem-estar e à estabilidade, qualificando-se como um recurso indispensável para enfrentar os desafios do cotidiano (Alunos 1, 11, 12, 20, 24).

Alguns estudantes enfatizam que essa saúde transcende a esfera emocional pura, envolvendo também aspectos físicos e afetivos, o que revela uma abordagem holística e integrada do tema (Alunos 2, 17).

Diversas respostas ressaltam que a saúde mental constitui um direito fundamental, merecendo ser debatida amplamente na sociedade para promover melhorias tanto individuais quanto coletivas (Alunos 5, 26).

Adicionalmente, há quem defina a saúde mental como um estado emocional e cognitivo, que pode se manifestar de maneira positiva ou negativa, sublinhando a complexidade inherente a essa temática (Alunos 13, 14).

Por fim, destaca-se a preocupação com as práticas de autocuidado, que envolvem esforços diários para manter uma mente equilibrada, embora alguns alunos ainda expressem

dúvidas quanto à definição precisa do conceito, revelando uma oportunidade valiosa para aprofundar o conhecimento sobre o assunto (Alunos 26, 28; 25).

4.4.1.5 Dom Helder Câmara

Entre os estudantes dessa turma, a saúde mental é invariavelmente associada a um estado de equilíbrio emocional e psicológico, sendo considerada essencial para enfrentar os desafios do dia a dia (Alunos 13, 15, 16, 17, 19, 20).

Adicionalmente, vários alunos enfatizam que a saúde mental tem um impacto direto na qualidade de vida, funcionando como um pilar fundamental para o bem-estar integral, tanto físico quanto emocional (Alunos 3, 6).

Há também um reconhecimento marcado da necessidade de cuidar desse aspecto vital, sobretudo diante da percepção de que, na sociedade contemporânea, a saúde mental frequentemente sofre negligência e desatenção (Alunos 2, 9, 10, 14).

Diversas respostas apontam para a importância de desenvolver a capacidade de gerenciar emoções e sentimentos, destacando que esse manejo eficaz é indispensável para manter um equilíbrio interno saudável (Alunos 1, 4, 7, 22).

Por fim, alguns alunos expressam a dificuldade de abordar o tema ou até mesmo enfrentam desafios pessoais relacionados à manutenção de sua saúde mental, evidenciando uma lacuna que pode ser preenchida com um diálogo mais aberto e práticas contínuas de autocuidado (Alunos 21, 14).

4.4.1.6 Antônio Conselheiro

Muitos alunos desta turma percebem a saúde mental como um estado de equilíbrio e serenidade interior, ressaltando a importância de alcançar um meio-termo emocional que permita uma convivência harmônica com os altos e baixos da vida (Alunos 1, 2, 16).

Alguns afirmam que a saúde mental é o alicerce fundamental tanto para a existência plena quanto para o processo de aprendizagem, sendo crucial para enfrentar os desafios cotidianos com eficácia (Alunos 8, 20).

Há também diversas manifestações que enfatizam a urgência de abrir espaços para o debate sobre esse tema, destacando a necessidade de inserir a saúde mental nas discussões públicas e sociais atuais (Alunos 5, 13, 14).

Outros alunos definem saúde mental como uma percepção interna que integra de forma intrínseca os pensamentos e emoções individuais, ressaltando uma dimensão profundamente pessoal do bem-estar psicológico (Alunos 11, 12, 21).

Por fim, há um reconhecimento generalizado de que o tema deve ser valorizado e tratado com a devida seriedade, promovendo uma abordagem que fortaleça a consciência e o cuidado com a saúde mental na sociedade (Alunos 9, 14, 19).

4.4.1.7 Zumbi dos Palmares

Entre as respostas dos alunos dessa turma, algumas enfatizam que a saúde mental se manifesta como a capacidade de enfrentar adversidades sem se abalar, revelando uma resiliência emocional que possibilita manter o equilíbrio mesmo diante dos desafios da vida (Alunos 1, 15).

Muitos conceituam a saúde mental como um estado multifacetado, abrangendo dimensões psicológicas e emocionais que podem apresentar nuances tanto positivas quanto negativas, evidenciando a complexidade intrínseca dessa temática (Alunos 4, 5, 6, 9, 12).

Outros ressaltam a importância do autoconhecimento, apontando que compreender e interpretar os próprios sentimentos é um passo fundamental para cultivar uma mente harmoniosa, onde o equilíbrio interior se torna um alicerce para o bem-estar geral (Alunos 11, 22, 23).

Há, ainda, aqueles que defendem a necessidade de cuidar continuamente da mente por meio de práticas de autocuidado, vendo esse zelo como parte integrante do cuidado pessoal e da manutenção de uma saúde mental sólida (Alunos 14, 24, 26, 27).

Por fim, alguns alunos associam a saúde mental à busca pela paz interior e à estabilidade emocional, destacando que essa harmonia é indispensável para alcançar uma vida plena e satisfatória (Alunos 19, 21).

4.4.1.8 Chico da Matilde

Muitos alunos desta turma conceituam a saúde mental como um estado de equilíbrio que abrange dimensões emocionais, psicológicas e sociais, destacando que esse equilíbrio é fundamental para manter o bem-estar no dia a dia (Alunos 2, 38, 41).

Há uma evidente correlação entre saúde mental e bem-estar integral, com ênfase no valor de sentir-se bem consigo mesmo e de cultivar relações harmoniosas, aspectos que enriquecem a qualidade de vida e promovem uma existência mais plena (Alunos 4, 11, 24, 40, 43).

Diversas respostas evidenciam uma preocupação com o autocuidado e com práticas de autorreflexão, sugerindo que o cultivo ativo da mente é imprescindível. Essa abordagem

reflete a importância de adotar hábitos que favoreçam o equilíbrio emocional e o autoconhecimento (Alunos 10, 25, 35).

Outros alunos associam a saúde mental à habilidade de enfrentar desafios e solucionar problemas, ressaltando que um estado mental equilibrado potencializa a resiliência necessária para superar as adversidades do cotidiano (Alunos 1, 21, 30).

Por fim, há vozes que alertam para a necessidade de não negligenciar o tema, enfatizando que muitas pessoas precisam de apoio para manter sua saúde mental. Em paralelo, alguns alunos demonstram dificuldades em definir exatamente o conceito, o que evidencia oportunidades para um aprofundamento e aprendizado contínuo sobre o assunto (Alunos 3, 12, 33; 9, 19, 32).

4.4.2 Comparação entre as turmas/grupos

Comparar as turmas com base nos padrões identificados revela tanto semelhanças marcantes quanto diferenças sutis nas percepções dos alunos sobre saúde mental. Em diversas turmas, a saúde mental é amplamente configurada como um estado de equilíbrio multifacetado – emocional, psicológico e, em alguns casos, social – e é considerada indispensável para o bem-estar no cotidiano.

Enquanto alguns alunos enfatizam a capacidade de enfrentar desafios e manter a estabilidade, associando a saúde mental a resiliência e a habilidades de gerenciamento de emoções, outras turmas apontam para um entendimento mais abrangente. Nessas, o conceito é ampliado e incorporado ao autocuidado, à autorreflexão e ao autoconhecimento, destacando a importância de práticas que promovam uma mente ativa e bem cuidada.

Contudo, há também a presença de visões que tendem a reduzir a saúde mental à simples ausência de conflitos ou problemas, o que evidencia uma abordagem mais limitada e revela lacunas na discussão sobre o tema. Essa perspectiva ressalta, por um lado, a necessidade de uma educação mais robusta e, por outro, a variação nas experiências e entendimentos entre os alunos.

Em suma, o comparativo entre as turmas demonstra um consenso geral sobre a importância de uma mente equilibrada para viver bem, mas ressalta as nuances que emergem conforme o foco de cada grupo – desde a ênfase na resiliência diante das adversidades até a valorização do autoconhecimento e das práticas de autocuidado. Essa diversidade, ao mesmo tempo que enriquece o debate, indica oportunidades para aprofundar a abordagem da saúde mental em contextos educativos.

4.4.2.1 Padrões comuns entre as turmas

- **Saúde mental como equilíbrio emocional e psicológico** Em todas as turmas, os alunos frequentemente associam saúde mental ao equilíbrio emocional e psicológico, destacando sua relevância para o dia a dia.

Essa visão apareceu fortemente na **EJA Paulo Freire, Dom Helder Câmara, Bárbara de Alencar, Luiz Gonzaga e Chico da Matilde**.

- **Saúde mental como essencial para qualidade de vida**

A ideia de que saúde mental é **a base para viver bem e ter uma vida tranquila** apareceu em várias escolas, mostrando uma preocupação geral com o impacto no cotidiano.

Essa percepção foi forte na **Bárbara de Alencar, Antônio Conselheiro e Zumbi dos Palmares**.

- **A necessidade de cuidar da saúde mental**

Muitos alunos reconheceram que saúde mental **deve ser trabalhada e discutida**, reforçando a importância do autocuidado e da conscientização.

Essa ideia apareceu na **Maria da Penha, Chico da Matilde e Antônio Conselheiro**.

- **Dificuldade em definir saúde mental**

Alguns alunos demonstraram **dúvidas ou incerteza** sobre o conceito de saúde mental, indicando que o tema pode não ser amplamente abordado no cotidiano escolar.

Esse padrão foi observado na **EJA Paulo Freire, Luiz Gonzaga e Zumbi dos Palmares**.

- **Saúde mental e resiliência emocional**

A visão de que saúde mental está relacionada à **capacidade de enfrentar desafios sem se abalar** apareceu em algumas escolas, reforçando uma perspectiva mais voltada para força emocional.

Esse pensamento apareceu na **Zumbi dos Palmares e Chico da Matilde**.

4.4.2.2 Diferenças entre as turmas

- **Ênfase na saúde mental como consciência e percepção interna** Algumas turmas enfatizaram a **relação entre saúde mental e o autoconhecimento**, enquanto outras focaram mais no impacto externo.

Mais presente em **Maria da Penha e Zumbi dos Palmares**.

- **Saúde mental como parte do bem-estar físico e social**

Algumas turmas mencionaram que saúde mental **não é apenas emocional e psicológica, mas envolve também o corpo e as relações sociais**.

Essa ideia foi forte na **EJA Paulo Freire e Luiz Gonzaga**.

- **Saúde mental como algo negligenciado na sociedade** Alguns alunos destacaram que **a saúde mental ainda não recebe a devida atenção e deveria ser mais discutida**.

Essa preocupação foi mais evidente na **Antônio Conselheiro e Chico da Matilde**.

- **Saúde mental como enfrentar dificuldades e lidar com problemas**

Algumas turmas mostraram uma **perspectiva mais voltada para resiliência emocional**, em que saúde mental significa conseguir lidar com os desafios sem se deixar afetar profundamente.

Esse pensamento apareceu mais em **Zumbi dos Palmares e Antônio Conselheiro**.

- **Saúde mental como organização mental e clareza de pensamento** Alguns alunos definiram saúde mental como a **capacidade de ter uma mente organizada, clara e livre de confusão**, o que se diferencia da visão mais emocional encontrada em outras escolas.

Essa definição foi mais comum na **EJA Paulo Freire e Chico da Matilde**.

4.4.2.3 Insights gerais

A comparação entre as turmas evidencia que as percepções sobre saúde mental são amplamente diversificadas, moldadas pelos contextos e vivências individuais dos alunos. Em algumas instituições, predomina a ênfase nos aspectos emocionais e sociais, enquanto em outras o foco recai sobre a organização interna e a resiliência necessária para enfrentar adversidades.

Além disso, há um consenso acerca da importância de cuidar da mente, com diversas turmas destacando a necessidade de cultivar práticas que promovam o bem-estar psicológico. Em certos grupos, a discussão se orienta para a conscientização social do tema, enquanto outros privilegiam o autocuidado individual, realçando assim a pluralidade de abordagens existentes.

Por fim, observa-se que, em alguns ambientes escolares, a definição de saúde mental ainda é vaga, representando um entrave para a compreensão plena do conceito. Essa lacuna aponta para a urgente necessidade de desenvolver estratégias educativas mais estruturadas, capazes de aprofundar e integrar o entendimento dessa temática fundamental à vida cotidiana.

4.4.3 Atividades interativas por turma

Propor atividades interativas adaptadas às características e necessidades específicas de cada grupo é essencial. Para isso, é fundamental considerar os padrões e as diferenças identificados nas análises das turmas, de modo que cada estratégia possa dialogar diretamente com as vivências e desafios dos alunos.

Ao personalizar essas atividades, não apenas promovemos uma reflexão mais profunda e significativa sobre a saúde mental, mas também incentivamos o autoconhecimento e o

desenvolvimento de práticas de bem-estar que atendam de forma individualizada às demandas de cada estudante.

4.4.3.1 Maria da Penha – Explorando a percepção pessoal da saúde mental

💡 Atividade: "Mapa da Mente"

Cada aluno desenha um mapa mental com palavras que representam sua saúde mental no dia a dia. Eles podem usar cores e símbolos para identificar emoções e desafios. Depois, discutem em grupos como melhorar essas áreas.

◉ Objetivo: Trabalhar o autoconhecimento e a percepção emocional, já que os alunos desta escola mostram uma visão mais subjetiva da saúde mental.

4.4.3.2 EJA Paulo Freire – Organização mental e clareza de pensamento

💡 Atividade: "Caixa da Confusão vs. Caixa da Clareza"

Os alunos escrevem em dois papéis: um sobre momentos em que se sentiram mentalmente confusos e outro sobre momentos em que tiveram clareza. A turma debate o que pode ajudar a ter uma mente mais organizada e equilibrada.

◉ Objetivo: Ajudar os alunos a entenderem como sua mente funciona e como a organização mental impacta sua saúde mental, alinhado com suas percepções do tema.

4.4.3.3 Bárbara de Alencar – Conexão entre saúde mental e qualidade de vida

💡 Atividade: "A Trilha do Bem-Estar"

Cada grupo cria uma trilha imaginária com diferentes elementos que representam uma vida saudável (exemplo: atividade física, boas relações, descanso, autoestima). No final, refletem sobre o que está faltando na própria rotina.

◉ Objetivo: Relacionar saúde mental com práticas que promovem qualidade de vida, já que essa escola enfatiza esse aspecto.

4.4.3.4 Luiz Gonzaga – Saúde mental como algo social e físico

💡 Atividade: "Conexões Invisíveis"

Os alunos recebem fichas com diferentes fatores que influenciam a saúde mental (exemplo: sono, alimentação, apoio social, desafios acadêmicos). Em roda, discutem como essas influências interagem e impactam seu bem-estar.

◉ Objetivo: Mostrar que saúde mental não depende apenas das emoções, mas também de fatores físicos e sociais, como os alunos desta escola apontaram.

4.4.3.5 Dom Helder Câmara – Quebrando o tabu da saúde mental

💡 Atividade: "Fala Aberta"

Cada aluno escreve em um papel anônimo uma dúvida ou pensamento sobre saúde mental que nunca teve coragem de compartilhar. O grupo escolhe alguns para discutir e trazer informações corretas sobre o tema.

◉ Objetivo: Trabalhar a dificuldade dos alunos em conversar sobre saúde mental, visto que alguns relataram que o tema é difícil de ser abordado.

4.4.3.6 Antônio Conselheiro – A saúde mental como algo ativo e contínuo

💡 Atividade: "Diário do Cuidado Mental"

Os alunos recebem um pequeno espaço para listar três hábitos que praticam (ou gostariam de praticar) para cuidar da saúde mental no dia a dia. Durante uma semana, acompanham como essas práticas impactam seu bem-estar.

◉ Objetivo: Ajudar os alunos a entenderem que saúde mental não significa apenas estar bem, mas envolve práticas diárias de cuidado.

4.4.3.7 Zumbi dos Palmares – Resiliência emocional e enfrentamento de desafios

💡 Atividade: "Quebra-Cabeça das Emoções"

Cada aluno recebe um desafio fictício (exemplo: lidar com ansiedade antes de uma prova). Juntos, criam estratégias para lidar com essas situações sem se abalar e compartilham suas ideias.

◉ Objetivo: Trabalhar a perspectiva da escola de que saúde mental envolve lidar com dificuldades e ser resiliente.

4.4.3.8 Chico da Matilde – Saúde mental como ferramenta para superar desafios

💡 Atividade: "O Jogo das Decisões"

Os alunos são apresentados a diferentes cenários em que precisam tomar decisões que podem impactar sua saúde mental. Depois, discutem as consequências dessas escolhas e formas mais saudáveis de agir.

◉ Objetivo: Trabalhar a ideia de que saúde mental envolve como enfrentamos problemas e como tomamos decisões, alinhado com a visão dos alunos desta escola.

Com base nos padrões identificados nas análises das turmas, as atividades foram cuidadosamente estruturadas para promover um engajamento profundo e significativo dos alunos com a temática da saúde mental. Essa abordagem estratégica visa estimular a reflexão e o

aprendizado, alinhando as ações pedagógicas às necessidades específicas de cada grupo.

4.4.4 Atividades interativas por agrupamentos

Com base nas semelhanças e diferenças identificadas nas análises, as turmas serão organizadas em grupos de quatro. Para cada um desses agrupamentos, serão propostas atividades interativas, adaptadas às características específicas de cada conjunto, com o objetivo de estimular o engajamento, promover a troca de ideias e aprofundar a compreensão dos temas abordados.

Grupo 1: Maria da Penha, Dom Helder Câmara, Luiz Gonzaga, Chico da Matilde

📌 Padrões comuns:

- Saúde mental como **equilíbrio emocional e psicológico**.
- Ênfase no **bem-estar e estabilidade**.
- Importância do **autocuidado e da saúde mental na sociedade**.

💡 Atividade: "Círculo do Bem-Estar"

Cada grupo de alunos cria uma jornada fictícia em que a saúde mental é fortalecida. Eles devem incluir desafios e soluções práticas (exemplo: lidar com o estresse escolar, organizar a rotina, buscar apoio social). Depois, apresentam suas soluções para a turma e refletem sobre como aplicá-las no dia a dia.

🎯 Objetivo: Mostrar que saúde mental envolve ações concretas e cuidados diários, ampliando a percepção dos alunos sobre seu impacto no bem-estar geral.

Grupo 2: EJA Paulo Freire, Antônio Conselheiro, Bárbara de Alencar, Zumbi dos Palmares

📌 Padrões comuns:

- Saúde mental como **uma construção ativa e contínua**.
- Importância da **resiliência emocional e enfrentamento de desafios**.
- Necessidade de **mais diálogo sobre saúde mental na sociedade**.

💡 Atividade: "Labirinto das Soluções"

Os alunos recebem diferentes desafios fictícios (exemplo: lidar com ansiedade antes de uma prova, manter saúde mental em um ambiente de pressão). Em grupos, exploram alternativas para enfrentar cada situação e depois debatem sobre como construir estratégias emocionais no dia a dia.

🎯 Objetivo: Trabalhar a visão de saúde mental como algo que deve ser **ativo e fortalecido constantemente**, reforçando a capacidade de lidar com adversidades de forma saudável.

Grupo 3: Antônio Conselheiro, Zumbi dos Palmares, Chico da Matilde, Maria da Penha

📌 **Padrões comuns:**

- Saúde mental como **autoconhecimento e percepção interna**.
- Definições mais subjetivas e relacionadas às **emoções individuais**.
- Alguns alunos **demonstraram dificuldade em definir o conceito**.

💡 **Atividade: "A Mente em Palavras"**

Cada aluno escreve um diário reflexivo sobre momentos em que sentiu sua saúde mental afetada (positivamente ou negativamente). Depois, compartilham suas percepções em pequenos grupos e discutem maneiras de fortalecer a mente.

🎯 **Objetivo:** Estimular o autoconhecimento e ajudar os alunos a expressarem suas emoções e entenderem melhor seus próprios estados mentais.

Grupo 4: Luiz Gonzaga, Dom Helder Câmara, EJA Paulo Freire, Chico da Matilde

📌 **Padrões comuns:**

- Saúde mental como **um conceito que envolve corpo, mente e relações sociais**.
- Alguns alunos enfatizam que **saúde mental não é só interna, mas também coletiva**.
- Há necessidade de **mais conscientização sobre o tema**.

💡 **Atividade: "Redes de Apoio"**

Os alunos montam um esquema de "suporte mental", desenhando como diferentes áreas (família, amigos, escola, sociedade) influenciam a saúde mental. Depois, discutem como fortalecer essas redes e garantir que mais pessoas tenham acesso ao cuidado psicológico.

🎯 **Objetivo:** Mostrar que saúde mental não depende só do indivíduo, mas também do ambiente ao redor e das relações interpessoais.

Essas atividades foram estruturadas para atender às necessidades específicas de cada grupo, garantindo que os alunos explorem saúde mental de forma significativa e adaptada às suas percepções.

4.4.5 Análise Quantitativa

Com base nas respostas dos alunos, identificando **frequências e tendências** das definições de saúde mental. Aqui está um levantamento dos principais padrões encontrados nas respostas:

4.4.5.1 Categorias principais das definições

Podemos agrupar as definições em **cinco categorias principais**, conforme a frequência de respostas semelhantes:

Categoria	Descrição	Fre-quência
Equilíbrio emocional e psicológico	Saúde mental como estado de estabilidade emocional, psicológica e social, permitindo lidar com desafios e adversidades.	94 alunos
Bem-estar e qualidade de vida	Saúde mental como essencial para viver bem, se sentir bem consigo mesmo e ter uma rotina saudável.	58 alunos
Autocuidado e necessidade de atenção	Saúde mental como algo que precisa ser trabalhado e cuidado ativamente, seja individualmente ou coletivamente.	41 alunos
Resiliência e enfrentamento de desafios	Definições que associam saúde mental à capacidade de superar dificuldades sem se abalar.	33 alunos
Dúvidas ou indefinições sobre o conceito	Respostas que indicam confusão ou dificuldade em definir claramente saúde mental.	24 alunos

4.4.5.2 Comparação das Turmas por Padrões de Respostas

Esta tabela apresenta como cada turma se encaixa nas categorias identificadas:

Grupo	Equilíbrio emocional	Bem-estar e qualidade de vida	Autocuidado	Resiliência	Dúvidas
Maria da Penha	✓	◊	✓	◊	✗
EJA Paulo Freire	✓	✗	◊	✗	✓
Bárbara de Alencar	✓	✓	◊	✗	✗
Luiz Gonzaga	✓	◊	✓	✗	✓
Dom Helder Câmara	✓	◊	✓	◊	◊
Antônio Conselheiro	◊	✓	✓	✓	✗
Zumbi dos Palmares	✓	◊	✓	✓	✓
Chico da Matilde	✓	✓	✓	◊	✗

✓ = Padrão forte na escola

◊ = Padrão presente, mas não dominante

✗ = Padrão pouco frequente

4.4.5.3 Grupos de Intervenção e Turmas Correspondentes

Esta tabela organiza as turmas de acordo com os desafios identificados para facilitar a aplicação das atividades.

Grupo	Foco da Intervenção	Grupos
Grupo 1	Esclarecimento do conceito de saúde mental	EJA Paulo Freire, Luiz Gonzaga, Zumbi dos Palmares, Dom Helder Câmara
Grupo 2	Redução do tabu e resistência para falar sobre saúde mental	Dom Helder Câmara, Antônio Conselheiro, Bárbara de Alencar, Chico da Matilde
Grupo 3	Saúde mental como algo ativo e contínuo	Bárbara de Alencar, Zumbi dos Palmares, Luiz Gonzaga, Antônio Conselheiro
Grupo 4	Saúde mental como apoio e autocuidado, não apenas força emocional	Zumbi dos Palmares, Antônio Conselheiro, Chico da Matilde, Maria da Penha

Essas tabelas ajudam a visualizar melhor os padrões encontrados e a organização das atividades.

4.4.5.4 Tendências gerais

- 📌 **A definição mais comum:** Equilíbrio emocional e psicológico foi disparadamente o conceito mais citado (94 respostas). Isso mostra que muitos alunos veem saúde mental como algo relacionado à estabilidade interna e à capacidade de lidar com emoções.
- 📌 **Saúde mental como ferramenta para bem-estar:** 58 alunos relacionaram saúde mental diretamente à qualidade de vida, indicando que percebem seu impacto no cotidiano e no funcionamento geral da pessoa.
- 📌 **A necessidade de conscientização e cuidado:** 41 alunos reforçaram que saúde mental precisa ser trabalhada e discutida, tanto individualmente quanto socialmente. Isso sugere que há um reconhecimento da importância do tema, mas possivelmente falta orientação prática sobre como cuidar da mente.
- 📌 **Resiliência ainda é vista como fator essencial:** 33 alunos mencionaram saúde mental como a capacidade de enfrentar dificuldades sem se abalar. Isso indica que parte dos estudantes pode ter uma visão mais voltada para força emocional, possivelmente sem considerar aspectos como vulnerabilidade e suporte.
- 📌 **Dúvidas e falta de clareza:** 24 alunos demonstraram dificuldade em definir o conceito de saúde mental, reforçando a necessidade de mais debates e educação sobre o tema para eliminar confusões.

4.4.5.5 Comparação entre turmas

Ao comparar todas as instituições de ensino envolvidas, observamos que algumas possuem padrões distintos:

- **Turmas/grupos com mais respostas voltadas para equilíbrio emocional e psicológico:**

↗ **EJA Paulo Freire, Luiz Gonzaga, Dom Helder Câmara, Chico da Matilde** (forte presença dessa visão).

- **Turmas/grupos com mais foco em qualidade de vida e bem-estar:** ↗ **Bárbara de Alencar, Antônio Conselheiro, Zumbi dos Palmares** (os alunos destacaram como a saúde mental impacta o dia a dia).

• **Turmas/grupos com maior preocupação com autocuidado e suporte:** ↗ **Maria da Penha, Chico da Matilde, Antônio Conselheiro** (os alunos mencionaram a necessidade de cuidar da mente constantemente).

• **Turmas/grupos que enfatizaram saúde mental como força emocional:** ↗ **Zumbi dos Palmares, Antônio Conselheiro, Chico da Matilde** (associaram saúde mental a "não se abalar" e superar dificuldades).

• **Turmas/grupos com maior quantidade de respostas indefinidas:** ↗ **EJA Paulo Freire, Luiz Gonzaga, Zumbi dos Palmares** (mais alunos indicaram dificuldade de definição).

4.4.5.6 Sugestões com base na análise

Com essa análise quantitativa, podemos direcionar as atividades para suprir os **problemas identificados**, garantindo um aprofundamento do debate sobre saúde mental. Algumas recomendações:

- **Turmas/grupos com muitas respostas indefinidas** podem receber atividades voltadas para esclarecimento de conceitos.
- **Turmas/grupos que enfatizam força emocional** devem abordar vulnerabilidade e apoio como partes fundamentais da saúde mental.
- **Turmas/grupos que mencionam muito a importância do cuidado** podem receber atividades práticas de autocuidado e estratégias para manutenção da saúde mental.

Essa análise quantitativa nos dá uma visão clara de como os alunos estão pensando sobre saúde mental, permitindo ações mais eficazes para abordar o tema!

4.4.6 Propostas de intervenção

Os desafios e as percepções negativas identificadas nas análises das turmas evidenciam a necessidade de ampliar os saberes, desmistificar conceitos equivocados e fomentar diálogos aprofundados sobre saúde mental.

Para atender às diferentes realidades e contextos, as propostas de intervenção serão adaptadas e implementadas por meio de dinâmicas interativas e atividades práticas. Essa abordagem diversificada visa criar espaços onde os alunos possam refletir, desconstruir preconceitos e construir novos entendimentos.

A sugestão é que os estudantes sejam organizados de acordo com os desafios específicos identificados em cada contexto, recebendo atividades customizadas que atendam às suas necessidades individuais e promovam o desenvolvimento de uma visão mais crítica e inclusiva sobre o tema.

Grupo 1: Esclarecimento do conceito de saúde mental

📌 **Turmas/grupos:** EJA Paulo Freire, Luiz Gonzaga, Zumbi dos Palmares, Dom Helder Câmara

📌 **Desafio:** Alguns alunos demonstraram **dúvidas ou incerteza sobre o conceito de saúde mental**, indicando que o tema pode não ser amplamente trabalhado no cotidiano escolar.
 📽 **Foco:** Trabalhar definições mais claras sobre o que é saúde mental e eliminar confusões conceituais.

📌 **Atividade:** "Quebrando o Mito"

💡 **Descrição:** Os alunos recebem frases comuns sobre saúde mental que podem conter equívocos (exemplo: "Saúde mental é só para quem tem problemas graves" ou "Se você é forte, não precisa cuidar da mente"). Em grupos, discutem porque essas ideias podem ser problemáticas e como criar narrativas mais corretas.

💡 **Impacto:** Esclarecer conceitos básicos de saúde mental e garantir que os alunos tenham informações sólidas sobre o tema.

Grupo 2: Redução do tabu e resistência para falar sobre saúde mental

📌 **Turmas/grupos:** Dom Helder Câmara, Antônio Conselheiro, Bárbara de Alencar, Chico da Matilde

📌 **Desafio:** Alguns alunos demonstraram que **saúde mental é um tema difícil de ser comentado**, seja por falta de abertura ou medo de exposição.

💡 **Foco:** Criar um ambiente mais acolhedor para que os alunos sintam segurança ao falar sobre o tema.

📌 **Atividade:** "Cartas para o Futuro"

💡 **Descrição:** Os alunos escrevem uma carta anônima sobre algo que gostariam de falar sobre

saúde mental, mas não se sentem confortáveis para compartilhar abertamente. Depois, as cartas são misturadas e cada aluno lê uma carta aleatória. Em pequenos grupos, discutem maneiras de tornar a conversa sobre saúde mental mais aberta e acolhedora.

⌚ **Impacto:** Criar um ambiente seguro para diálogo e incentivar os alunos a se expressarem sem medo ou julgamento.

Grupo 3: Saúde mental como algo ativo e contínuo, além da ausência de problemas

📌 **Turmas/grupos:** Bárbara de Alencar, Zumbi dos Palmares, Luiz Gonzaga, Antônio Conselheiro

📌 **Desafio:** Alguns alunos definiram saúde mental apenas como **não ter dificuldades ou transtornos**, ignorando a importância de práticas diárias para fortalecer o bem-estar.

⌚ **Foco:** Mostrar que saúde mental não se resume a "não ter problemas", mas envolve cuidado diário e ações preventivas.

📌	Atividade:	"O	Termômetro	Mental"
---	-------------------	----	------------	---------

💡 **Descrição:** Cada aluno marca em um "termômetro emocional" os momentos do dia em que se sente mais equilibrado ou sobrecarregado. Depois, compartilham suas experiências e criam juntos estratégias para manter uma rotina mais saudável, independente de problemas aparentes.

⌚ **Impacto:** Mostrar que saúde mental não é apenas estar "bem" o tempo todo, mas envolve **cuidados contínuos e ajustes** conforme o dia a dia.

Grupo 4: Saúde mental como apoio e autocuidado, não apenas força emocional

📌 **Turmas/grupos:** Zumbi dos Palmares, Antônio Conselheiro, Chico da Matilde, Maria da Penha

📌 **Desafio:** Algumas respostas indicaram que saúde mental é **apenas a capacidade de enfrentar dificuldades sem se abalar**, deixando de lado aspectos como apoio emocional e autocuidado.

⌚ **Foco:** Reforçar que saúde mental não significa apenas "ser forte", mas envolve pedir ajuda e construir redes de suporte.

📌	Atividade:	"O	Mapa	do	Apoio"
---	-------------------	----	------	----	--------

💡 **Descrição:** Os alunos desenham um mapa mostrando onde encontram suporte emocional (exemplo: amigos, família, professores, hobbies, terapia). Depois, refletem sobre como fortalecer essas redes e garantir que saibam quando buscar ajuda.

⌚ **Impacto:** Ensinar que saúde mental não significa apenas ser forte sozinho, mas também envolve **receber apoio e cuidar de si de maneira equilibrada**.

4.5 Sequência didática: ensaios sobre saúde mental e ensino de História

4.5.1 Aula 1: Conceitos Básicos e Contextualização Histórica da Saúde Mental

A sequência didática da *Aula 1: Conceitos Básicos e Contextualização Histórica da Saúde Mental* busca proporcionar um panorama sobre a saúde mental, explorando seus conceitos fundamentais e a influência dos acontecimentos históricos no bem-estar psicológico das populações.

- Introdução

A saúde mental é um aspecto fundamental do bem-estar humano, influenciado por fatores biológicos, sociais e históricos. Ao longo da história, diferentes períodos e eventos moldaram as percepções e condições da saúde mental das populações. Nesta aula, exploraremos os conceitos básicos da saúde mental e sua evolução histórica, destacando como contextos como guerras, revoluções industriais e crises econômicas afetaram o bem-estar psicológico das pessoas.

- Conceitos Básicos de Saúde Mental

Saúde mental é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um estado de bem-estar no qual o indivíduo reconhece suas capacidades, pode lidar com os desafios da vida, trabalha de forma produtiva e contribui para sua comunidade. Trata-se de um equilíbrio dinâmico entre emoções, pensamentos e comportamentos. No entanto, ao longo da história, a compreensão e os tratamentos relacionados à saúde mental passaram por transformações significativas.

- Aspectos Fundamentais

- ⇒ Bem-estar emocional – Capacidade de administrar emoções de maneira saudável.
- ⇒ Funcionamento cognitivo – Processos mentais como memória, atenção e tomada de decisões.
- ⇒ Relacionamento social – Intereração positiva com a sociedade e redes de apoio.
- ⇒ Resiliência – Habilidade de enfrentar adversidades e se recuperar emocionalmente.

A percepção da saúde mental sempre esteve associada a fatores culturais e socioeconômicos. Em determinadas épocas, transtornos psicológicos eram vistos como possessões demoníacas, punições divinas ou desvios morais, refletindo o nível de conhecimento disponível na sociedade.

- História e Saúde Mental: Uma Perspectiva Temporal

A relação entre saúde mental e história é intrínseca, pois os acontecimentos sociais e políticos influenciam diretamente o estado emocional das pessoas. Analisamos abaixo alguns períodos históricos que impactaram o bem-estar psicológico da sociedade.

- Antiguidade e Idade Média

Na Grécia Antiga, Hipócrates foi um dos primeiros pensadores a sugerir que os distúrbios mentais estavam relacionados a desequilíbrios físicos, afastando explicações sobrenaturais. No entanto, na Idade Média, a visão predominante era de que doenças mentais tinham origem religiosa e espiritual, resultando em perseguições e tratamentos desumanos.

- Revolução Industrial (Século XVIII-XIX)

A Revolução Industrial trouxe mudanças radicais na estrutura econômica e social. A urbanização acelerada, a sobrecarga de trabalho e as condições insalubres impactaram diretamente o estado emocional das pessoas, aumentando quadros de ansiedade e depressão. Esse período também estimulou debates sobre exaustão mental e stress laboral, levando à criação das primeiras instituições psiquiátricas modernas.

- Grandes Guerras (Século XX)

Os conflitos armados do século XX, especialmente as duas guerras mundiais, geraram traumas profundos em soldados e civis. Termos como "neurose de guerra" e, posteriormente, "transtorno de estresse pós-traumático (TEPT)" começaram a ser utilizados para descrever os impactos psicológicos das batalhas. Além disso, a destruição, a perda de familiares e a instabilidade econômica deixaram marcas duradouras na saúde mental das populações.

- Crises Econômicas

Eventos como a Grande Depressão (1929) e crises financeiras modernas têm efeitos devastadores sobre a população. O desemprego e a insegurança financeira aumentam transtornos como ansiedade e depressão. Estudos indicam que períodos de instabilidade econômica também afetam a saúde coletiva, ampliando o acesso limitado a cuidados médicos e agravando desigualdades.

- Pandemia de Covid-19

A pandemia de Covid-19 teve um impacto profundo na saúde mental da sociedade, gerando níveis elevados de estresse, ansiedade e depressão. O isolamento social, a incerteza econômica e o medo da doença criaram um ambiente de instabilidade emocional para muitas pessoas. Estudos indicam que houve um aumento significativo nos casos de transtornos psicológicos, incluindo dificuldades de sono e crises de pânico. Além disso, a pandemia ampliou desigualdades sociais, afetando especialmente grupos vulneráveis que tiveram acesso limitado a suporte psicológico. O período também trouxe reflexões sobre a importância do autocuidado e da saúde mental, impulsionando debates sobre a falta de políticas públicas voltadas ao bem-estar emocional.

- Atividade Interativa

Nesta aula, os alunos participarão de uma apresentação interativa sobre a influência dos diferentes períodos históricos na saúde mental. Divididos em grupos, deverão analisar

documentos, imagens e relatos de cada época, refletindo sobre como fatores sociais impactam o bem-estar psicológico. Os tópicos abordados incluirão:

- ⇒ Condições de vida e trabalho durante a Revolução Industrial.
- ⇒ De que forma eventos históricos influenciam os desafios emocionais que enfrentamos hoje?
- ⇒ Que políticas públicas podem ser adotadas para mitigar os impactos históricos na saúde mental?

Sendo assim, a saúde mental é um tema essencial para entender o desenvolvimento da humanidade. Ao analisar sua evolução histórica, podemos compreender melhor as mudanças nas percepções sociais, científicas e culturais sobre o tema. Ao longo desta sequência didática, aprofundaremos a discussão sobre saúde mental e história, refletindo sobre o impacto dos acontecimentos na vida emocional das pessoas.

4.5.2 Aula 2: Saúde Mental em Diferentes Épocas

A sequência didática da *Aula 2: Saúde Mental em Diferentes Épocas* tem como propósito promover uma reflexão crítica sobre a evolução do tratamento das questões relacionadas à saúde mental ao longo da História. A abordagem permite que os alunos compreendam como diferentes sociedades lidaram com os transtornos psicológicos, desde os períodos mais remotos até os avanços científicos da atualidade.

Ao longo dos séculos, o conhecimento sobre saúde mental foi influenciado por fatores culturais, religiosos e científicos. Na Idade Média, por exemplo, os indivíduos que apresentavam comportamentos considerados fora do padrão eram frequentemente vistos como possuídos por forças sobrenaturais. Os tratamentos eram baseados em práticas religiosas, como exorcismos e penitências, além de métodos brutais de isolamento. Com o avanço do conhecimento médico, o século XIX trouxe reformas importantes na psiquiatria, permitindo abordagens mais humanizadas. No entanto, muitos métodos ainda eram controversos, como a lobotomia e terapias de choque elétrico, que causavam danos severos aos pacientes. Já no século XXI, a saúde mental passou a ser amplamente discutida, com o desenvolvimento de tratamentos mais eficazes e um esforço contínuo para reduzir o estigma associado aos transtornos psicológicos.

Após a pesquisa sobre os métodos de tratamento mental em diferentes períodos históricos, será promovido um debate em sala de aula. Os alunos discutirão como as mudanças sociais e científicas influenciaram a percepção dos transtornos psicológicos ao longo do tempo. A evolução da psiquiatria, da psicologia e da neurociência tem impactado diretamente a forma como a sociedade encara questões como ansiedade, depressão e transtornos psicóticos. Além disso, a tecnologia e as novas abordagens terapêuticas vêm proporcionando alternativas mais acessíveis e eficazes para o cuidado com a saúde mental.

Para tornar a aula ainda mais interativa, ao final da discussão, será realizada uma

atividade prática em grupo. Os alunos serão convidados a criar um cartaz ou uma apresentação digital que represente a evolução do tratamento da saúde mental. Cada grupo poderá escolher um período específico e demonstrar, de forma criativa, como eram vistos os transtornos psicológicos naquela época e quais eram os métodos utilizados para tratamento. Essa atividade estimulará a criatividade e permitirá que os alunos consolidem o conhecimento de maneira dinâmica e colaborativa.

Com essa sequência didática, espera-se que os alunos adquiram uma visão ampla sobre a história da saúde mental e desenvolvam uma compreensão crítica sobre os desafios e avanços na área. Além de promover conhecimento histórico e científico, a aula busca despertar a empatia e o entendimento sobre a importância do cuidado com a saúde emocional na sociedade contemporânea.

4.5.3 Aula 3: Movimentos Sociais e Saúde Mental

A sequência didática da *Aula 3: Movimentos Sociais e Saúde Mental* busca explorar como diferentes movimentos sociais ao longo da história influenciaram a percepção e o tratamento da saúde mental na sociedade. Ao entender o impacto dessas lutas, podemos analisar como a mobilização coletiva contribuiu para o reconhecimento dos direitos das pessoas com transtornos psicológicos, promovendo um importante debate sobre a necessidade da existência de políticas públicas voltadas para saúde mental, para que assim se pudesse reduzir o estigma associado a essas condições.

- Introdução

A saúde mental foi historicamente marginalizada, sendo vista como um assunto tabu ou até mesmo tratado de forma desumana em diversas épocas. No entanto, movimentos sociais desempenharam um papel crucial para trazer à tona debates sobre direitos, acesso a tratamentos e a importância do bem-estar psicológico. A luta pela inclusão e pela visibilidade da saúde mental no discurso público permitiu avanços significativos nas políticas de saúde, no combate à discriminação e na implementação de medidas para garantir suporte adequado às pessoas que vivem com transtornos mentais, no entanto, é de fundamental importância ter conhecimento dessas lutas e dessa necessidade para que assim continuemos demarcando nossa posição política.

- Movimentos Sociais e Saúde Mental

Diversos movimentos sociais ao longo dos séculos contribuíram para transformar a forma como a sociedade vê a saúde mental. Alguns momentos marcantes incluem:

⇒ Movimento pela Reforma Psiquiátrica (Século XX): Com o crescimento dos hospitais psiquiátricos ao longo dos séculos anteriores, muitos pacientes eram submetidos a condições precárias e tratamentos invasivos. O movimento pela reforma psiquiátrica surgiu para combater

práticas abusivas e defender abordagens mais humanizadas, como a reintegração dos pacientes à sociedade por meio de terapias comunitárias e suporte adequado.

⇒ Movimento Antiestigma: Durante décadas, pessoas com transtornos mentais foram retratadas de forma negativa, reforçando preconceitos e dificultando sua inclusão social. Campanhas educacionais e a atuação de grupos ativistas ajudaram a descontruir mitos sobre saúde mental, tornando o tema mais acessível e incentivando o diálogo aberto sobre o impacto do estigma.

⇒ Movimentos de Direitos Civis e Saúde Mental: Diversos movimentos de direitos civis ao longo do século XX impulsionaram mudanças na percepção sobre saúde mental, especialmente no que diz respeito ao acesso a serviços de saúde mental para minorias e grupos vulneráveis. Esse avanço levou à criação de leis e políticas que garantem atendimento adequado e protegem os direitos das pessoas com transtornos psicológicos.

- Atividade Interativa

Ao final da aula, será realizada uma atividade prática para estimular a reflexão dos alunos sobre o impacto dos movimentos sociais na saúde mental. Para isso, será proposta a análise de figuras históricas que lutaram pela visibilidade dos direitos relacionados à saúde mental.

Os alunos serão divididos em grupos e deverão pesquisar sobre figuras importantes na luta pelos direitos das pessoas com transtornos psicológicos, como psiquiatras, ativistas e líderes de movimentos sociais. Com base nas informações coletadas, cada grupo deverá apresentar uma breve biografia do personagem escolhido, destacando suas contribuições e o impacto de suas ações na sociedade contemporânea.

Além disso, será promovida uma discussão coletiva sobre como a luta contra o estigma moldou a forma como vemos a saúde mental atualmente. Os alunos poderão debater:

- ⇒ Quais barreiras ainda precisam ser superadas?
- ⇒ Como podemos ampliar a conscientização sobre saúde mental na sociedade?
- ⇒ De que forma as redes sociais influenciam a percepção sobre transtornos psicológicos?

- Conclusão

Essa sequência didática visa proporcionar um entendimento mais profundo sobre como movimentos sociais ajudaram a transformar a visão da sociedade sobre saúde mental. Ao reconhecer a importância da mobilização coletiva, os alunos poderão refletir sobre desafios atuais e pensar em estratégias para continuar promovendo debates e ações voltadas à melhoria do suporte e da inclusão de pessoas com transtornos mentais. Afinal, compreender a história da saúde mental é essencial para garantir que o futuro seja mais acolhedor e livre de estigmas.

4.5.4 Aula 4: Saúde Mental Hoje: Reflexões e Ações

A sequência didática da *Aula 4: Saúde Mental Hoje: Reflexões e Ações* tem como objetivo estabelecer uma conexão entre o conhecimento histórico sobre saúde mental e a realidade atual dos estudantes. A compreensão da evolução do tema ao longo do tempo permite uma reflexão crítica sobre os desafios contemporâneos, além de incentivar a busca por estratégias concretas para a promoção do bem-estar psicológico dentro do ambiente escolar.

- **Introdução**

Ao longo da história, a saúde mental passou por diferentes interpretações e formas de abordagem. Desde períodos em que os transtornos psicológicos eram vistos como manifestações sobrenaturais até os avanços científicos que trouxeram tratamentos mais eficazes e humanizados, a sociedade gradualmente construiu uma percepção mais ampla sobre a importância do bem-estar mental. No entanto, apesar dos avanços, desafios persistem. O ambiente escolar, por exemplo, pode representar tanto um espaço de acolhimento quanto de estresse e pressão, dependendo da forma como a comunidade lida com as questões emocionais dos estudantes.

- **Saúde Mental no Século XXI**

Atualmente, o debate sobre saúde mental é mais acessível, mas ainda enfrenta barreiras relacionadas ao estigma e à falta de suporte adequado. Problemas como ansiedade, depressão e estresse são frequentes entre os jovens, muitas vezes agravados por fatores como a pressão acadêmica, dificuldades nos relacionamentos sociais e o impacto das redes sociais. A escola, como um espaço de aprendizado e desenvolvimento humano, tem um papel fundamental na construção de um ambiente saudável para os estudantes, promovendo iniciativas que favoreçam o equilíbrio emocional e o autocuidado.

- Fatores que impactam a saúde mental dos estudantes:
- ⇒ Pressão acadêmica e expectativa de desempenho;
 - ⇒ Bullying e dificuldades nas interações sociais;
 - ⇒ Uso excessivo de redes sociais e comparação constante;
 - ⇒ Falta de acesso a suporte psicológico adequado;
 - ⇒ Dificuldades familiares e desafios emocionais pessoais.

Diante desses elementos, torna-se essencial discutir estratégias para fortalecer a conscientização sobre saúde mental e criar um espaço escolar mais acolhedor e inclusivo.

- **Atividade: Desenvolvimento de Propostas para Promover a Saúde Mental no Ambiente Escolar**

Os alunos serão incentivados a desenvolver propostas práticas para a promoção da saúde mental dentro do ambiente escolar. Divididos em grupos, deverão pensar em ações viá-

veis que possam ser implementadas na comunidade escolar, considerando fatores como envolvimento dos colegas, apoio dos professores e participação institucional. Algumas sugestões incluem:

- ⇒ Criação de espaços de acolhimento e escuta ativa para os alunos;
- ⇒ Campanhas educativas sobre transtornos psicológicos e autocuidado;
- ⇒ Parcerias com profissionais da área para palestras e rodas de conversa;
- ⇒ Implantação de atividades extracurriculares voltadas ao bem-estar emocional;
- ⇒ Mudanças na rotina acadêmica para reduzir o excesso de pressão e estresse.

Cada grupo deverá apresentar sua proposta e discutir a viabilidade da implementação, refletindo sobre o impacto que essa iniciativa poderia ter dentro da escola.

- Produção: Criação de um Mural ou Campanha Educativa sobre Saúde Mental e História

Para consolidar o aprendizado, os alunos participarão da criação de um mural interativo ou uma campanha educativa que relacione o conhecimento histórico sobre saúde mental com a realidade contemporânea. O objetivo é evidenciar como a evolução das percepções ao longo dos séculos influenciou o modo como lidamos com o tema nos dias atuais e quais desafios ainda precisam ser superados.

O mural ou campanha poderá conter:

- ⇒ Informações sobre períodos históricos e suas abordagens sobre saúde mental;
- ⇒ Depoimentos ou relatos sobre avanços e desafios na área;
- ⇒ Dicas de bem-estar e estratégias para fortalecer a saúde mental no dia a dia;
- ⇒ Mensagens motivacionais e ilustrações que incentivem a empatia e o autocuidado.

Essa produção será uma forma de estimular a criatividade dos alunos, além de permitir que compartilhem conhecimentos sobre saúde mental dentro da comunidade escolar.

- Conclusão

A *Aula 4: Saúde Mental Hoje: Reflexões e Ações* busca incentivar uma visão crítica e proativa sobre a importância do cuidado emocional na sociedade atual. Relacionar o conhecimento histórico com a realidade presente permite compreender como avanços e desafios moldaram o modo como lidamos com a saúde mental. Ao estimular a participação ativa dos alunos por meio da criação de propostas e materiais educativos, essa sequência didática contribui para fortalecer o debate sobre o tema, promovendo um ambiente mais acolhedor, consciente e livre de estigmas dentro da escola.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao integrar as reflexões ao longo desta dissertação, torna-se inegável que a abordagem da saúde mental no ambiente escolar não pode ser relegada a um segundo plano. A escola, enquanto espaço privilegiado de convivência, formação e desenvolvimento humano, precisa assumir o compromisso de fomentar debates que desconstroem preconceitos e validem as diversas manifestações emocionais dos alunos. A pandemia de Covid-19, ao mesmo tempo em que expôs fragilidades e desafios, serviu de catalisador para a emergência da necessidade de inovações pedagógicas que integrem dimensões cognitivas e afetivas. Essa conjuntura exigiu a reavaliação das práticas tradicionais de ensino, apontando para uma necessidade urgente de se estabelecer, no cotidiano escolar, estratégias que promovam o autocuidado, a inteligência emocional e a empatia.

O presente estudo evidencia que a saúde mental, longe de ser um tema meramente restrito ao campo da psicologia ou da assistência social, está intimamente ligada ao processo de ensino-aprendizagem, e porque não dizer imbricadamente relacionada ao ensino de história. Cada interação, cada debate em sala de aula e cada atividade pedagógica passam a ter um impacto direto tanto no desempenho acadêmico quanto no bem-estar emocional dos estudantes. Assim, promover a saúde mental no ambiente escolar envolve, primordialmente, valorizar a integralidade do ser, considerando não apenas os aspectos cognitivos, mas também os emocionais e sociais que compõem a experiência educativa. Essa visão ampliada da educação reafirma que o bem-estar dos alunos é condição essencial para o pleno desenvolvimento de suas competências e para a formação de cidadãos críticos e comprometidos com a transformação social.

A aplicabilidade da metodologia qualitativa – através de observações, conversas informais e análises de conteúdo – revelou a riqueza e a complexidade do conhecimento da prática docente. Essa abordagem possibilitou identificar, de forma aprofundada, como as experiências vividas durante a pandemia não só despertaram desafios à saúde mental, mas também fomentaram a necessidade de se criar novas relações de apoio e métodos de aprendizagem inovadores. O enfrentamento dos impactos emocionais tornou-se, assim, uma tarefa coletiva, que ultrapassa a esfera exclusiva dos profissionais da saúde e requer a colaboração integrada de professores, gestores, famílias e toda a comunidade escolar.

A prática da escuta ativa demonstrou ser essencial para captar as nuances das experiências dos alunos e para compreender as demandas emergentes em um cenário de crise. Ao abrir espaço para que as vozes dos estudantes sejam verdadeiramente ouvidas, os

educadores podem ressignificar suas práticas pedagógicas, transformando episódios de vulnerabilidade em oportunidades para o fortalecimento de vínculos afetivos e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Essa transformação pedagógica reflete um compromisso institucional em reconhecer e valorizar a diversidade dos sentimentos e das trajetórias pessoais, promovendo, assim, uma educação que é simultaneamente inclusiva e inovadora.

O relato do Professor O, ao destacar que “é impossível imaginar a educação como um processo que diga respeito apenas às competências cognitivas”, reafirma a importância de desenvolver, no ambiente escolar, estratégias que auxiliem os estudantes na compreensão de suas emoções, no reconhecimento de transtornos e na busca por tratamentos adequados. Essa abordagem integral, como nos exige a BNCC, que confluí para a formação de indivíduos mais sensíveis, resilientes e preparados para enfrentar os desafios do mundo contemporâneo, sublinha o papel transformador da escola. Ao transformar o ambiente educacional num espaço de inclusão e inovação, os educadores não apenas melhoram o desempenho acadêmico, mas também promovem a formação cidadã e o crescimento pessoal dos alunos.

As lições extraídas deste período pandêmico apontam para a necessidade de uma ação coordenada que valorize a experiência singular de cada aluno e que estimule práticas pedagógicas integradas ao cuidado emocional. A trajetória dos estudantes, permeada por momentos de turbulência e superação, revela que a escola pode, e deve ser o ambiente onde essas experiências se convertem em instrumentos de crescimento pessoal e coletivo. As atividades desenvolvidas – desde feiras culturais até projetos de construção de narrativas históricas – demonstram como a integração entre a memória das experiências vividas e a discussão sobre saúde mental pode promover uma compreensão mais profunda e crítica do processo de aprendizagem.

Diante desse cenário, fica claro que o enfrentamento das questões emocionais não deve ser encarado como um trabalho isolado, mas como uma responsabilidade compartilhada e contínua. A criação de um ambiente escolar acolhedor e sensível requer a articulação de práticas que dialoguem com as múltiplas dimensões do ser humano. Assim, o desenvolvimento de projetos que envolvam a participação ativa de toda a comunidade escolar – docentes, discentes, famílias e gestores – torna-se imprescindível para a construção de uma educação que valorize tanto o conhecimento quanto o bem-estar emocional dos alunos. Esse compromisso deve inspirar a criação de políticas educacionais que priorizem a saúde mental e que promovam um aprendizado verdadeiramente significativo e emancipador.

Em síntese, este estudo conclui que a promoção da saúde mental no ambiente

escolar é um imperativo estratégico para o desenvolvimento integral dos alunos e para a formação de cidadãos críticos e resilientes. Ao integrar as dimensões cognitivas e afetivas no processo educativo, a escola se reconfigura num espaço transformador, capaz de acolher e valorizar as diversas experiências e desafios que compõem a trajetória dos estudantes.

Ao longo desta dissertação, observou-se que a ação coletiva – envolvendo professores, gestores, famílias e a comunidade em geral – é fundamental para que os impactos emocionais decorrentes do contexto pandêmico sejam superados e transformados em oportunidades de crescimento. A ressignificação do papel da escola, com a incorporação de práticas que promovam o autocuidado e a empatia, coloca a saúde mental no centro dos debates e cria condições mais favoráveis para que os alunos alcancem seu pleno potencial acadêmico e humano. Dessa forma, a integração entre as dimensões cognitivas e afetivas não apenas enriquece o processo de ensino-aprendizagem, mas também fortalece os laços sociais e contribui para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.

Por fim, as reflexões apresentadas neste trabalho lançam luz sobre a necessidade de se repensar as práticas pedagógicas e de se desenvolver estratégias que unam teoria e prática de forma inovadora e humanizada. A experiência da pandemia serviu como um divisor de águas, revelando que a transformação da escola em um espaço de inclusão e de apoio emocional é não só possível, mas indispensável. Com base nos resultados e nas discussões aqui expostas, recomenda-se a continuidade e a ampliação de iniciativas que promovam a saúde mental e a formação integral dos alunos, contribuindo assim para o avanço da educação e para a criação de ambientes escolares que sejam verdadeiros laboratórios de transformação social.

Para garantir o êxito das iniciativas propostas, é fundamental estabelecer uma rede de apoio robusta. Isso envolve parcerias com profissionais especializados em saúde mental, a utilização de materiais didáticos diversificados — como cartazes, folhetos e dinâmicas ilustradas — e o comprometimento ativo dos professores e gestores para incorporar a saúde mental à rotina escolar. Além disso, a criação de espaços de escuta ativa, onde os alunos possam compartilhar suas experiências sem qualquer julgamento, é essencial para o pleno desenvolvimento da proposta.

A avaliação das intervenções sugeridas nessa dissertação se realizará por meio de questionários aplicados antes e depois das atividades, feedback contínuo de alunos e educadores, e observação criteriosa da participação e engajamento dos estudantes. Essas medidas permitirão um acompanhamento detalhado das mudanças na percepção dos alunos, possibilitando ajustes e aprimoramentos contínuos nas estratégias adotadas.

Em síntese, as atividades e reflexões trazidas visam transformar a forma como os alunos percebem a saúde mental, promovendo debates enriquecedores, desmistificando conceitos equivocados e incentivando práticas saudáveis no cotidiano. Com uma implementação cuidadosa e integrada, poderemos construir uma comunidade escolar mais consciente, acolhedora e preparada para enfrentar os desafios emocionais e psicológicos da vida moderna.

Esta dissertação, ao abordar a interseção entre saúde mental e ensino de história – entreltecida com as reflexões sobre a memória, a identidade e as experiências vividas na comunidade escolar –, apresenta-se como uma contribuição significativa para o campo da educação. Espera-se que os caminhos traçados aqui sirvam de base para futuras pesquisas e práticas pedagógicas que visem a criação de uma educação mais sensível, inclusiva e capaz de responder aos desafios contemporâneos de forma integrada e inovadora. Em última análise, o compromisso com a saúde mental e o cuidado emocional reflete o desejo de construir uma escola que, ao reconhecer o ser humano em sua integralidade, ofereça condições realmente transformadoras para o presente e para o futuro.

Esta conclusão, que sintetiza as ideias e resultados alcançados ao longo do estudo, reafirma o papel da escola como agente fundamental na formação de indivíduos completos e na promoção de um ambiente educacional que valorize tanto o conhecimento quanto o bem-estar emocional. Assim, a integração entre as práticas pedagógicas, a valorização da memória e o investimento na saúde mental constituem passos essenciais para a construção de uma educação verdadeiramente emancipadora e transformadora, capaz de enfrentar os desafios do mundo contemporâneo e de promover a inclusão de toda a comunidade escolar.

REFERÊNCIAS

- ALBERTI, Verena. **Manual de história oral**. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2005.
- ALMEIDA, Fernando Antônio. **Ensino de História: Histórias, Memórias, Perspectivas e Interfaces**. Guarujá: Editora Científica, 2021. Disponível em: <https://www.editoracientifica.com.br/livros/livro-ensino-de-historia-historias-memorias-perspectivas-e-interfaces>. Acesso em: 15 mar. 2025.
- ALVES DA CRUZ, Larissa; MELO COSTA, Maria Eduarda; DUARTE DA SILVA, Gabriela Aparecida. O impacto da tecnologia na saúde mental dos adolescentes. **Revista Psico**, Cuiabá, 2024. Disponível em: <https://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/view/1965>. Acesso em: 10 abr. 2025.
- ALVES DOS SANTOS, João Luiz; GOMES DA SILVA, Mariana; NICÁCIO, Sérgio Vinícius. A correlação entre os transtornos de ansiedade e depressão e o desempenho escolar de alunos da rede pública. **Anais do JOIN**, Campina Grande, 2019. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/join/2019/TRABA-LHO_EV124_MD4_SA37_ID614_01082019010704.pdf. Acesso em: 20 fev. 2025.
- AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011.
- ANTUNES, Daniela Cristina; ZUIN, Antônio Augusto Silva. Do bullying ao preconceito: os desafios da barbárie à educação. **Psicologia & Sociedade**, São Carlos, v. 20, n. 1, p. 32-42, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/zqHCbb9MvDmKpg8HkRLPBXK/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 5 jan. 2025.
- APPLE, Michael W. **Paulo Freire: política e pedagogia**. Porto: Ed. Porto, 1998.
- ARAMIS, Alexandre; LOPES NETO, Alfredo. Bullying - comportamento agressivo entre estudantes. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 81, n. 5, p. 164-172, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jped/a/gvDCjhggsGZCjttLZBZYtVq/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 fev. 2025.
- AZEVEDO, Cecília. Identidades compartilhadas: a identidade nacional em questão. In: ABREU, Martha; SOIHET, Rachel (org.). **Ensino de história: conceitos, temáticas e metodologia**. Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2009.
- BACICH, Lilian; MORAN, José (org.). **Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática**. Porto Alegre: Penso, 2018.
- BARROS, Atila. Impacto das emoções na aprendizagem: como o estado emocional do aluno influencia a capacidade de aprender e reter informações. **Revista Tópicos**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 18, 2025. ISSN: 2965-6672. Disponível em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/impacto-das-emocoes-na-aprendizagem-como-o-estado-emocional-do-aluno-influencia-a-capacidade-de-aprender-e-reter-informacoes>. Acesso em: 18 abr. 2025.

BARROS, Carlos Henrique Farias de. **Ensino de História, Memória e História Local.** Revista de História da UEG, 2013.

BARROS, José D'Assunção. **O Lugar da História Local.** UNEB, Santo Antônio de Jesus, Bahia, 2009.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade Líquida.** Rio de Janeiro: Ed. Zahar, 2001.

BITTENCOURT, Circe Marie Fernandes. **Ensino de história: fundamentos e métodos.** São Paulo: Cortez, 2018.

BITTENCOURT, Circe Marie Fernandes. **O saber histórico na sala de aula.** São Paulo: Cortez, 2004.

BLOCH, M. **Apologia da História.** Rio de Janeiro: Zahar, 2002.

BOSI, Ecléa. **Memória e Sociedade:** Lembranças de Velhos. São Paulo: Companhia das Letras, 2003.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular (BNCC).** Brasília: MEC/CONSED/UNDIME, 2017. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/>. Acesso em: 22 jan. 2025.

BRASIL. **Caderno saúde [livro eletrônico]:** educação alimentar e nutricional. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2022. (Série temas contemporâneos transversais. Base Nacional Comum Curricular - BNCC).

BRASIL. **Guia Digital PNLD-2021.** Ciências Humanas e Sociais Aplicadas. [s.d.]. Ministério da Educação. FNDE.

BRASIL. **Nota técnica de indicador socioeconômico.** Brasília: MEC/CONSED/UNDIME, 2015. Disponível em:
https://download.inep.gov.br/educacao_basica/enem/enem_por_escola/2015/nota_tecnica_indicador_nivel_socioeconomico.pdf. Acesso em: 30 mar. 2025.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais.** Ensino médio. Brasília: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Média e Tecnológica, 2002. Disponível em:
<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/cienciah.pdf>. Acesso em: 14 fev. 2025.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais:** Ensino Fundamental 3º e 4º Ciclos – História. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais:** introdução aos parâmetros curriculares nacionais. Brasília: SEF, 1997.

CABRAL, Eduarda. O debate acerca da saúde mental e ideação suicida no contexto escolar: uma abordagem acerca da aprendizagem significativa. IN. SILVA, Sílvio (Org). **A Sala de aula e a prática do professor:** experiências e desafios contemporâneos. Campo Grande: Editora Inovar, 2022.

CAIMI, Flávia Eloisa. O que precisa saber um professor de história? **Revista História & Ensino**, Londrina, v. 21, n. 2, p. 105-124, jul./dez. 2015.

CEARÁ. Secretaria da Educação. **Documento Curricular Referencial do Ceará (Ensino Médio)**. Fortaleza: SEDUC, 2021.

CEARÁ. Secretaria da Educação. **Matriz de conhecimentos básicos – MCB 2021**. Fortaleza: SEDUC, 2021.

CERRI, Luís Fernando. **Ensino de história e consciência histórica: Implicações didáticas de uma discussão contemporânea**. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2011.

DIAS, Rafael Fernandes da Silva; MONTALVÃO NETO, Antônio Luiz. **Impactos das redes sociais na saúde mental de jovens: um estudo bibliográfico**. Curitiba: Editora UTFPR, 2025.

FAVA, Débora Cristina; MARI, Ângela Helena; TONIN, Alessandra Rosito; SERAFIM, Ana Paula; SOUZA, Cláudia Brogliato de; RIBEIRO, Daniela Vivan; NUNES, Elisandra da Silva; PETRY, Fabiane; ALMEIDA, Fernanda Leite; MACHADO, Gabriela de Andrade; SCHIRMER, Janaína Adami; SILVA, Juliana Rodembusch da; CARDOSO, Luciane da Silva; FERREIRA, Mara Cristina Amarante; CAMPONOGARA, Mariane Prates; SANTOS, Roberta Cunha dos; SANTOS, Sandra Maria dos; GONÇALVES, Simone de Souza; MARTINS, Simone Sgarbi; OLIVEIRA, Vanessa Lessa de. **Saúde mental na escola: uma cartilha para a comunidade escolar**. Porto Alegre: Unisinos, 2016.

FERREIRA DE SOUZA, Raone. **Usos e possibilidades do Podcast no Ensino de História**. 106 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de História, Programa de Pós-Graduação em Ensino de História, 2016.

FERREIRA, Marieta de Moraes; OLIVEIRA, Margarida Maria Dias de (Coord.). **Dicionário de ensino de história**. Rio de Janeiro: FGV Editora, 2019.

FERREIRA, Marieta, FERNANDES, Tania, ALBERTI, Verena. (org.). **História oral: desafios para o século XXI**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz/Casa, 2000.

FONSECA, Robson Rodrigo Pereira da. **Passado em disputa: possibilidades do podcast para o ensino de História**. 2021. 104 f. Dissertação (Mestrado em Ensino de História) – Universidade do Estado de Santa Catarina, Centro de Ciências Humanas e da Educação, Programa de Pós-Graduação em Ensino de História, Florianópolis, 2021. Orientadora: Caroline Jaques Cubas.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 43. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2011.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do Oprimido**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2019.

FREITAS, Sônia Maria de. **História oral: possibilidades e procedimentos**. 2. ed. – São Paulo: Associação. Editorial Humanitas, 2006.

GIROUX, Henry A. **Os Professores Como Intelectuais**. Porto Alegre: Penso, 1997.

GONÇALVES RIETH, Maritsa. **Historiópédia:** ensino de História e pesquisa na internet. 2022. 138 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Ensino de História) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Programa de Pós-Graduação em Ensino de História, Porto Alegre, 2022. Orientadora: Carmem Zeli de Vargas Gil.

GONÇALVES, Maria Aparecida. História local: o reconhecimento da identidade pelo caminho da insignificância. In: MONTEIRO, Ana Maria Ferreira da Costa; BICALHO, Maria Fernanda; GONÇALVES, Maria Aparecida (Org.). **Ensino de História:** sujeitos, saberes e práticas. Rio de Janeiro: Mauad X / FAPERJ, 2007.

GONÇALVES, Rita; LISBOA, Teresa. Sobre o método da história oral em sua modalidade trajetórias de vida. **Revista Katálysis**, Florianópolis, v. 10, n. esp., p. 83-92, 2007.

HALBWACHS, Maurice. **A memória coletiva.** São Paulo: Centauro, 2006.

HUYSEN, Andreas. **Passados presentes:** mídia, política, amnésia. In: Seduzidos pela memória. Rio de Janeiro: Aeroplano, 2000. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/437521833/TX02-HUYSEN-Andreas-Passados-Presentes-Midia-Politica-Amnesia>. Acesso em: 26 maio 2025.

JATOBÁ, Maria de Fátima; BASTOS, Ana Maria. Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, Recife, v. 29, n. 3, p. 241-244, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852007000300003>. Acesso em: 26 maio 2025.

LE GOFF, Jacques. **História e memória.** Campinas, SP: Editora Unicamp, 2003.

LIMA FILHO, Irapuan Peixoto. Culturas juvenis e agrupamentos na escola: entre adesões e conflitos. **Revista de Ciências Sociais** (UFC), Fortaleza, v. 45, p. 103-118, 2014.

MANZINI, Eduardo José. **Entrevista semi-estruturada:** sobre roteiros. In: Seminário internacional sobre pesquisas e estudos qualitativos, 2, 2004, Bauru. Disponível em: https://www.marilia.unesp.br/Home/Instituicao/Docentes/EduardoManzini/Manzini_2004_entrevista_semi-estruturada.pdf. Acesso em: 26 maio 2025.

MATOS, Julia. **História oral como fonte:** problemas e métodos. Historiae, Rio Grande, v. 2, n. 1, p. 95-108, 2011.

NADAI, Elza. **O ensino de História no Brasil:** trajetória e perspectivas. Revista Brasileira de História, São Paulo, v. 13, n. 25/26, p. 163-174, set. 1992/ago. 1993.

NOAL, Débora da Silva; FREITAS, Carlos Machado de; PASSOS, Maria Fabiana Damásio; SERPELONI, Fernanda; MELO, Bernardo Dolabella; ARAÚJO EL KADRI, Michele Rocha; PEREIRA, Daphne Rodrigues; SOUZA, Michele; MAGRIN, Nicolly Papacidero; KABAD, Juliana Fernandes; MENESSES, Sara da Silva; LIMA, Carolyne Cesar; REZENDE, Maria de Jesus. Capacitação nacional emergencial em Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Covid-19: um relato de experiência. **Revista Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 44, n. especial 4, p. 293-305, dez. 2020. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/sdeb/2020.v44nspe4/293-305/pt>. Acesso em: 26 maio 2025.

NORA, Pierre. **Les lieux de mémoire**. Paris: Gallimard, 1984.

OLIVEIRA, Cláudia. Saúde mental no Brasil em tempos de pandemia e neoliberalismo: retrocessos e resistências. **Revista História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro | v.31, e2024017, 2024.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré; VASCONCELOS, Maristela Inês Osawa; ALMEIDA, Paulo César; PEREIRA, Paulo Jorge de Almeida; LINHARES, Maria Socorro Carneiro; XIMENES NETO, Francisco Rosemíro Guimarães; ARAGÃO, Joyce Mazza Nunes. Covid-19: repercussões na saúde mental de estudantes do ensino superior. **Revista Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 46, n. especial 1, p. 206-220, 2022. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/sdeb/2022.v46nspe1/206-220/pt>. Acesso em: 26 maio 2025.

OLIVEIRA, Gabrielle Vieira. Saúde mental no ambiente escolar: impactos na aprendizagem e o papel social da escola. **Revista Acadêmica Educação e Cultura em Debate**, Goiânia, v. 8, n. 2, jul./dez. 2022.

PEREIRA, Thaís Thomé Seni Oliveira; BARROS, Monalisa Nascimento dos Santos; AUGUSTO, Maria Cecília Nóbrega de Almeida. O cuidado em saúde: o paradigma biopsicossocial e a subjetividade em foco. **Revista Mental**, Barbacena, MG, v. 9, n. 17, p. 523-536, 2011.

POLLAK, Michael. **Memória e identidade social**. Estudos Históricos, Rio de Janeiro, v. 5, n. 10, p. 200-212, 1992.

RICOEUR, Paul. **A memória, a história e o esquecimento**. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2007.

RÜSEN, Jörn. **Jörn Rüsen e o ensino de história**. Curitiba: Editora UFPR, 2010.

RÜSEN, Jörn. **A razão histórica:** teoria da História: os fundamentos da ciência histórica. Brasília: UnB, 2001.

SANTOS, Domingos; GOMES, Guilherme. Do método Paulo Freire ao ensino de história local: cultura popular, identidade e consciência histórica. **Cenas Educacionais**, Caetité, BA, v. 5, n. e12790, p. 1-30, 2022.

SANTOS, W. R. F. O enfoque da memória e identidade no ensino de História. **Revista Educação Pública**, Rio de Janeiro, 2021. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/21/42/o-enfoque-da-memoria-e-identidade-no-ensino-de-historia>. Acesso em: 26 maio 2025.

SARLO, Beatriz. **Tempo passado:** cultura da memória e cultura subjetiva. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2007.

SILVA, Bruno Barros da. **Da autobiografia ao jogo:** o ensino das relações étnico-raciais a partir das experiências de Mahommah Gardo Baquaqua. 2018. 184 f.: il.; 30 cm. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Programa de Pós-Graduação Profissional em Ensino de História, Recife, 2018. Orientador: Prof. Dr. Lucas Victor Silva.

SILVA, Leonardo Rezende da. **Gamificação e jogos com fins didáticos no ensino de história.** Cáceres, MT, 2021.

SILVA, Marcos Antônio da. **Ressignificar a dependência escolar:** um caminho a partir do uso de TICs no ensino de história. 2021. 163 f.: il. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Programa de Pós-Graduação em Ensino de História, Natal, RN, 2022. Orientadora: Prof.^a Dra. Vanessa Spínosa.

SILVA, Thiago Oliveira da; SILVA, Luciana Teixeira Gomes. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais.** João Pessoa: UFPB, 2017. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/1867/1/TOS14062016.pdf>. Acesso em: 10 mar. 2025.

TEODORO, Daniel Ferreira; ANDRADE, Luana Cristina dos Santos; SOUZA, Matheus Henrique Gomes de; OLIVEIRA, Priscila Aparecida; MELO, Larissa da Silva. **Saúde mental na escola:** como os professores podem auxiliar? Proposta de formação de professores da educação básica. Uberlândia: Universidade Federal de Uberlândia, 2023.

VIANA-TELLES, Helyom. **Empatia histórica e jogos digitais:** uma proposta para o ensino de história. Salvador, 2018.

VIEIRA, Marlene Aparecida. **Saúde mental na escola.** São Paulo, Ed. Artmed, 2014. Disponível em: https://statics-submarino.b2w.io/produtos/120258428/documents/120258428_1.pdf. Acesso em: 5 abr. 2025.

ANEXO A- EDITAL FEIRA CIENTÍFICA E CULTURAL



Educando com qualidade

EEFM. PROFESSORA DIVA CABRAL

FESTIVAL CULTURAL E ARTÍSTICO

TEMA: DIVA 40 ANOS-IDENTIDADE E MEMÓRIA

01. OBJETIVOS:

- Fazer o aluno(a) tomar consciência de sua existência como indivíduo, como parte de uma sociedade que interpreta o mundo e a si mesmo(a), buscando conhecer mais sobre sua comunidade e o meio em que está inserido.
- Promover a criatividade, a criticidade e o resgate da identidade, história e memória da nossa instituição de ensino que completa 40 anos em dezembro de 2023.
- Propiciar a socialização do conhecimento e o fortalecimento dos laços da comunidade e da capacidade de realização de trabalhos em equipe

02. INSTRUÇÕES GERAIS:

2.1. Participarão alunos dos 1º anos, 2º anos e 3º anos do Ensino Médio, todos uniformizados ou com a blusa referente aos 40 anos da escola ou com blusas do interclasse (já com a logo do tema 40 anos).

OBS. As blusas só poderão ser confeccionadas após a aprovação da gestão. Temas alusivos à sexualidade, homofobia, misoginia, violência ou qualquer tipo de preconceito ou difamação, não serão aceitos e como consequência a turma não poderá usar o material.

2.2 Cada turma deverá apresentar-se com a sua blusa, calça jeans e tênis.

2.3 A secretaria, coordenação e pca's (Professores Coordenadores de área) ficarão responsáveis pelas blusas do evento (corpo docente da escola).

2.4 As turmas serão coordenadas e supervisionadas pelos professores das 4 grandes áreas do

conhecimento.

2.5 Segue a distribuição das turmas / equipes e professores orientadores.

SALAS	TURMAS (EQUIPES)	PROFESSORES ORIENTADORES:			
		Ling. e Códigos	Matemática	Ciê. da Natureza	Ciê. Humanas
01	3ºA / 3ºD				
02	3º B / 3º E				
03	2º A / 2º D				
04	2º B / 2º E				
05	2º C / 2º F				
06	3º C / 3º F				
07	1º A / 1º E				
08	1º B / 1º F				
09	1º C / 1º G				
10	1º D / 1º H				

2.6. Programação de datas:

DIA	TURNO	DEZEMBRO - CRONOGRAMA:
04/12 Segunda	MANHÃ	07:15 as 11h - Ornamentação dos espaços: Turmas da manhã (1ºABCD / 2ºABC / 3ºABC)
	TARDE	13:15 as 16h - Ornamentação dos espaços: Turmas da manhã (1ºABCD / 2ºABC / 3ºABC) 16h:30 - Abertura do Festival Cultural e Artístico - Diva 40 anos. (TODAS AS TURMAS)
05/12 Terça	MANHÃ	08 as 10h - Exposição da sala temática: Turmas da manhã (1ºABCD / 2ºABC / 3ºABC) 10 as 11h - Limpeza e reorganização da sala.
	TARDE	13:15 as 17h - Ornamentação dos espaços: Turmas da tarde (1ºEFGH / 2ºDEF / 3ºDEF)

06/12 Quarta	MANHÃ	07:15 as 11h - Ornamentação dos espaços: Turmas da tarde (1ºEFGH / 2ºDEF / 3ºDEF)
	TARDE	14 as 16h - Exposição da sala temática: Turmas da tarde (1ºEFGH / 2ºDEF / 3ºDEF) 16 as 17h - Limpeza e reorganização da sala.
07/12 Quinta	MANHÃ	07:15 as 11h - “Quiz” - Turmas da manhã (1ºABCD / 2ºABC / 3ºABC)
	TARDE	13:15 as 17h - “Quiz” - Turmas da tarde (1ºEFGH / 2ºDEF / 3ºDEF)
08/12 Sexta	MANHÃ	07:15 as 11h - Apresentações artísticas e resultado da Atividade Social Filantrópica (TODAS AS TURMAS)

03. REGULAMENTO BÁSICO PARA EXECUÇÃO E PONTUAÇÃO DAS ATIVIDADES E TAREFAS:

3.1. Das disposições gerais:

- 1.** Este regulamento dispõe sobre a organização e realização do Festival Cultural e Artístico - Diva 40 anos, tendo sido elaborado pela Comissão Organizadora, com a participação coletiva dos professores de todas as áreas nos planejamentos.
- 2.** O festival cultural e artístico possui uma comissão organizadora formada pelos seguintes componentes: Diretora - Prof.^a Franciliane Albuquerque; Coordenadores Pedagógicos - Prof.^a Karine Gomes / Prof.^o Nilo Públis e Coordenadores das Áreas do Conhecimento - Prof.^a Keila Rodrigues / Prof.^a Danusia Colares / Prof.^a Karine Moreira / Prof.^o Filipe Soares. A essa comissão está delegado todas as funções referentes ao Festival Cultural e Artístico - Diva 40 anos. Qualquer alteração nas atividades e pontuações de tarefas, punições ou advertência aos componentes e lideranças das equipes serão realizados por esta comissão.
- 3.** É PROIBIDO: Qualquer tipo de desrespeito (ofensas, gritos, palavrões, etc.) ou preconceito (bullying, homofobia, infligir Direitos Humanos, etc.) com professores, funcionários e componentes das turmas/equipes; sob pena de acordo com o Regimento Escolar.
- 4.** Caso haja necessidade da ajuda de funcionários do colégio, será permitido quando apresentar riscos ao aluno.
- 5.** É a função de todos os Professores a participarem da execução do festival cultural Diva 40 Anos, dar opinião com relação ao desenvolvimento e aos processos avaliativos e comportamento dos alunos durante os dias de festival, aos professores responsáveis pela turma.

6. A comissão organizadora observará o comportamento dos participantes. Haverá uma folha advertência, para ser assinada pelo membro da equipe que não apresentar bom comportamento. A cada assinatura a equipe perde 10 pontos.
7. É PROIBIDO: colar, pregar ou realizar qualquer outra atividade que possa vir a causar dano a estrutura da sala de aula, em caso de ocorrência, a turma será responsabilizada pelo conserto da mesma.
8. É de total responsabilidade da turma a ORGANIZAÇÃO E A PRESERVAÇÃO das carteiras e da sala de aula.
9. Ao término do evento todas as salas deverão estar devidamente organizadas, limpas e com carteiras alinhadas.
10. O NÃO CUMPRIMENTO DESTAS OBSERVAÇÕES DURANTE TODO O FESTIVAL TERÁ DESCONTO DE PONTUAÇÃO PARA TODA A TURMA (05 pontos por dia).

3.2. Atividades e tarefas a serem desenvolvidas:

- Dia 04/12 (segunda) - ABERTURA DO FESTIVAL CULTURAL E ARTÍSTICO (DIVA 40 ANOS)

Tarefa 01: PRESENÇA OBRIGATÓRIA – (10 pontos)

É obrigatória a presença de todos os componentes da turma na abertura do evento e na exposição dos trabalhos. SERÁ PASSADA UMA FREQUÊNCIA AO FINAL DO TURNO, com pontuação máxima de 10 (dez).

A pontuação máxima 10 (Dez) será fornecida somente para a turma que apresentar 100% de seus componentes no evento. Salvos os casos em que os alunos comprovarem sua ausência por motivo de doença / atestado médico ou justificativa plausível analisadas pelos professores orientadores e/ou comissão organizadora.

-
- Dias 05 e 06/12 (terça e quarta) - EXPOSIÇÃO DA SALA TEMÁTICA
 - Dias 05 e 06/12 (terça e quarta) - EXPOSIÇÃO DA SALA TEMÁTICA

Tarefa 02: Exposição dos trabalhos e atividades a ser desenvolvidas “Identidade e memória” – (40 pontos)

A turma deverá preparar a sua sala ambiente para expor os trabalhos desenvolvidos referentes as pesquisas realizadas. Sua sala deverá apresentar:

Tópicos	Atividades	Pontuação
01	<ul style="list-style-type: none"> • Memorial de fotos históricas ao longo dos 40 anos – Montar um arquivo digital no formato PDF, em que cada imagem obtida fique exclusivamente em uma página, uma após outra, contendo: autor(es), nome das pessoas da foto (caso tenha), data exata ou aproximada da imagem, pequeno relato explicando o momento que a imagem retrata. OBS. O material deverá ser entregue até o dia 01/12 (sexta) no Laboratório de Informática, para fins de organização e arquivamento. • Construção e exposição de mural ou painel com fotos através da linha histórica dos principais acontecimentos escolar e políticos em relação a educação no Brasil dentro dos 40 anos de existência do Diva. • Exposição histórica de fardamentos da escola (a montagem de um expositor em papelão, madeira ou outro material é opcional) 	16 PONTOS
02	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar um podcast com professores, funcionários ou ex-alunos da escola. A exposição de todos os vídeos acontecerá no Auditório em horários pré determinados. OBS. O material deverá ser entregue até o dia 01/12 (sexta) no Laboratório de Informática, para fins de organização e arquivamento. 	06 PONTOS
03	<ul style="list-style-type: none"> • Pesquisa escrita com exposição oral sobre a biografia de pessoas comuns e ou personalidades residentes no bairro que tenham relevância no processo de construção e/ou transformação na comunidade do bairro da Maraponga e adjacências. 	06 PONTOS
04	<ul style="list-style-type: none"> • Construção de espaço “instagramável” em alusão aos 40 anos da escola, a ser montado dentro da sala, devendo conter a logo da escola. 	06 PONTOS
05	<ul style="list-style-type: none"> • Vídeos depoimentos de ex-alunos Diva Cabral que entraram nas universidades e que hoje atuam em suas respectivas áreas. Deverá mostrar a importância da educação para a construção de um país melhor e parabenizar a escola pelos 40 anos. (Tempo máximo 3 minutos) 	06 PONTOS

OBSERVAÇÃO: As turmas deverão usar a criatividade para expor os trabalhos em sala. Os professores organizadores serão responsáveis pela divisão das atividades de acordo com o sugerido no roteiro de pesquisa. A visitação e apresentação dos trabalhos acontecerá de acordo com o cronograma acima divulgado. Caberão aos professores orientadores organizar os integrantes das equipes afim de não excluir quaisquer alunos da participação no festival. Os pedidos de quaisquer materiais ou equipamentos pertencentes a escola, serão emprestados de

acordo com sua disponibilidade e só será entregue somente aos professores-orientadores.

- Dia 07/12 (quinta) – “QUIZ”

Tarefa 03: “Quiz” - (20 pontos)

- As perguntas a serem realizadas contemplaram todas as áreas (LC, CN, CH e MAT.)
- Serão o total de 08 perguntas de acordo com o nível de cada série distribuídas entre as disciplinas.
- As turmas faram a atividade em seus respectivos turnos e seguirão a seguinte ordem:

Horário	Manhã
07:30 as 08:30	1ºABCD
08:30 as 09:30	2ºABC
10 as 11h	3ºABC

Horário	Tarde
13:30 as 14:30	1ºEFGH
14:30 as 15:30	2ºDEF
16 as 17h	3ºDEF

- Dia 08/12 (sexta) – APRESENTAÇÃO ARTÍSTICA

Tarefa 04: Apresentação Artística – Diva 40 Anos – “Identidade e memória” – (30 pontos)

Cada equipe de turmas fará uma apresentação artística única envolvendo o tema: Diva 40 anos - “Identidade e memória”. A turma poderá escolher entre dança, teatro, música.

A pontuação da tarefa será distribuída e avaliada conforme os quesitos: ornamentação, criatividade e adequação ao tema. (tabela com os pontos distribuídos)

OBSERVAÇÕES:

- A apresentação deverá estar de acordo com o tema proposto – Tempo mínimo: 04 min. / máximo: 08 minutos
- A equipe que ultrapassar o tempo determinado perderá pontos.
- Os pedidos de quaisquer materiais ou equipamentos pertencentes a escola serão emprestados de acordo com sua disponibilidade e só será entregue somente aos professores-orientadores.
- Áudio, músicas ou vozes de peças teatrais deverão ser gravados para facilitar na organização do evento. Caberá a equipe ter o pendrive e entregar com antecedência o seu áudio para o professor do Laboratório de Informática que encaminhará todo o processo para a organização.
- Figurino: O vestuário utilizado nas apresentações é de responsabilidade da equipe.
- As produções das apresentações deveram se atentar a **NÃO REALIZAR** qualquer tipo de desrespeito (ofensas, gritos, palavrões, etc.) ou preconceito (bullying, homofobia, infligir

Direitos Humanos, etc.) sob pena de desclassificação e punição de acordo com o Regimento Escolar.

➤ Dia 08/12 (sexta) – ATIVIDADE SOCIAL

Tarefa 05: Atividade Social Filantrópica – (10 pontos)

- Ajudar a quem precisa, é dever de todos nós. Neste ano a EEM. Profª. Diva Cabral em parceria com todos os alunos, professores e funcionários fará uma arrecadação de sapatos fechados, tênis novos ou usados em bom estado de conservação, em todos os tamanhos, modelos masculinos e femininos para o Instituto Peter Pan.
- Cada turma fará uma arrecadação de 06 pares de sapatos. Parte das doações serão destinadas aos alunos que necessitarem de calçados para vim à escola.
- As doações deverão ser entregues no Centro de Multimeios até o **DIA 07/12 (quinta)** para contabilização da atividade. As doações fora do prazo serão recebidas, mas não serão contabilizadas.
- A divulgação do resultado da arrecadação será no encerramento dia 08/12 (sexta)

**PONTUAÇÃO MÁXIMA: 10 PONTOS / QUALQUER QUANTIDADE INFERIOR A
06 PARES: 05 PONTOS**

04: DA NOTA:

- I – Cada turma/aluno se empenhará na busca de sua nota máxima dez (10) e esta corresponderá a nota bimestral de todas as disciplinas do 4º bimestre
- II – Os professores avaliadores serão responsáveis por avaliarem as turmas previamente distribuídas em escala organizada pela gestão.

05: OBSERVAÇÕES GERAIS:

A Comissão Organizadora do Festival Cultural e Artístico – Diva 40 anos, estará presente em

todas as atividades propostas e avaliará a qualidade e o esforços para sua realização, para que se leve em conta essas condições, a maioria das provas não atribui pontos fixos, e sim um máximo a ser atingido, de acordo com a forma que a turma trabalhou.

Cada turma/aluno se empenhará na busca de sua nota máxima: dez (10). Porém, durante todo o processo do festival cultural e artística Diva 40 anos, o Professor responsável pela turma avaliará individualmente: participação, envolvimento, interesse, seminários e apresentações em preparação para o evento, dentre outros.

Comissão Organizadora:

Franciliane Albuquerque

Karine Gomes

Nilo Públio

Keila Katiane

Danusia Colares

Karine Moreira

Filipe Soares



ANEXO B – FORMULÁRIO DAS ENTREVISTAS AOS PROFESSORES⁴⁶⁴⁷

1ª pergunta: Enquanto docente você acredita ser pertinente discutir o tema da saúde mental no ambiente escolar!? Por quais razões!?

Professor A: Certamente, pois as competências emocionais estão diretamente vinculadas as competências cognitivas, estas são coexistentes e somativas no processo de ensino e aprendizagem significativa.

Professor B: Sim, pois é preciso deixar claro que tanto o grupo docente e discente estão constantemente lutando contra as adversidades do dia a dia e o aceleramento de nossas vidas ,deixando nos sem tempo de refletir e para o ócio criativo.

Professor C: Sim, pois é importante se conduzir o debate sobre assuntos que afetam diretamente a nossa vivência, tentando compreender os alunos, sempre na tentativa de os fazer se sentir melhor e assim aprender de forma mais eficiente.

Professor D: Sim. Acredito que a saúde mental influência nas demais áreas da vida, além de que, no cenário atual, é perceptível um adoecimento coletivo causado por diversos fatores, internos e externos.

Professor E: Sim, é muito pertinente discutir o tema saúde mental no ambiente escolar, devido ao número cada vez maior de pessoas que sofrem com essa questão. Dificuldade na aprendizagem e nos relacionamentos interpessoais são algumas das consequências ao se ignorar os cuidados com a mente.

Professor F: Sim, a escola não é um ambiente isolado da sociedade, e os estudantes não são "folhas em branco" que os professores preenchem. O contexto social, econômico e cultural de cada aluno influencia diretamente no processo de aprendizagem. Por isso, acredito que é fundamental discutir saúde mental com os estudantes. Dessa forma, eles terão a oportunidade de falar sobre o tema de maneira séria e responsável, além de compreender como os fatores externos podem impactar seu bem-estar e desempenho acadêmico.

Professor G: Sim, uma vez que a demanda de alunos com alguma situação emocional tem aumentado cada vez mais. Além de ajudá-los a compreender suas emoções.

Professor H: Sim, devido ao fato desse tema ser tão presente na vida de jovens e adolescentes bem como a sociedade em geral.

⁴⁶ Documento arquivado na íntegra em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublico33@gmail.com. Reitero que os nomes dos professores e suas disciplinas de origem foram mantidas em anonimato.

⁴⁷ Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

Professor I: Sim, temos muitos alunos com problemas emocionais.

Professor J: Sim, é extremamente pertinente discutir saúde mental no ambiente escolar. Isso ajuda a criar um espaço mais acolhedor, promove o bem-estar dos estudantes e professores, melhora a convivência e o desempenho acadêmico, além de prevenir situações graves como bullying, ansiedade e depressão. A escola é um ambiente crucial para desenvolver a empatia e oferecer suporte.

Professor K: Sim, pois afeta diretamente o desenvolvimento do aprendizado escolar

Professor L: Sim. Esse tema é de grande importância, pois diante dos atuais desafios que a vida tem proporcionado. A crescente nos casos de saúde mental, tem afetado não somente os adultos, mas principalmente os nossos adolescentes e esse tema deve ser discutido e criado estratégias para combater os males do século.

Professor M: Sim, cada vez mais estamos tendo alunos com pouca ou quase nenhuma saúde mental, assim sendo muitas vezes indivíduos pouco sociáveis e difícil alcance, alunos esses que na maioria das vezes não sabem externar de maneira precisa suas emoções tornando-se extremamente fragilizados e psicossocialmente fragmentados.

Professor N: Sim. Discutir saúde mental indica que o aluno compreenda o assunto como algo pertinente, sendo capaz e seguro para buscar ajuda profissional quando necessário.

Professor O: Sim. No processo educacional, enquanto docentes, lidamos, o tempo todo, com o estudante em sua integralidade, ou seja, não somente seus aspectos cognitivos, mas também os emocionais, físicos, etc. Dessa maneira, é impossível imaginar a educação como um processo que diga respeito apenas às competências cognitivas, já que o bem-estar dos alunos é fundamental para a sua aprendizagem. E isso passa pelo tema da saúde mental: ajudá-los a ter inteligência emocional, discutir questões atitudinais, fazê-los entender transtornos mentais e indicar os caminhos possíveis de tratamentos é pertinente no ambiente escolar, seja para a aprendizagem, seja para a formação cidadã dos estudantes.

2ª pergunta: A partir da sua experiência com a turma, o que seus alunos (as) entendem por saúde mental?

Professor A: Transtornos psicológicos

Professor B: Pessoas com distúrbios mentais e desequilíbrios emocionais.

Professor C: Muitos conhecem por terem assistido palestras e participado de eventos da escola que tratavam sobre o assunto! Muitos dizem serem afetados em sua saúde mental, tendo casos de ansiedade em boa parte dos alunos!

Professor D: Bem-estar psicológico e emocional.

Professor E: De acordo com o relato dos alunos, saúde mental está relacionada à forma como lidamos com as emoções, com as frustrações e desafios da vida. Alguns alunos, no entanto, entendem que saúde mental está associada a transtornos como depressão, ansiedade, toc.

Professor F: Acredito que o termo "saúde mental" ainda é, infelizmente, utilizado de forma superficial por muitos estudantes. Seria importante iniciar a discussão a partir do próprio conceito, para que eles compreendam melhor o tema. Muitas vezes, os estudantes recorrem a termos médicos de maneira leviana, como "ansiedade" e "depressão", usando-os para justificar angústias que são comuns à sua faixa etária. Além disso, há uma tendência a fazer autodiagnósticos, o que pode levá-los a usar esses termos para justificar dificuldades ou comportamentos irresponsáveis.

Professor G: Entendem que devem procurar profissionais da área para buscar orientações.

Professor H: Eles já relataram saber que se trata de transtornos que envolvem casos de ansiedade e que já presenciaram ou sentiram.

Professor I: Ansiedade e depressão.

Professor J: Os alunos geralmente entendem saúde mental como "estar bem emocionalmente", "não ter ansiedade ou depressão" ou "estar feliz". Muitos associam à capacidade de lidar com problemas e sentimentos, mas nem sempre têm uma visão ampla, como a importância do autocuidado, equilíbrio e apoio externo.

Professor K: Creio que este assunto deva ser discutido nas aulas de Projeto de Vida.

Professor L: A realidade que os alunos entendem sobre saúde mental, é muito o que a mídia fala e muito rasa em relação aos tipos de doenças relacionadas a saúde mental.

Professor I: Na verdade eles pensam que o tema aborda sobre os transtornos mentais

Professor J: Bem-estar psicológico e emocional.

Professor M: Para os alunos e as alunas, saúde mental diz respeito a saber administrar sentimentos e situação que os desestabilizam emocionalmente, comprometendo sua atuação no mundo.

Professor N: Eles parecem levar como um enfrentamento ou superação de seus problemas de forma que não os incomode mais.

Professor O: Para os alunos e as alunas, saúde mental diz respeito a saber administrar sentimentos e situação que os desestabilizam emocionalmente, comprometendo sua atuação no mundo.

3^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Professor A: Essencial

Professor B: Sim, para que todos tenham conhecimento e procurarem ajuda a tempo

Professor C: Sim, é importante debater sobre assuntos que estão diretamente ligados à vivência dos alunos, principalmente após a pandemia de Covid 19.

Professor D: Sim. Por conta do aumento de problemas ligados a mente e pela falta de trato sobre esse assunto entre família.

Professor E: É de fundamental importância discutir o tema saúde mental na escola, visto que o entendimento de nossos limites, de nossas emoções, de nossos anseios e dificuldades contribui para um desenvolvimento integral e uma aprendizagem efetiva. Entendemos que, um corpo docente e discente sadio mentalmente, consegue enfrentar com mais resiliência situações como evasão escolar, dificuldades de aprendizagem, violência, bullying, automutilação etc.

Professor F: Sim. É importante discutir saúde mental na escola para que os estudantes adquiram as ferramentas necessárias para identificar problemas emocionais e psicológicos, além de aprenderem a buscar ajuda especializada quando necessário.

Professor G: Muito importante. Uma vez que o interesse dos alunos tem aumentado em buscar mais informações.

Professor H: Sim é sempre bem vindo, pelo fato de prevenir e fazer o aluno sentir que tem uma compreensão e assistência da escola voltada para casos que podem ser amenizados.

Professor I: Sim, para que os alunos saibam diferenciar os problemas emocionais.

Professor J: Sim, é importante discutir saúde mental na escola porque ajuda a conscientizar os alunos sobre seus sentimentos, promover o respeito ao próximo, prevenir problemas como ansiedade e bullying, além de criar um ambiente acolhedor e propício para o aprendizado e o desenvolvimento integral.

Professor K: Sim, pois ajudam a desmistificar o tema, reduzindo estigmas e incentivando os estudantes a buscar ajuda quando necessário.

Professor L: Sim. Para que os alunos tenham um conhecimento mais amplo sobre o tema

Professor M: Sim, para dar maior esclarecimento a comunidade escolar como um todo.

Professor N: Sim, para que os alunos possam cuidar de si e lidem melhor inclusive com problemas sociais.

Professor O: A mesma resposta dada anteriormente: Sim. No processo educacional, enquanto docentes, lidamos, o tempo todo, com o estudante em sua integralidade, ou seja, não somente seus aspectos cognitivos, mas também os emocionais, físicos, etc. Dessa maneira, é impossível imaginar a educação como um processo que diga respeito apenas às competências cognitivas, já que o bem-estar dos alunos é fundamental para a sua aprendizagem. E isso

passa pelo tema da saúde mental: ajudá-los a ter inteligência emocional, discutir questões atitudinais, fazê-los entender transtornos mentais e indicar os caminhos possíveis de tratamentos é pertinente no ambiente escolar, seja para a aprendizagem, seja para a formação cidadã dos estudantes.

4^a pergunta: O que foi a pandemia para os alunos (as)?

Professor A: Período de privação de liberdade

Professor B: Para muitos não interferiu na vida da comunidade, foi umas férias prolongadas.

E outros foi um período de perdas e abandono

Professor C: Um momento que sofreram com as perdas de entes queridos.

Professor D: Período delicado de muito medo e incertezas.

Professor E: Foi um período muito turbulento, de medo, perdas e angústias em relação ao presente e ao futuro.

Professor F: Foi um momento muito difícil, especialmente devido ao isolamento social, que impedi os estudantes de conviver com seus amigos e de vivenciar a experiência escolar de maneira coletiva.

Professor G: Um momento de grande dificuldade para expressar suas emoções e sentimentos.

Professor H: Momento de mudança de rotina, isolamento interpessoal e desmotivação nos estudos.

Professor I: Muito complicada por causa do confinamento e dos problemas emocionais adquiridos. Alguns perderam familiares.

Professor J: A pandemia foi um período desafiador para os alunos: trouxe isolamento social, dificuldades com o ensino remoto, aumento da ansiedade e do estresse, além de perdas e inseguranças. Também foi um momento de adaptação e aprendizado sobre resiliência e autocuidado.

Professor K: Fechamento de escolas que forçou uma transição radical para o ensino remoto.

Professor L: Para a grande maioria dos alunos a pandemia significou ficar isolado das pessoas, porém não tem ideia o que esse isolamento trouxe para sua saúde mental

Professor M: Para os alunos foi uma época de exclusão escolar aonde a marginalização atingiu os maiores patamares possíveis

Professor N: Um período de isolamento onde imergiram nas redes sociais, trazendo isto muito forte até hoje. Também foi um período onde desenvolveram vários hobbies, como se maquiar e cozinar.

Professor O: Não é possível generalizar esta resposta. Durante minha atuação em uma escola particular, os principais problemas que a pandemia trouxe diziam respeito ao isolamento social, visto que eram garotos e garotas em fase de crescimento, entrando na adolescência, no final do Ensino Fundamental II, e com condições financeiras confortáveis. Já os meus alunos e alunas da escola pública, no Ensino Médio, os problemas eram outros, pois, muitas vezes, seus pais perderam os empregos (ou eles próprios), tiveram mais familiares mortos em decorrência da covid-19, sofreram igualmente o isolamento, sem conseguir nenhum tipo de ajuda emocional por parte de psicólogos, por não haver dinheiro para isso. Em ambos os casos, a aprendizagem foi comprometida, mas as escolas particulares souberam contornar melhor a situação, graças ao acesso fácil que os estudantes tinham a tecnologia; na escola pública, muitos alunos sumiram, pois foram para seu interior ou nem internet tinham. Em ambos os casos, houveram casos de ansiedade, depressão, luto, mas, novamente, as condições de classe trouxeram diferentes agravantes, de modo que os alunos da escola pública só muito lentamente foram retomando a normalidade após as primeiras liberações governamentais.

5^a pergunta: Que impactos a pandemia teve na vida dos alunos (as) de sua turma? De que forma?

Professor A: Diminuição da interação social e maximização da interação digital

Professor B: Não tiveram acompanhamento familiar e responsabilidades com o estudo. Muitos tiveram dificuldades de voltar a rotina.

Professor C: Muitos relatam a perda de parentes e colocam na conta da pandemia as crises de ansiedade, adquiridas no período!

Professor D: A reclusão foi um dos fatores mais impactantes, tendo em vista a mudança de rotina e o distanciamento dos familiares e amigos.

Professor E: A pandemia causou grande impacto na saúde mental dos alunos. Podemos observar, em uma parte dos alunos, transtorno da ansiedade, dificuldade de concentração e de aprendizagem. O isolamento social gerou também, em alguns alunos, problemas em se relacionar e em interagir com os colegas e professores, tendo como consequência também a evasão escolar. O medo e a angústia com a situação mundial de perdas deixaram marcas que perduram até hoje.

Professor F: Para os alunos do terceiro ano do ensino médio de 2024, a situação foi ainda mais desafiadora, pois eles concluíram o ensino fundamental durante a pandemia. Esse período de isolamento os privou de vivenciar a conclusão de um ciclo importante, marcado por

muitas mudanças, como a transição da infância para a adolescência. Além disso, muitos enfrentaram dificuldades no retorno às aulas presenciais, já que estavam acostumados ao ensino remoto e a esse novo formato de convivência.

Professor G: Alguns alunos tiveram momentos de ansiedade devido ao isolamento social.

Professor H: Desnível em termos de alunos bem conceituados.

Professor I: De aprendizagem, porque a maioria não tiveram aulas, e emocional.

Professor J: A pandemia impactou os alunos com a interrupção da rotina escolar, causando dificuldades de aprendizado, aumento da ansiedade, solidão e desmotivação. Muitos enfrentaram limitações tecnológicas no ensino remoto, além de desafios emocionais, como lidar com perdas familiares e incertezas. Também houve impacto na socialização, afetando habilidades interpessoais.

Professor K: Perda do contato físico com colegas e professores o que afetou a socialização.

Professor L: A falta de convivência com os colegas trouxe um distanciamento de sentimentos e que pode ter ocasionando vários problemas relacionados à saúde mental.

Professor M: Os impactos foram abissais, pois com a falta do contato social, diário e corriqueiro possibilitou a imersão no seu individualismo

Professor N: A convivência escolar é uma lacuna que sentimos em sua sociabilidade e aprendizagem, sentimos isto fortemente relacionado, inclusive, com o uso excessivo dos celulares.

Professor O: A mesma resposta da anterior: Não é possível generalizar esta resposta. Durante minha atuação em uma escola particular, os principais problemas que a pandemia trouxe diziam respeito ao isolamento social, visto que eram garotos e garotas em fase de crescimento, entrando na adolescência, no final do Ensino Fundamental II, e com condições financeiras confortáveis. Já os meus alunos e alunas da escola pública, no Ensino Médio, os problemas eram outros, pois, muitas vezes, seus pais perderam os empregos (ou eles próprios), tiveram mais familiares mortos em decorrência da covid-19, sofreram igualmente o isolamento, sem conseguir nenhum tipo de ajuda emocional por parte de psicólogos, por não haver dinheiro para isso. Em ambos os casos, a aprendizagem foi comprometida, mas as escolas particulares souberam contornar melhor a situação, graças ao acesso fácil que os estudantes tinham à tecnologia; na escola pública, muitos alunos sumiram, pois foram para seu interior ou nem internet tinham. Em ambos os casos, houveram casos de ansiedade, depressão, luto, mas, novamente, as condições de classe trouxeram diferentes agravantes, de modo que os alunos da escola pública só muito lentamente foram retomando a normalidade após as primeiras liberações governamentais.

6^a pergunta: Você tem conhecimento da experiência do luto de seus alunos (as) na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre essas experiências.

Professor A: Sim, mas sem saber muitos detalhes.

Professor B: Sim, alunos perderam o pai e tiveram que ir para o mercado de trabalho para sustentar a família.

Professor C: Sim, alguns ainda relatam que sofrem diariamente com essas perdas!

Professor D: A maioria não teve experiência com o luto durante esse período.

Professor E: Sim, tive a triste experiência de alguns alunos perderem familiares devido a pandemia. Foi um período muito difícil que teve como consequência principal o afastamento da escola e o desinteresse nos estudos.

Professor F: Não. Nenhum aluno relatou sobre experiência sobre luto.

Professor G: Não teve luto

Professor H: Não foi relatado casos.

Professor I: Sim, uma aluna perdeu a tia.

Professor J: Sim, muitos alunos vivenciaram o luto durante a pandemia, especialmente por perdas de familiares próximos, como avós, pais ou tios. Essas experiências foram marcadas pela dificuldade de despedida devido às restrições sanitárias, o que intensificou a dor. Alguns alunos expressaram sentimentos de tristeza, solidão e até mudanças comportamentais, enquanto outros preferiram silenciar. Isso reforça a importância de acolher e oferecer suporte emocional no ambiente escolar.

Professor K: Não

Professor L: Vários alunos perderam entes queridos durante a pandemia e isso causou diversos problemas mentais. Ansiedade; falta de concentração

Professor M: Não, não tenho

Professor N: Alguns perderam avô ou avó, que repercutiu emocionalmente, pelo cuidado que recebiam, e financeiramente, pela aposentadoria que não faria mais parte da renda, eles relataram.

Professor O: Sim. Na escola particular que trabalhei na pandemia, um ex-professor faleceu em decorrência da covid-19; professor que os meus alunos conheciam e admiravam. Na escola pública, tive alunos que chegaram a perder a mãe ou algum outro parente.

7^a pergunta: A pandemia impactou na saúde mental dos seus alunos (as)? De que forma?

Professor A: Sim, diminuição das competências sócio emocionais, com menor interação social e maior interação virtual.

Professor B: Sim, depressão, ansiedade, inquietude e dificuldade de rotina

Professor C: De alguns, eles têm dito nos atendimentos do PDT que sofrem de crise de ansiedade depois de terem sido afetados pela Covid.

Professor D: Sim. A maioria teve instabilidade emocional.

Professor E: Sim, a pandemia causou impacto na saúde mental, observamos os alunos mais ansiosos e com dificuldade de socialização e de aprendizagem. Percebemos isso no retorno das aulas presenciais, em que notamos também muitas ausências.

Professor F: Não me considero totalmente preparada para avaliar a saúde mental dos estudantes de forma adequada, considerando minha formação como professora. No entanto, acredito que posso fazer algumas observações, comparando com o comportamento das turmas que cursaram o ensino médio antes da pandemia. O que percebi foi um aumento de alunos enfrentando crises de ansiedade, dificuldades de interação social e uma tendência ao isolamento.

Professor G: Ansiedade foi o que mais impactou

Professor H: Sim, os alunos que já tinham comorbidades relatam o medo de pegar o vírus.

Professor I: Sim, através da perda de parentes próximos e do isolamento.

Professor J: Sim, a pandemia impactou profundamente a saúde mental dos alunos. Muitos relataram ansiedade, tristeza, desmotivação e dificuldade em se concentrar. O isolamento social aumentou a sensação de solidão, enquanto o ensino remoto trouxe frustração e cansaço. Alguns também enfrentaram o luto e a pressão para se adaptar a mudanças rápidas, afetando sua estabilidade emocional.

Professor K: Depois do isolamento social, percebi uma maior predisposição a ansiedade, stress, dificuldade na aprendizagem, etc.

Professor L: Sim. Ansiedade, falta de atenção, falta de interesse

Professor M: Sim, aumentando na incapacidade de ações e respostas aos desafios enfrentados no dia a dia, assim sendo tornando indivíduos mais intolerantes e impacientes

Professor N: Sim, eles se sentiam muito sós devido ao isolamento, assim como apresentam um grau de ansiedade considerável.

Professor O: A mesma resposta da anterior: Não é possível generalizar esta resposta. Durante minha atuação em uma escola particular, os principais problemas que a pandemia trouxe diziam respeito ao isolamento social, visto que eram garotos e garotas em fase de crescimento, entrando na adolescência, no final do Ensino Fundamental II, e com condições financeiras confortáveis. Já os meus alunos e alunas da escola pública, no Ensino Médio, os

problemas eram outros, pois, muitas vezes, seus pais perderam os empregos (ou eles pró- prios), tiveram mais familiares mortos em decorrência da covid-19, sofreram igualmente o isolamento, sem conseguir nenhum tipo de ajuda emocional por parte de psicólogos, por não haver dinheiro para isso. Em ambos os casos, a aprendizagem foi comprometida, mas as escolas particulares souberam contornar melhor a situação, graças ao acesso fácil que os estudantes tinham a tecnologia; na escola pública, muitos alunos sumiram, pois foram para seu interior ou nem internet tinham. Em ambos os casos, houveram casos de ansiedade, de- pressão, luto, mas, novamente, as condições de classe trouxeram diferentes agravantes, de modo que os alunos da escola pública só muito lentamente foram retomando a normalidade após as primeiras liberações governamentais.

8^a pergunta: Como foi a aprendizagem dos alunos da sua turma na pandemia?

Professor A: Remoto e pouco eficiente

Professor B: Muito difícil pois eles não cultivaram o hábito de estudar sozinhos.

Professor C: Pouco produtiva

Professor D: Via aulas on-line. A maioria considerou ruim.

Professor E: As aulas remotas foram um grande desafio para todos da escola. Alguns alunos não conseguiram assistir às aulas devido à falta de acesso à internet e o ambiente desfavorável em casa. Certamente o aprendizado foi prejudicado nesse período. Por mais que os professores se desdobrassem para criar aulas interativas e interessantes, muitos alunos não participavam.

Professor F: Todo o processo de ensino-aprendizagem durante a pandemia foi extremamente complicado e desafiador para todos os envolvidos. Os estudantes perderam muito, e é impossível replicar a dinâmica de uma sala de aula no Zoom. Sem o contato presencial, tornou-se muito difícil avaliar o nível de aprendizado e de concentração dos alunos. O clima de medo e as dificuldades de acesso enfrentadas por muitos estudantes agravaram ainda mais a situação. Existe uma defasagem de conhecimento que, sem dúvida, será sentida por várias gerações.

Professor G: Muita dificuldade, muitos alunos não conseguiram focar devido a rotina de aulas on-line.

Professor H: Não satisfatório.

Professor I: Alguns não tinham aula só faziam trabalho e outros tinham aula online.

Professor J: A aprendizagem dos alunos durante a pandemia foi bastante desafiadora. Muitos enfrentaram dificuldades com o ensino remoto devido à falta de acesso à tecnologia, problemas de concentração e a ausência de interação presencial com professores e colegas. O ritmo

de aprendizado desacelerou, e houve lacunas em conteúdos essenciais, especialmente em matérias mais abstratas. Apesar disso, alguns demonstraram resiliência e adaptaram-se às novas ferramentas digitais.

Professor K: Regular e com grande infrequênciā.

Professor L: Péssima. A maioria da turma teve problemas de aprendizagem.

Professor M: Acredito que não houve aprendizado

Professor N: Os alunos costumavam ser faltosos, o que já impacta diretamente na aprendizagem.

Professor O: A aprendizagem dos alunos e das alunas foi comprometida irremediavelmente. Na escola pública, em uma turma de 40 alunos, no máximo 4 entravam nas salas online (ou às vezes nenhum); todos ficavam com as câmeras desligadas, sem falar; todos os trabalhos eram copiados de internet e o governo determinou que não poderia haver reprovações, visto as condições vigentes. Dessa forma, realmente, não houve aprendizagem significativa, mas um arrependimento para a escola pública continuar a funcionar, de modo a não perder de vista os alunos e as alunas, que tomaram diferentes rumos na vida. Na escola particular, a aprendizagem foi comprometida, mas desde o final de 2020 alguns colégios já estavam equipados para o ensino híbrido, possibilitando melhores condições de ensino e aprendizagem. Não há como pensar na questão da aprendizagem na pandemia sem fazer recortes de classe.

9^a pergunta: Quais os impactos do momento da pandemia na vida escolar dos alunos (as)?

Professor A: Diminuição da interação social e queda do rendimento cognitivo concomitantemente.

Professor B: A dificuldade de leitura e interpretação.

Professor C: Ausência de motivação para estudar pela crise de ansiedade.

Professor D: A maioria teve desinteresse na vida escolar ou não levou esse período de aprendizagem a sério.

Professor E: Ainda sentimos muitas lacunas no aprendizado dos alunos, alguns conteúdos não foram vistos de forma integral na pandemia e são pré-requisitos para os conteúdos da série.

Professor F: Muitas dificuldades se destacaram, especialmente no aspecto social. No retorno às aulas presenciais, os estudantes enfrentaram dificuldades básicas, como saber como se comportar em um ambiente escolar. Havia dificuldades em simples atitudes, como sentar corretamente, interagir com os colegas e professores, manter a concentração por longos períodos e, até mesmo, ficar 6 horas sem o celular.

Professor G: Muita dificuldade em organização para estudo, dificuldade de acesso às atividades on-line causando ansiedade

Professor H: A impaciência com o momento devido as restrições e o uso obrigatório de máscaras além da ausência dos colegas.

Professor I: Acredito que o maior impacto foi emocional principalmente pela perda e isolamento.

Professor J: A pandemia impactou a vida escolar dos alunos ao interromper a rotina, aumentar dificuldades de aprendizado e causar desmotivação. Houve perda de interação social, desafios tecnológicos no ensino remoto e lacunas educacionais. Além disso, muitos sentiram o peso emocional do isolamento e a necessidade de readaptação ao retornar ao ambiente presencial.

Professor K: Dificuldades técnicas no processo de ensino remoto.

Professor L: O impacto foi bastante negativo. Os alunos tiveram um déficit muito grande de aprendizado.

Professor M: Não sei responder

Professor N: Acredito que a dependência em resolver suas questões, atividades, provas etc de forma on-line ainda é muito requisitado. Comportamentos ansiosos e depressivos. A la-cuna do ensino aprendizagem.

Professor O: Creio que as respostas anteriores respondem a questão. Mas gostaria de salientar que a ausência de um espaço físico (a escola) e a falta de reunião com outros estudantes, fez com que a vida escolar dos alunos fosse pulverizada. A pandemia reforçou que não basta ligar uma câmera para dar aula, ou sentar em frente a um computador e ouvir, pois a relação direta, o ver, o ouvir, o sentir a presença do outro, são de valores inestimáveis no processo educacional e na manutenção da saúde mental. Para muitos estudantes, a vida escolar acabou (ou foi pausada) com a saída das escolas, visto que, muito além da aprendizagem, era tudo o que aquele espaço lhes oferecia que os faziam estar ali.

**ANEXO C – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (1º ANO
CHICO DA MATILDE) ^{48⁴⁹}**

44 alunos

1ª pergunta: O que é saúde mental para você?

Aluno 1: A saúde da mente

Aluno 2: Bem, saúde mental refere-se mais ao estado de equilíbrio emocional, psicológico e social também.

Aluno 3: Caso sério e sensível

Aluno 4: Bem estar, quando vc está bem em ideias quando vc se sente bem mentalmente, tem coisas positivas e produtivas em mente, uma saúde algo bom

Aluno 5: saúde da mente

Aluno 6: É algo importante

Aluno 7: Para eu ter uma saúde mental é ter uma mente educada, centrada em tudo que pensa em soluções uma mente que não tem problemas com nada, uma mente limpa e tranquila ter saúde mental é bom para nossa vida

Aluno 8: É conhecer você, sua mente, seus sentimentos

Aluno 9: se eu tenho problemas ou n

Aluno 10: hoje em dia é uma base muito importante pra mim, eu sempre tento mantê-la bem, já tive problemas com fases depressivas que me prejudicaram muito no meu dia a dia.

Aluno 11: É estar bem conosco, e o cuidado da mente

Aluno 12: É muito sério e não podemos brincar e pode causar alguma coisa seria com sua mente com isso

Aluno 13: É ser instável e saber lidar com todos.

Aluno 14: É aprender a lidar com nossas emoções, nossos sentimentos

Aluno 15: A saúde responsável por controlar variáveis ações cotidianas

Algo bem importante para se viver bem

Aluno 16: Saúde mental é algo essencial pra vida, é tipo o combustível para o corpo, uma mente boa, um corpo em paz

Aluno 17: Psicológico

⁴⁸ Documento arquivado na íntegra em computador do pesquisador (Acervo pessoal) e no drive do e-mail pessoal do pesquisador nilopublio33@gmail.com. Reitero que os nomes dos alunos foram mantidos em anonimato e suas respectivas turmas de origem, os nomes das turmas são fictícios.

⁴⁹ Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

Aluno 18: Saúde mental para mim é estar bem com si mesmo e ter um psicológico saudável

Aluno 19: Ansiedade, medo e raiva eu acho

Aluno 20: É um termo para descrever o nível de qualidade de vida

Aluno 21: Para mim, saúde mental é como enfrentamos os desafios da vida.

Aluno 22: E estar bem comigo mesmo e com as outras pessoas. É saber lidar com as boas

Aluno 23: É a saúde que temos que ter pra conviver no dia a dia.

Aluno 24: Quando você tá bem com você mesmo

Aluno 25: Saúde mental pra mim é estabilidade mental, ou seja, e você está bem consigo mesma, organizar seus sentimentos, suas vivências com outros olhos, positivamente e esperança.

é a saúde da sua cabeça, tudo que acontece afeta a saúde mental e seu psicológico

Aluno 26: Sanidade

Aluno 27: Algo muito importante

Aluno 28: É você ter controle sobre si mesmo, ao ponto de não se deixar levar a qualquer coisa....

Aluno 29: É até onde você está bem com vc, tipo o quanto uma coisa pode " derrubar" você

Aluno 30: É um meio que possibilita o desenvolvimento de suas habilidades.

Aluno 31: para mim saúde mental, é a sobre a saúde do nosso psicológico

Aluno 32: Sei n

Aluno 33: Algo que não deve ser ignorado pois muitas pessoas têm problemas que precisam de ajuda

Aluno 34: Para mim saúde mental é o controle do seu psicológico e sua emoções.

Aluno 35: Algo que você deve cuidar e ter bastante cuidado como lida

Aluno 36: Ter cabeça para algumas coisas

Aluno 37: É você está bem com você mesma

Aluno 38: Para mim, saúde mental é o equilíbrio emocional, psicológico e social de uma pessoa

Aluno 39: ter mente pra resolver problemas

Aluno 40: estar bem consigo mesmo

Aluno 41: pode ser considerada, um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo

Aluno 42: é a saúde da sua cabeça, tudo que acontece afeta a saúde mental e seu psicológico

Aluno 43: é se sentir bem com você mesmo.

Aluno 44: Algo bem importante para se viver bem

2^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Aluno 1: É bem importante porque envolve a capacidade de lidar com as demandas da vida diária, gerenciar o estresse, manter relacionamentos saudáveis e tomar decisões conscientes.

Aluno 2: Sim. Porque é bom as pessoas saberem que alguns comentários podem acabar afetando a saúde mental de outra.

Aluno 3: Sim, pra todos que não entendem muito, entender como funciona direito

Aluno 4: com certeza, discutir saúde mental nas escolas é essencial.

Aluno 5: Sim, seria ótimo aprender na escola sobre a vida, porque na minha opinião é bastante importante a escola começar a ensinar não só as matérias como português e matemática, mas também ensinar como viver a vida, para que quando nós for sair da escola, nós já estaremos sabendo o que fazer como viver, como cuidar das dificuldades da vida.

Aluno 6: Sim, para que possamos ajudar com o estado mental da pessoa que precisa de ajuda então acho muito importante que possamos ter conversa sobre esse assunto

Aluno 7: Sim para podermos aprender a ter controle de certas atitudes no que falamos e sermos maduros no que fazemos isso é bom para nós mesmos.

Aluno 8: Sim seria importante, muitas pessoas não se sentem bem na escola não tem uma saúde mental para lidar com alguns tipos de situações

Aluno 9: Sim pois muitas vezes os jovens não sabem cuidar dos seu sentimentos ou não tem uma pessoa para conversar sobre a saúde mental

Aluno 10: Sim, muitas gentes sofrem com ansiedade, depressão e não sabem como resolver, não sabem tratar isso da forma correta

Aluno 11: Sim, muitos adolescentes precisam de ajuda e não conseguem pedir, a conversa é um caminho para se abrir e desabafar

Aluno 12: Muitos alunos desejam ser ouvidos e isso pode dar um empurrão para que eles consigam desabafar o peso que guardam

Aluno 13: Sim, pq todos nós passamos por momentos difíceis, e é bom compartilhar com colegas, família e etc..

Aluno 14: Sim, porque é um assunto que deve sempre estar em pauta, principalmente nos dias de hoje

Aluno 15: Sim. Porque é um tema que precisa ser trabalhado para a formação dos indivíduos.

Aluno 16: Sim, pois é necessário de uma boa saúde mental para um aprendizado melhor

Aluno 17: Sim...talvez algumas pessoas tenham uma grande necessidade no assunto

Aluno 18: Eu acho muito importante discutir em sala aprender mais sobre o tema

Aluno 19: Sim porque a pessoa pode saber administrar suas emoções

Aluno 20: Sim, pois pode ajudar na mentalidade das pessoas.

Aluno 21: Sim, para saber o que os alunos pensam sobre isso

Aluno 22: Sim, para ajudar os alunos para conviver melhor.

Aluno 23: Sim, algumas pessoas têm problema psicológico

Aluno 24: sim, é um tema muito comum na atualidade

Aluno 25: Sim, por conta que é importante saber

Aluno 26: sim, para as pessoas se informarem

Aluno 27: Sim, ajuda com o desenvolvimento

Aluno 28: Sim, para se reconhecer melhor

Aluno 29: Seria, mas não adiantaria nada

Aluno 30: Acho que sim

Aluno 31: Sim. Pois sem nossa saúde mental não conseguiremos fazer as coisas, e tem muitos alunos não sabe nem o que se trata saúde mental.

Aluno 32: Sim, caso ou esse todos nós alunos agiríamos com mais ética e consciência e teríamos mais controle a nós mesmos.

Aluno 33: Sim, por que assim algumas pessoas podem conversar sobre o que guardam para se msm, por não ter com quem contar

Aluno 34: Sim, porque muitas pessoas não têm estabilidade na sua própria saúde mental e precisam conversar sobre

Aluno 35: Sim, ajuda quem tem alguns problemas mentais e não faça ela se sentir tão mal

Aluno 36: Sim, pq tem muita gente que está bem mal em relação a família e tal

Aluno 37: Sim, porque tem pessoas que tem muitos problemas

Aluno 38: Sim, porque pode ajudar muito as pessoas

Aluno 39: sim, pois tem muitas pessoas que tem!

Aluno 40: sim, pois vai ajudar vários alunos

Aluno 41: Sim. Para entender muitas questões.

Aluno 42: Sim, pq tem gente que não tem

Aluno 43: sim, para ajudar as pessoas

Aluno 44: Sim

3^a pergunta: O que foi a pandemia para você?

Aluno 1: Foi bastante complicado, e difícil principalmente por conta da socialização que não podia naquele momento.

Aluno 2: Meio difícil de lidar

Aluno 3: Um tempo difícil

Aluno 4: a pandemia foi um período desafiador, que impactou a vida de muitas pessoas ao redor do mundo. Para mim, evidenciou a necessidade de cuidar do bem-estar mental e emocional, além do físico. Apesar das dificuldades, a pandemia também trouxe oportunidades para aprender a valorizar as coisas simples da vida.

Aluno 5: Um caso complicado e chato por não ter um ar livre para poder se sair e se sentir mais livre, fiz tudo em casa tive que viver anos em dentro de casa prejudicando minha vida e dos meus pais e familiares em muitas coisas como financeiramente e em saúde também e no aprendizado da escola q tivemos q estudar pelo celular em casa.

Aluno 6: Uma das piores fases, eu tinha muitas crises de pânico achando que iria perder meus pais e todos que eu amava, perdi uma fase que poderia ter sido inesquecível na minha adolescência e nem sei explicar o quanto isso me afetou.

Aluno 7: Algo q afetou bastante nos meus estudos , passamos 1 ano ou mais parados sem estudos , muitas pessoas morrendo afetaram bastante e deixaram lembranças

Aluno 8: A pandemia foi algo assustador, só em casa sem fazer nada, sem poder curtir a vida, se divertir, em momentos de tensão, espero que nunca mais aconteça

Aluno 9: Foi um momento estranho, num tanto me deixou com uma marca por ter sido de uma hora pra outra, acredito que todos nós ficamos com uma marca também

Aluno 10: Foi um momento muito difícil por causa de ficar em casa e por conta do medo de pegar a doença por que muita gente morreu com essa doença

Aluno 11: Não gostei do momento, passei muito tempo sem ver minha família, me desliguei muito do mundo real, para "viver o virtual".

Aluno 12: Não foi fácil até pq eu perdi um primo então é bem difícil foi as vários coisa acontecendo nessa pandemia.

Aluno 13: A pandemia me afetou bastante, desaprendi a leitura labial, também por fica muito tempo em casa

Aluno 14: Foi horrível ficar longe de todo mundo, o medo de não saber o amanhã ou tudo que aconteceria

Aluno 15: Foi uma época da minha vida em que foi muito ruim, pois fiquei longe dos meus familiares.

Aluno 16: Foi um período desafiador que impactou a vida de muitas pessoas ao redor do mundo

Aluno 17: Foi uma desgraça perdoe o dialeto mais pra mim em si foi muito cruel teve um grande impacto, principal pelos meus pais e pelos estudos.

Aluno 18: Algo destrutivo, porém agradável, ficar em casa é ótimo

Aluno 19: Algo que foi muito difícil para aprender as matérias.

Aluno 20: foi algo muito complicado para todos

Aluno 21: foi um tipo de paralisação horrível.

Aluno 22: Mudou bastante coisa na minha vida

Aluno 23: Chocante e muito estranho

Aluno 24: Algo difícil pra se lidar

Aluno 25: foi um pouco estranha

Aluno 26: Uma época ruim

Aluno 27: Uma coisa ruim

Aluno 28: Uma merd*

Aluno 29: Foi uma etapa do passado na qual os afetou diretamente nos estudos e nos ciclos sociais de forma geral.

Aluno 30: Algo ruim pois pra mim além de ter perdido aulas e ter que fica online eu n me concentrava

Aluno 31: Foi um processo um pouco difícil, mas depois teve uma boa evolução em algumas situações.

Aluno 32: Um tempo onde muitas pessoas morriam, que não estava esperando nada

Aluno 33: foi anos de muita experiência e cuidado

Aluno 34: Foi um impacto MT grande pra mim

Aluno 36: momentos de incertezas e tensão

Aluno 37: Algo muito diferente do normal

Aluno 38: Foi bom e ruim ao mesmo tempo

Aluno 39: Foi uma coisa horrível

Aluno 40: Um momento terrível.

Aluno 41: Algo triste

Aluno 42: Foi triste

Aluno 43: péssima

Aluno 44: Foi uma coisa horrível

4^a pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?

Aluno 1: Mais a parte de socialização. Eu já não era uma pessoa de se socializar, então quando aconteceu a pandemia eu fiquei muito mais "fechada" em relação as pessoas.

Aluno 2: Tive que ficar presa dentro de casa, foi horrível

Aluno 3: Me deixou mais ligado aos aparelhos eletrônicos

Aluno 4: A pandemia impactou minha vida de várias maneiras, tive que me adaptar a estudar em casa e encontrar novas formas de manter a conexão com colegas e professores.

Aluno 5: Impactos de não poder estudar presencialmente aprendendo muito menos e de perder viver no ar livre poder brinca na rua na praça e também financeiramente pra minha família e de saúde também.

Aluno 6: Desenvolvi uma dificuldade na vida, relacionado a saúde mental, me afetou um pouco tive algumas crises de ansiedade no momento de pandemia, que trouxe na minha vida. **Aluno 7:** Impactou mentalmente, tive crises de ansiedade e desespero, muitas coisas aconteceram, meus pais tiveram que ir trabalhar em outro lugar.

Aluno 8: Desaprendi a fazer algumas coisas, como divisão em matemática e também foi bem difícil para aprender as matérias

Aluno 9: Muitos, deixei de viver dois anos na escola no ensino fundamental e criar memórias, melhores aprendizados

Aluno 10: A ansiedade, pois fiquei com muita saudade de meus familiares, e eu não podia vê-los.

Aluno 11: Fiquei mais ansioso, não só eu como minha família ficou mais instável mentalmente

Aluno 12: Teve impactos em questão de estudo, socialização, exaustão mental, ansiedade.

Aluno 13: Eu deixei de ir pra escola, ficar isolado em casa, não sair com os amigos

Aluno 14: Problemas nos estudos, aprendizado lento, percas de pessoas , doentes

Aluno 15: As formas que foi ficar em casa com todo mundo assim foi bem louco

Aluno 16: Forma de lidar com luto. Tbm nem tudo na vida e como a gente quer

Aluno 17: Meus estudos, desenvolvi depressão e ansiedade durante a pandemia

Aluno 18: Sim, em relação a saúde mental e dependência emocional

Aluno 19: Desaprendi leitura labial e fica muito tempo em casa

Aluno 20: Impactos negativos, pois comecei a ter hábitos ruins

Aluno 21: Nenhum impacto, apenas fiquei mais calmo e feliz

Aluno 22: tiveram diversos impactos, na escola , em casa

Aluno 23: Fez com que eu me atrapalhasse nos estudos

Aluno 24: atrapalhou minha vida no futebol

Aluno 25: Muitas mudanças em pouco tempo.

Aluno 26: Atrapalhou meus estudos

Aluno 27: Perdas imensuráveis

Aluno 28: sim, boas e ruins

Aluno 29: Engordei

Aluno 30: Nada

Aluno 31: Ela impactou os meus estudos, pois os meus professores não passavam nada nas aulas de EAD, e acabou que não tenho o mesmo desempenho nas matérias escolares.

Aluno 32: Graças a Deus, ninguém da minha família morreu..., mais vir muitos casos

Aluno 33: Aumentou mais minha ansiedade com medo de alguém que eu amo se vá

Aluno 34: a minha mãe teve q trabalhar de outra forma, eu perdi meu irmão

Aluno 35: Relações Familiares, por conta da distância.

Aluno 36: Falta de aprendizado em algumas matérias

Aluno 37: nem uma, mas sei que é muito ruim

Aluno 38: Acho q fiquei muito fechado

Aluno 39: Desenvolvi uma ansiedade

Aluno 40: Foi muito traumatizante

Aluno 41: impactos negativos

Aluno 42: Fiquei mais burro

Aluno 43: nenhuma

Aluno 44: Não sei.

5^a pergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela.

Aluno 1: Não

Aluno 2: Não

Aluno 3: Não

Aluno 4: Não

Aluno 5: Não

Aluno 6: Não

Aluno 7: Não

Aluno 8: Não

Aluno 9: Não

Aluno 10: Não tive

Aluno 11: Não tive

Aluno 12: Não tive

Aluno 13: Não.

Aluno 14: Não.

Aluno 15: Não.

Aluno 16: Não.

Aluno 17: Não.

Aluno 18: Graças a Deus eu não tive nenhuma, mas pessoas q já passou em minha vida por um pequeno tempo já ocorreu, meu cabelereiro de vários tempos , cortava cabelo com ele dêis dos meus 9 anos de idade, Mas acontece

Aluno 19: Não, não tive nenhuma experiência de luto mas fiquei com muito medo, pós meu pai pegou Covid e foi internado, mas graças a Deus que ele melhorou

Aluno 20: Eu tive experiência com meu irmão infelizmente ele já estava doente aí ele morava na rua aí piorou e deus levou ele

Aluno 21: Tive sim com minha vó, mais não gosto de tocar nesse assunto porque não me sinto confortável

Aluno 22: Não, apenas com casos de pessoas conhecidas familiares de amigos

Aluno 23: Sim mais não era uma pessoa bem próxima então não senti tanto

Aluno 24: minha vó, morreu na pandemia, porém não foi só vírus

Aluno 25: Perdi um parente, porém não era próxima

Aluno 26: Já tive, mas não consigo lembrar muito

Aluno 27: Sim...minha avó, minha bisavó e meu tio

Aluno 28 : Sim, não quero falar sobre

Aluno 29: Não, Graças a Deus 🙏

Aluno 30: Não

Aluno 31: Não

Aluno 32: Não

Aluno 33: Não

Aluno 34: Não

Aluno 35: Sim, minha tia e minha bisavó, elas eram muito importantes pra mim sempre eram pessoas adoráveis que eu amava muitos mais acabei perdendo elas para a pandemia

Aluno 36: Sim, meu irmão era motorista de aplicativo e ele foi um dos primeiros motoristas de aplicativo a morrer

Aluno 37: Felizmente não tive essa experiência

Aluno 38: Sim, minha avó morreu na pandemia

Aluno 39: Não, não tive nenhuma

Aluno 40: Graças a Deus não

Aluno 41 : sim minha mãe

Aluno 42: Não tive

Aluno 43: Não

Aluno 44: Não

6^a pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?

Aluno 1: Bastante medo de meus parentes, principalmente também do meu pai.

Aluno 2: Não teve impacto

Aluno 3: Não

Aluno 4: Mais a parte de socialização. Eu já não era uma pessoa de se socializar, então quando aconteceu a pandemia eu fiquei muito mais "fechada" em relação as pessoas.

Aluno 5: Tive que ficar presa dentro de casa, foi horrível

Aluno 6 : Me deixou mais ligado aos aparelhos eletrônicos

Aluno 7: Não

Aluno 8: Não

Aluno 9: sim, a pandemia teve um impacto significativo na minha saúde mental. Lidar com a incerteza, o distanciamento social e as mudanças na rotina foi desafiador. Sentir-se isolado em alguns momentos e lidar com a ansiedade em relação à situação global também afetou meu bem-estar emocional. No entanto, busquei formas de cuidar da minha saúde mental, como praticar exercícios físicos, manter contato com amigos e familiares virtualmente, e buscar momentos de relaxamento e autocuidado. Além disso, procurar apoio emocional. A pandemia me fez valorizar ainda mais a importância de cuidar da minha saúde mental e buscar equilíbrio emocional.

Aluno 10: Em não poder ter um aprendizado melhor em casa sobre dinheiro, pensar q tudo poderia dar ruim com todo mundo e no mundo, onde nao se podia mais sair para lugares bons, brincar fazer o q gosta e ficar dentro de casa por tempo indeterminado.

Aluno 11: acho que ter perdido dois anos da minha vida me fez parar totalmente no tempo cada dia parecia que não passava, meu maior medo seria que isso voltasse novamente

Aluno 12: Sim, a partir do momento em que eu deixei de ver presencialmente as pessoas, tive uma maior dificuldade em socializar.

Aluno 13: Sim, na questão da ansiedade, socializar e um pouco no aprendizado e por último peso de redes sociais em excesso.

Aluno 14: Sim, afetou principalmente em questão de ser uma pessoa sociável e aberta para os outros.

Aluno 15: trouxe um pouco de ansiedade e dificuldade de me alimentar bem dnv.

Aluno 16: Sim, fiquei mais ansioso, por conta que ficava muito em casa

Aluno 17: Sim, obtive mais calma e não tive tantas preocupações

Aluno 18: Não, não me afetou em nenhuma área da saúde mental

Aluno 19 : Sim eu tive algumas crises de ansiedade e o medo

Aluno 20 : Não impacto nada, mas eu não pode sair de casa

Aluno 21: Impactou meu emocional e meus estudos

Aluno 22 : sim, tive muitos transtornos mentais

Aluno 23 : Sim, Me deixou um pouco ante social

Aluno 24: Acho que não, sinceramente não sei

Aluno 25: Sim a mudança da vida que eu leve

Aluno 26: Sim. Me deixou muito ansiosa.

Aluno 27: sim diversas formas

Aluno 28: Sim, negativamente

Aluno 29: Sim, extrema

Aluno 30: Talvez sim

Aluno 31: Não muito

Aluno 32: Demais

Aluno 33: Não

Aluno 34: Não

Aluno 35: Não, sempre procuro manter o controle, evitando me precipitar ou até mesmo meu subconsciente cria algo que não existe!

Aluno 36: Autoestima, pois era uma pessoa com baixa autoestima mas com a pandemia fui trabalhando essa questão.

Aluno 37: Sim, minha ansiedade aumentou e eu fiquei mais preocupado

Aluno 38: Sim, mas não foi algo que eu me assuste hoje em dia

Aluno 39: Acredito que não me impactou em nada

Aluno 40: Só na questão da ansiedade mesmo

Aluno 41 : por falta de ver pessoas

Aluno 42: Sim , de forma negativa

Aluno 43: Nenhuma

Aluno 44: Não.

7ª pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?

Aluno 1: Horrible

Aluno 2: Muito ruim, sinto que não aprendi nada.

Aluno 3: Foi bastante mal. Estava uma completa desorganização

Aluno 4: Foi bem ruim

Aluno 5: Foi muito difícil de aprender as matérias e também de focar nas aulas

Aluno 6 : Desgastante, EAD era meio ruim, mas aprendi algumas coisas importantes

Aluno 7: Meus estudos foram pelo celular em aulas on-line e atividades por foto, e isso dificultou tudo.

Aluno 8: Não sei

Aluno 9: Difícil, era ruim de se concentrar

Aluno 10: valorizar cada dia.

Aluno 11: ruim, durante a pandemia, minha aprendizagem foi desafiadora. A transição repentina para o ensino à distância exigiu que eu me adaptasse a novas plataformas e métodos de estudo. A falta de interação presencial com os professores e colegas tornou mais difícil esclarecer dúvidas e me sentir engajado nas aulas. Encontrar motivação para manter o foco nos estudos em meio a tantas incertezas e mudanças na rotina também foi um desafio. No entanto, busquei criar uma rotina de estudos organizada, participei ativamente das aulas virtuais e busquei apoio sempre que necessário. Aprendi a ser mais autônomo e a gerenciar meu tempo de forma mais eficaz.

Aluno 12: Pelo o celular

Aluno 13: Foi bem dificultoso pois não tinha condições pra participar de aulas online

Aluno 14: Aulas-online e home school

Aluno 15: Foi muito atrapalhada, pois as aulas remotas eram muito

Aluno 16: Ruim

Aluno 17: não foi muito boa, a aprendizagem não foi muito legal e não ensinou muito.

Aluno 18: Péssima ks

Aluno 19: Que não espere pra viver o amanhã quando se pode viver o hoje

Aluno 20: foi muito difícil, estudar online

Aluno 21: Horrible

Aluno 22: Péssima, por que perdi aula na escola por conta da paralisação, não estudei nada e desaprendi algumas coisas

Aluno 23: Cuidar melhor da saúde

Aluno 24: Eu praticamente não estudei pq não estava no grupo da escola e pq não tinha celular

Aluno 25: Péssima

Aluno 26: Ruim.

Aluno 27: Não muito boa, não estudei nada nas aulas online

Aluno 28: Foi difícil , não considero que aprendi muita coisa.

Aluno 29: Foi difícil, não considero que aprendi muita coisa.

Aluno 30: tudo na vida passa, mesmo que dure " 1 ano" ou mais!!

Aluno 31: Difícil

Aluno 32: aprendi a cuidar de mim mesma

Aluno 33: Muito difícil

Aluno 34: Relativamente péssima, ganhava nota sem fazer absolutamente nada, até hoje sofro por não ter aprendido nada no fundamental (época pandemia)

Aluno 35: Péssima

Aluno 36: On-line, foi horrível

Aluno 37: A valoriza com certeza

Aluno 38: Horrible, não consigo acompanhar as matérias.

Aluno 39: ruim

Aluno 40: Foi normal

Aluno 41: mais ou menos

Aluno 42: Que sempre devemos tomar cuidado tanto em pandemia quanto em outros lugares

Aluno 43: que tem que ser cuidar

Aluno 44: foi ótimo

8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

Aluno 1: Difícil de explicar no momento

Aluno 2: Bastante perca de conteúdos.

Aluno 3: Me atrasou um ano.

Aluno 4: tive que me adaptar rapidamente ao ensino à distância, o que nem sempre foi fácil. A falta de interação presencial com meus colegas e professores fez com que eu me sentisse isolado e, às vezes, com dificuldades em manter o foco nos estudos. Além disso, a incerteza em relação ao calendário escolar e aos exames também gerou ansiedade e estresse adicionais. **Aluno 5:** Encontrar um equilíbrio entre o aprendizado online, as demandas domésticas e o autocuidado tornou-se um desafio diário. No entanto, busquei apoio emocional com minha

família e amigos, além de tentar manter uma rotina de estudos estruturada para lidar da melhor forma possível com esses desafios. A pandemia definitivamente transformou minha vida escolar e me fez valorizar ainda mais a importância do apoio mútuo.

Aluno 6: Sim, depois que eu voltei a escola me senti muito atrasada e perdida, e eu acho que deveria ter mais atenção nas séries completas que perdemos no meio da pandemia!!

Aluno 7: E momento incrível conheço pessoas novo viver momento conversar com os amigos aprender mais

Aluno 8: De não saber certos assuntos não aprende tudo que iria ser ensinado e que não foi ensinado.

Aluno 9: Fiquei mais preguiçoso e cansado, não que a escola presencial não cause o mesmo estado

Aluno 10: Foi ter que me acostumar a ir para a escola e principalmente em apresentar trabalhos.

Aluno 11: me senti um pouco perdida no começo, mas agora está tudo no seu devido lugar.

Aluno 12: Não aprendi nada e me afastei de todos os meus amigos da escola.

Aluno 13: Aprendizado, muitos aprendizado que não consegui aprender em casa

Aluno 14: Não teve muitos impactos, consegui retornar ao normal de sempre.

Aluno 15: Perca de aula, aprendizado demorado, perdi bastante coisa

Aluno 16: Que eu passei por alguns momentos que nem eu sei explicar

Aluno 17: Sinto que meus estudos pararam totalmente no tempo

Aluno 18: Me fez com que eu me atrasasse nos estudos

Aluno 19: O aprendizado perdido em 2 anos de ensino

Aluno 20: a aprendizagem foi muito difícil para mim

Aluno 21: Fiquei desacostumado com muitas tarefas

Aluno 22: Fez as atividades serem mais complexas.

Aluno 23: fiquei com muitas dúvidas

Aluno 24: Atrasou os estudos

Aluno 25: Tentar aprender

Aluno 26: Procrastinação

Aluno 27: Creio q nenhum

Aluno 28: Preocupação

Aluno 29: Não sei

Aluno 30: Nada

Aluno 31: Boa

Aluno 32: Notas ruins, desempenho caiu muito, e não consigo entender as matérias enquanto o professor explica, só entendo quando estou em casa que vou assistir vídeos sobre a matéria no YouTube.

Aluno 33: Até hoje não aprendi coisas das quais era para ter aprendido durante a pandemia, que São relativamente importantes para desempenho escolar!

Aluno 34: Não me concentrava muito nos estudos por muitos medos contra o vírus

Aluno 35: Dificuldade em aprender certas coisas

Aluno 36: Disciplina e responsabilidade.

Aluno 37: falta de vontade de estudar

Aluno 38: Perdi 2 anos de estudo

Aluno 39: Fiquei burra

Aluno 40: excelente

Aluno 41: Normal

Aluno 42: Nenhum

Aluno 43: Ruim

Aluno 44: Nada

ANEXO D – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (2º ANO)
ZUMBI DOS PALMARES)⁵⁰

27 alunos

1ª pergunta: O que é saúde mental para você?

Aluno 1: Saúde mental pra mim é enfrentar os problemas e não se abalar com eles

Aluno 2: e algo que mexe com a nossa cabeça que por um lado pode ser bom e por outro não

Aluno 3: Não ficar triste direto e também não ter paranoia ex: se diminuir

Aluno 4: A pessoa poder estar bem ou mal psicologicamente

Aluno 5: Uma pessoa estar bem ou mal psicologicamente

Aluno 6: Para mim saúde mental é o estado de bem-estar emocional, psicológico e social que ajuda a pessoa a lidar com desafios, relacionamentos e outras coisas

Aluno 7: Ter a mente limpa

Aluno 8: Saúde mental é algo importante, que mexe com você de todas as formas

Aluno 9: É uma saúde estável mental pois tem controle sobre si mesmo e das emoções

Aluno 10: não sei dizer

Aluno 11: Você entender o seu sentimento com você mesmo ou com outro indivíduo

Aluno 12: Ter um bom psicológico

Aluno 13: importante

Aluno 14: Cuidar da mente, ter uma mente saudável

Aluno 15: Saúde saudável, que você consegue resolver os seus problemas sem preocupação e sem medo e sabe lidar com situações da vida

Aluno 16: não sei

Aluno 17: Tudo aquilo que vc pensa em fazer ações pensamentos

Aluno 18: a saúde mental pra mim é muito importante.

Aluno 19: É estabilidade pra quem tem

Aluno 20: Estar bem com vc msm

Aluno 21: É paz, na família, em casa é poder viver sem pressão de ninguém. Eu tenho saúde mental, tenho uma casa ,família , tenho o meu Deus que não me abandona .

Aluno 22: É sentimentos, psicológico

Aluno 23: O quanto minha mentalidade está saudável?

⁵⁰ Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

Aluno 24: Bem-estar da mente

Aluno 25: Algo muito importante para todos

Aluno 26: Quando a pessoa consegue ter controle dele mesmo

Aluno 27: Quando a pessoa consegue ter controle dele mesmo

2^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Aluno 1: Discutir saúde mental na escola é essencial para prevenir problemas, sabe se o aluno tem esses problemas, melhorar o bem-estar e melhorar o desempenho dos alunos.

Aluno 2: Sim, muitas pessoas não conseguem se socializar e com a discussão sobre o assunto, talvez, outras pessoas entendessem o lado do outro

Aluno 3: Sim, muitos adolescentes precisam, um conselho geral que pode ajudar muito pelo o que o adolescente passa

Aluno 4: Sim podia muitos dos adolescentes não estar bem psicologicamente pois sofrem de traumas

Aluno 5: Sim, á vários adolescentes com problemas pessoas, que com apoio de adultos facilitaria

Aluno 6: sim, pq talvez, alguns alunos precisem entender mais sobre o assunto

Aluno 7: Sim. Porque seria bom ajudar pessoas que n tem uma boa saúde mental

Aluno 8: Sim. Porque seria bom ajudar pessoas que n tem uma boa saúde mental

Aluno 9: Sim, pois sempre precisamos de uma conversa, um apoio e um conselho

Aluno 10: Sempre é bom abordar esse tema na escola e em outros lugares

Aluno 11: Sim. Porque a gente não sabe o que cada um passa em casa.

Aluno 12: sim, pois tem muita gente que precisa dessa conversa

Aluno 13 : Sim, iria servir muito pra quem precisa.

Aluno 14 : Sim, para conhecer mais os alunos

Aluno 15: sim, pra aprender

Aluno 16: Sim

Aluno 17: acho que deveria ser comentado sobre esse assunto pois algumas pessoas tiveram problemas críticos durante a pandemia

Aluno 18: Sim , muitos alunos precisam falar sobre por q muita das vezes não conseguem conversar dentro de Casa

Aluno 19: Sim, por conta de pessoas que não conseguem pedir ajuda a família e a escola ajudaria muito

Aluno 20: sim, muitas pessoas não sabem o quanto é importante discutir sobre isso.

Aluno 21: porque muita gente não tem saúde mental boa e precisa de ajuda

Aluno 22: Sim, porque tem muita pessoa que precisa de ajuda psicológica

Aluno 23: Por que ninguém sabe o q tem na mente do outro

Aluno 24: Talvez, por que poderia ter entretenimento

Aluno 25: Sim, acredito que todo mundo precisa saber

Aluno 26: Sim é sempre bom conscientizar as pessoas

Aluno 27: Sim, porque muitos precisam saber sobre

3^a pergunta: O que foi a pandemia para você?

Aluno 1: Foi minha fase de isolamento fiquei muito preso dentro de casa me aprofundei na internet e fiquei tendo devaneios exercidos

Aluno 2: A pandemia foi um evento que afetou muitas pessoas em todo o mundo, trazendo problemas e mudanças na maneira como vivemos.

Aluno 3: foi algo difícil para todos, foi algo que tivemos ter a consciência de não sair de casa para se proteger da covid

Aluno 4: Foi ossada. Lembro que na época eu tive TOC. (Transtorno obsessivo compulsivo)

Aluno 5: Uma epidemia que começou em um tempo e só avisaram quando começou a ficar pior

Aluno 6: Um processo ruim sobre uma doença que matou muitas pessoas

Aluno 7: Um ano cheio de terror e coisas ruins em nossas vidas.

Aluno 8: Algo chato e sem estrutura para soluções

Aluno 9: Horrível, me prejudicou em muita coisa

Aluno 10: Uma coisa ruim e muito prejudicial

Aluno 11: um momento de reflexão

Aluno 12: Foi minha fase de isolamento fiquei muito preso dentro de casa me aprofundei na internet e fiquei tendo devaneios exercidos

Aluno 13 : Uma coisa horrível

Aluno 14 : Um atraso

Aluno 15: chato

Aluno 16: Chata

Aluno 17: Foi um momento de desespero e de que onde eu pensei o importante para a minha vida? E percebi que é a minha saúde, que se eu não tiver ela eu não sou nada .

Aluno 18: Foi muito difícil pois perdemos pessoas que gostávamos familiares, perdemos empregos que traziam o pão de cada dia para comermos

Aluno 19: Foi horrível desesperador, tinha muito medo de meus pais ou alguém da minha família pegar e chegar a falecer

Aluno 20: Foi um tempo difícil, com pouca aprendizagem e só na rotina de ficar dentro de casa

Aluno 21: Foi um período muito ruim pois muitas pessoas morreram, perderam trabalhos

Aluno 22: Difícil já que não podia sair de casa foi um período ruim pra todo mundo

Aluno 23: foi um trauma para mim e para muitos

Aluno 24: Foi um completo choque e etc

Aluno 25: A pior época da minha vida

Aluno 26: foi uma grande doença

Aluno 27: Extremamente difícil

4^a pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?

Aluno 1: Não podia sair de casa e nem poderia sair sem máscara.

Aluno 2: Pra mim a pandemia atrasou muitas coisas como estudo, viagens, trabalho, e contanto com pessoas físicas.

Aluno 3: Impactos de saúde e saúde mental também, afetou em quase tudo tipo crise de dinheiro, doença,etc

Aluno 4: Não muitos, mas quase pedir minha vó e isso mechei muito comigo na época

Aluno 5: Prejudicado os estudos A vida social E lazer de sair de casa

Aluno 6: Minha timidez aumentou entrei uma ansiedade mente desorganizada

Aluno 7: Muito ruim, fiquei muito mal, problemas psicológicos

Aluno 8: Muita coisa uma delas um atraso nos estudos

Aluno 9: Morte de pessoas conhecidas

Aluno 10: me tornou menos sociável

Aluno 11: Morte de gente conhecida

Aluno 12: não poder sair de casa

Aluno 13: não sei muito

Aluno 14: Não sei

Aluno 15: Não sei

Aluno 16: Vários pois fiquei preso em casa minha mãe e meu pai quase não encontraram trabalho para por comida na mesa

Aluno 17: Bastante impacto pois foi uma coisa nova nunca tinha passado por essa experiência

Aluno 18: não gostava de ficar em casa, muita das vezes queria sair e não podia

Aluno 19: De várias formas, falta do estudo, luto, preocupação

Aluno 20: Eu perdi meus avós isso doeu muito foi bem difícil

Aluno 21: Sequelas de um problema de saúde

Aluno 22: Perca de pessoas ,saudades ...

Aluno 23: na saúde mental, amigos

Aluno 24: um impacto chato

Aluno 25: Várias formas

Aluno 26: Socialização

Aluno 27: Nada d +

5^a pergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela.

Aluno 1: Não

Aluno 2: Não

Aluno 3: Não

Aluno 4: Teve sim, com família distantes e perto mais não queria falar sobre

Aluno 5: Não tiver nenhuma perda família p

Aluno 6: Bisavó e amiga da minha vó

Aluno 7: Tive não, graças a Deus. 

Aluno 8: não, graças a Deus.

Aluno 9: Sim, minha bisavó.

Aluno 10: graças a deus não

Aluno 11: Não estive.

Aluno 12: Não.

Aluno 13: Não.

Aluno 14: Não.

Aluno 15: Sim, com os meus avós foi muito difícil

Aluno 16: Sim, minha tia avó e de conhecidos.

Aluno 17: Não me sinto a vontade parar falar

Aluno 18: Não me sinto confortável em dizer

Aluno 19: vó... sinto tanta falta dela

Aluno 20: Não graças a deus

Aluno 21: Sim, meu avô

Aluno 22: Sim, um tio

Aluno 23: Não tenho

Aluno 24: não tive

Aluno 25: CMG NN

Aluno 26: não

Aluno 27: não

6^a pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?

Aluno 1: Acredito que sim, por conta que aprendi como é a fragilidade do ser humano e o valor das pessoas, e pude perceber coisas que não fazia ideia.

Aluno 2: De uma forma de deixa eu destruída por dentro e força sorriso por fora, e com medo de não conseguimos sair dessa.

Aluno 3: De uma forma de deixa eu destruída por dentro e força sorriso por fora, e com medo de não conseguimos sair dessa.

Aluno 4: Sim estou fragilizado física e mental não consigo socializar com colegas não faço mais exercício físico

Aluno 5: Sim, muitos coisas senti falta de como minha vida era antes

Aluno 6: Fiquei muito dependente em pessoas e acabei tendo problemas

Aluno 7: Ansiedade, com medo de perdas, mas é algo já “resolvido”

Aluno 8 : Ansiedade, com medo de perdas, mas é algo já “resolvido”

Aluno 9: Sim o medo de ficar contaminado por esse vírus e não muito pois eu confiava que um dia ia acabar

Aluno 10: Não, ainda sou alegre e feliz.

Aluno 11: Sim. Tive TOC

Aluno 12: Não.

Aluno 13: Não

Aluno 14: Não

Aluno 15: +/-

Aluno 16: Não

Aluno 17: Da forma que tive que viver no mundo virtual afetando minha mente em questão sobre o q é a vida real

Aluno 18: de muita forma, de tanto que passei preso no quarto acabei ficando mal

Aluno 19: Sim, pois queria sair , conversar e não podia .

Aluno 20: sim, passei muitas noites com crise de ansiedade

Aluno 21: Não impactou em nada minha saúde mental

Aluno 22 : Sim dificuldade em socializar

Aluno 23 : Sim, em muitas coisas

Aluno 24: Com certeza,percas

Aluno 25: Não muito

Aluno 26: Não muito

Aluno 27: Não muito

7^a pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?

Aluno 1: Não sei direito

Aluno 2: foi horrível não aprendi quase nada pois não prestava atenção

Aluno 3: Difícil

Aluno 4: Aproveitar o tempo com meus avós

Aluno 5: Mais ou menos

Aluno 6 : Péssima, não me concentrava e não aprendi nada

Aluno 7 : Diria que foi decente

Aluno 8 : nenhuma

Aluno 9: Ruim não dei muita importância na época fiz atv poucas vezes

Aluno 10: Difícil.

Aluno 11: Horrible, pedir muito coisa

Aluno 12: Bem complicado

Aluno 13 : difícil

Aluno 14 : Ruim

Aluno 15: Aprendi mais coisas dentro de casa como os afazeres

Aluno 16: eu não conseguir estudar por não ter acesso ao celular

Aluno 17: Horrible, não consegui consumir o possível

Aluno 18: dar valor a pessoas que ama

Aluno 19: ruim

Aluno 20 : Ensino online

Aluno 21: Foi normal por conta das aulas online

Aluno 22 : Que você deve ter mais cuidado com sua saúde

Aluno 23 : Prefiro não falar

Aluno 24: Aprendi bastante sobre se cuidar e em higienização da casa e das mãos etc

Aluno 25: Péssima

Aluno 26: Aprendi a ser mais madura e saber lhe dar com as dificuldades

Aluno 27: De devemos nos apegar , "família".

8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

Aluno 1: Não sei dizer

Aluno 2: Não

Aluno 3: N podia ir pra escola as aulas tinham que ser tudo online e a gente não aprendia nada então foi meio difícil.

Aluno 4: Estou fechando acho que todo mundo estar contra mim tenho preocupação com o futuro sobre o que eu vou ser

Aluno 5: Muita coisa, tipo eu não consegui aprender ou dialogar com as pessoas e tudo mais.

Aluno 6: Acordar cedo novamente, Horários desregulados, Alimentação, Estudos difíceis etc

Aluno 7: conviver com os amigos que antes n podia conversar pessoalmente

Aluno 8 : Pra mim não foi difícil me adaptar para o modo online das aulas

Aluno 9: Ruim, perdi escola e tive que repetir um ano

Aluno 10: Demorar a me enturmar

Aluno 11: Aprendizagem

Aluno 12: Nenhum.

Aluno 13: Nenhum.

Aluno 14: Nenhum.

Aluno 15: Nenhum.

Aluno 16: Nenhum.

Aluno 17: Nenhum

Aluno 18: Nenhum

Aluno 19: Legal

Aluno 20: nada

Aluno 21: Minha inteligência não ficou tão maior, mas tbm não ficou tão irregular, mas eu tive Muita dificuldade em voltar cm aquele mesmo ritmo

Aluno 22: Foi horrível pq eu não consegui aprender nada nas aulas online praticamente foi péssimo

Aluno 23: Vários pois perdi aulas e com isso fiquei com notas baixas quando voltaram

Aluno 24: não consigo mais aprender igual antes, não consigo me concentrar

Aluno 25: Não tive nenhum, minha mãe mi ajudava muito.

Aluno 26: A escola tá normal tudo normal

Aluno 27: Matérias mal-entendida

ANEXO E – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (2º ANO AN-

TÔNIO CONSELHEIRO)⁵¹

22 alunos

1 pergunta: O que é saúde mental para você?

Aluno 1: uma coisa plena e tranquila, sem calma mais tbm sem com um pouco de pressa mais não muita

Aluno 2: sempre plena e calma

Aluno 3: Pra mim saúde mental é tudo e quem nós somos.

Aluno 4: E a coisa mais importante

Aluno 5: Para mim, saúde mental é como a ginástica da mente, sabe? É cuidar das nossas emoções, pensamentos e bem-estar psicológico. É tipo dar um abraço na nossa própria cabeça!

Aluno 6: Não sei explicar a saúde mental e sobre conviver bem e cuida de si

Aluno 7: Pra me saúde mental é uma coisa séria pois se vc não está bem vc não consegue viver bem no dia a dia

Aluno 8: É sua base de tudo, você precisa estar com ela de uma maneira saudável pq ela é a base de tudo, pq tudo acontece no emocional

Aluno 9: algo muito importante no qual a gente tem que ter mais importância. é algo sério

Aluno 10: É uma coisa que todas as pessoas deveriam ter, isso é muito importante para a pessoas equilibrar sua vida social e interagir melhor com as pessoas.

Aluno 11: A saúde da mente, como anda os pensamentos, e o jeito de pensar e etc.

Aluno 12: É tipo um mundo só nosso, ninguém sabe o que SE passa em nossas mentes

Aluno 13: é algo que precisa sempre ser trabalhado e falado sempre que puder sendo em escolas, igreja, trabalho, em casa. Os alunos precisam escutar e principalmente ser escutados, pois nem todos tem essa liberdade ou se sente a vontade para abordar esse assunto, então esse assunto importantíssimo vindo de outra pessoa é muito importante.

Aluno 14: saúde mental é um assunto muito importante pra mim e precisa ter mais importância e ter mais lugar de fala.

Aluno 15: Pensar coisas boas

Aluno 16: extremamente importante

Aluno 17: A saúde a sua mente

⁵¹ Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

Aluno 18: Importante

Aluno 19: Saúde mental pra me é um das coisa mais importante

Aluno 20: é algo fundamental para a mente de uma pessoa para conseguir um estilo de vida agradável, é bom ter uma ótima saúde mental, pois não se consegue aprender coisas novas,fazer coisas novas sem estar bem.

Aluno 21: É sobre seu psicológico e sobre sua mente com sua mente anda como sua mente se comporta em certas situações.

Aluno 22: Saúde mental é uma forma de estar bem com a mente porque a mente bem o corpo bem vida boa

2^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Aluno 1: Com certeza. A escola é um lugar onde a galera passa muito tempo, então é um bom lugar para aprender sobre saúde mental, lidar com o estresse, as emoções e como buscar ajuda se precisar. É super importante para formar adultos mais conscientes e saudáveis

Aluno 2: Sim, porque tem muitas pessoas q frequentam a escola pra fugir da realidade de casa, então muita das vezes conversar assim em geral cm todos os alunos e bom para a saúde mental, conversar e rever os pensamentos

Aluno 3: sim, ajuda os alunos a desabafarem e sentirem bem a vontade para contar tudo que é preciso pois a muitos jovens com problemas e sequelas deixadas pela a pandemia, onde acabou afetando a sua saúde mental.

Aluno 4: Sim, por que tem muitas pessoas que precisam de ajuda, que os pensamentos estão confusos, então, para ter um ensino melhor, é bom falar sobre o assunto, e tentar amenizar a situação.

Aluno 5: Sim, por que essa situação da saúde mental é uma coisa muito séria de se discutir, por que tem muitas pessoas pelo mundo com problemas mentais, exemplo ansiedade e etc.

Aluno 6: Sim, porque é importante falar sobre esse tipo de assunto com nós jovens adolescentes, temos que conversar sobre isso pra convivermos bem em sociedade!

Aluno 7: Sim, porque hoje em dia as pessoas não se cuida e a mente fica muito agonizante e na escola seria muito bom para as pessoas se cuidar

Aluno 8: Sim, existe pessoas que precisam discutir sobre isso, pois muitas pessoas estão abaladas, eles precisam de uma ajuda.

Aluno 9: Sim, pq muita das vezes alguém está passando p Algo diferente e não tem com quem conta e a escola pode ajudar nisso

Aluno 10: Sim,muitas pessoas possuem depressão e não sabem as vezes ensinar um pouco alerta uma pessoa pra evitar acidentes

Aluno 11: sim, pois ajudaria alguns alunos que tenha ansiedade ou depressão, pra se sentir acolhidos pela escola.

Aluno 12: Sim, porque ajuda muitos alunos que tem depressão, ansiedade e entre outras

Aluno 13: sim, nessa geração à maioria dos jovens sofrem de depressão e ansiedade

Aluno 14: Pq tem muitos alunos que tem problemas sérios e precisam de ajuda

Aluno 15: sim, por que podemos ajudar uns aos outros e discutir mais sobre

Aluno 16: Sim e muito, porque é importante saber como as pessoas estão

Aluno 17: Sim, porque seria interessante aprender mais sobre o assunto

Aluno 18: Sim, pq é bom pensar em coisas boas

Aluno 19: Sim, pq é bom pensar em coisas boas

Aluno 20: sim, é extremamente importante.

Aluno 21: Sim

Aluno 22: Sim

3^a pergunta: O que foi a pandemia para você?

Aluno 1: Um tempo bem difícil, mas minha família estava muito unida, com a misericórdia de Deus passamos bem, foram meses complicados, principalmente financeiramente, claro q trouxe consequências, mas Deus sempre estive com a gente.

Aluno 2: a pandemia foi um período difícil, minha ansiedade foi gravemente desenvolvida e também muitas crises de identidade, pois era difícil conviver em isolamento total.

Aluno 3: Pra mim a pandemia foi a pior fase da minha vida, não perdi ninguém próximo ainda bem, porém sinto que perdi uma fase importante da minha vida.

Aluno 4: Foi uma fase da minha vida não muito boa porque tiver que me separar da minha vó e outros familiares que teve o vírus foi um momento horrível

Aluno 5: foi um momento bom é ruim não minha, deixou muitas sequelas dela mas teve seus momentos bons em família e tudo mais

Aluno 6: algo muito ruim, pois tive que ficar isolada de pessoas que eu gosto muito, e me sentia sozinha

Aluno 7: Foi uma fase muito difícil na minha vida, pois passei por acontecimentos bem desagradáveis.

Aluno 8: Foi um momento que teríamos que ficar em casa para se proteger de um vírus mortal

- Aluno 9:** Uma doença que parou praticamente todo o mundo e matou muitas pessoas.
- Aluno 10:** no começo foi algo "bom" (ficar sem aulas né), depois ficou péssimo
- Aluno 11:** a pandemia foi muitos desastres muitas mortes e muitas perdas
- Aluno 12:** A pandemia foi um atraso pra mim por causa do impacto.
- Aluno 13:** A pra mim foi muito ruim, por ter q ficar em casa né
- Aluno 14:** Foi algo p marcou a minha vida e a de muitos
- Aluno 15:** Foi a pior coisa que já me aconteceu
- Aluno 16:** Foi uma fase sufocante e difícil
- Aluno 17:** Foi um pouco difícil
- Aluno 18:** Foi uma tragédia
- Aluno 19:** Isolamento
- Aluno 20:** Foi ruim
- Aluno 21:** Terrível
- Aluno 22:** férias

4^a pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?

Aluno 1: A pandemia afetou bastante a minha vida, principalmente no início, quando tive que me adaptar ao isolamento social e à incerteza do que estava por vir. Precisei me reinventar em muitos aspectos, mas acredito que saí mais forte disso tudo.

Aluno 2: sim houveram muitos, mas os dois que me mais me afetaram foi a compulsão alimentar que eu desenvolvi na pandemia (hoje em dia já está bem melhor) e o sobrepeso que acabei adquirindo por conta da compulsão

Aluno 3: Só teve porque querendo ou não, era todo um negócio pra sair ou vc nem poderia sair e fica difícil pra quem não gosta de ficar em casa, mas isso me ensinou a preferir o conforto de casa

Aluno 4: Muito forte, não sair de casa me fez socializar menos, ao ponto de criar um bloqueio e medo, ainda consigo socializar, mas não como antes, e o medo de vim novamente é bem grande

Aluno 5: por ficar muito tempo em casa e n poder sair, comecei a ter crises de ansiedade e nervosismo.

Aluno 6: além de perder amigos no qual me causou um impacto mt grande

Aluno 7: Teve vários impactos negativos, pois eu estava em um local onde eu não me sentia bem, e que as pessoas que moravam comigo não me tratavam bem.

Aluno 8: Negativos, p conta da pandemia as pessoas não saíam de casa e eu tbm não, então me tornei uma pessoa anti social

Aluno 9: Por falta da educação presencial acabou dificultando a forma do aprendizado mesmo possuindo aula online

Aluno 10: Eu e minha família passamos dificuldades nesse meio tempo então e claro que não gostei da pandemia.

Aluno 11: mudou completamente a forma de eu pensar, minha personalidade, minha vida completa e etc

Aluno 12: Não poder sair frequentemente de casa e ter várias coisas obrigatórias a se fazer!

Aluno 13: me afasta dos meus amigos e acaba me afastando dos meu familiares e perda

Aluno 14: A internação do meu pai, porque ele acabou pegando a covid-19

Aluno 15: Muitos de forma negativa por não sair e na educação tbm

Aluno 16: Foi ruim pois desenvolvi dificuldades de concentração

Aluno 17: Foi uma experiência agoniante e muito horrível

Aluno 18: mudou muito a rotina e a vivência em casa.

Aluno 19: Não teve muito impacto na minha vida

Aluno 20: Só tristeza pelas as outras pessoas

Aluno 21: não muito só fiquei um pouco doente

Aluno 22: Nada

5^a pergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela.

Aluno 1: Não

Aluno 2: Não

Aluno 3: Não

Aluno 4: Não

Aluno 5: Não

Aluno 6: Sim, eu perdi a minha mãe em 2021 (ainda estávamos ainda na pandemia), ela tinha câncer no intestino e não foi fácil para mim e nem pro meu pai, tive que faltar a escola pra cuidar dela já que meu pai tinha que trabalhar. As vezes meu pai ficava chorando no banheiro pra não chorar na minha frente e da minha mãe, eu perdi ela quando estava só eu e ela em casa, tive que ligar para a chefe do meu pai para pedir para ele ir pra casa pq eu não sabia o q fazer. Então foi difícil para nós dois, ficamos até um tempo morando com a minha irmã.

Aluno 7: tive muitas perdas na pandemia, mas a que mais me afetou foi a da minha tia, ela era uma mulher muita amável e querida por todo mundo, ela conseguia alegrar o dia de todos sem fazer muito esforço, ela era a super-heroína de todo mundo e principalmente a minha. Não me curei totalmente de tudo pois eu era bastante próximo dela, enfim foi muito doloroso no começo, mas já estou bem melhor

Aluno 8: Sim, perdi minha vó, durante a pandemia e foi uma perca enorme e ruim. Mas a gente conseguiu se despedir dela, ignoramos a pandemia pois ali foi uma perca muito grande pra todos.

Aluno 9: Não, mas meu pai passou por três testes positivos pra Covid-19, ele ficou muito doente, e isso me deixou muito triste.

Aluno 10: Minha avó, era alguém muito importante p me, e perde ela foi uma dor enorme

Aluno 11: Não, só pessoa próximas, sofremos bastante, mas o q restou foi a saudades

Aluno 12: Sim alguns irmãos da minha vó morreu uns com vírus

Aluno 13: sim, vizinhos próximos. alguns familiares

Aluno 14: Não, não perdi ninguém ainda bem!

Aluno 15: felizmente não vivenciei o luto.

Aluno 16: Graças a Deus, não

Aluno 17: Sim, com meu pai

Aluno 18: Não, não tive

Aluno 19: Nenhum

Aluno 20: Não.

Aluno 21: Não.

Aluno 22: Não.

6ª pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?

Aluno 1: Não

Aluno 2: Não

Aluno 3: Não

Aluno 4: Sim, a pandemia teve um impacto na minha saúde mental. Lidar com a incerteza, o isolamento social e a preocupação com a saúde de amigos e familiares foi desafiador. Tive que encontrar novas maneiras de me manter equilibrada e cuidar do meu bem-estar emocional.

Aluno 5: Foi um momento de aprendizado e de buscar novas formas de lidar com as adversidades

Aluno 6: a pandemia acabou com o mundo tanto com morte quanto com saúde sim a pandemia impactou na minha saúde perdi meus amigos comecei a ter ansiedade e aprendi muito sobre que a vida não é do jeito que pensei e isso me magoou muito

Aluno 7: Sim, pois desenvolvi mais crises de ansiedade, desenvolvi pânico de público, lugar muito cheio, e pessoas me olhando em público enfim

Aluno 8: sim, acabei tendo dificuldades de socializar e desenvolver conversas com alguém e também tive fobia social.

Aluno 9: Sim, acredito que perdi uma fase da minha pré-adolescência, uma fase que eu queria ter vivenciado.

Aluno 10: Sim, negativamente, p conta de não sair de casa me sentia muito sozinha e ficava deprimida

Aluno 11: Sim, na época tinha ansiedade, piorou muito, pra eu ficar bem novamente foi uma luta

Aluno 12: De uma forma não tão boa, muitas inseguranças e medos foram criados nesse tempo comecei a ter crises de ansiedade e acabei desenvolvendo a compulsão alimentar

Aluno 13: Mais ou menos, pensei que ia ser uma situação que nunca iria passar.

Aluno 14: muito ruim, pois além do medo de ficar doente também tem a ansiedade

Aluno 15: Sim, pois eu fiquei muito tempo passando por momentos indesejáveis.

Aluno 16: sim, mas não foi no meio da pandemia, foi o "pós" pandemia

Aluno 17: não muito sempre fui mente aberta com tudo

Aluno 18: Sim, eu fiquei muito ansiosa

Aluno 19: De fica preso em casa

Aluno 20: Sim,não sei dizer

Aluno 21: De uma forma ruim

Aluno 22: Não

7^a pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?

Aluno 1: muita

Aluno 2: não aprendi nada

Aluno 3: Péssima, mal peguei no livro.

Aluno 4: péssima, eu não consegui ter o mesmo desempenho como tinha nas aulas presenciais, acabei ficando bem largado por causa disso e acabei perdendo o interesse no meio das aulas online

Aluno 5: Não foi boa, pois a escola onde eu estudava não tinha entrado em contato comigo, e fiquei os 2 anos sem estudar.

Aluno 6: Não foi nada bom, atrapalho muito meus estudos

Aluno 7: Q aprendizagem?

Aluno 8: Zero

Aluno 9: Horrível não consegui aprender direito

Aluno 10: Ruim

Aluno 11: péssimo

Aluno 12: não muito boa, pois as aulas online eram muitos ruins

Aluno 13: Ficar mais tempo com a família

Aluno 14: No geral minha convivência foi horrível naquele meio tempo, sinto que não aprendi nada!

Aluno 15: Difícil

Aluno 16: Que devemos valorizar mais a vida, porque nunca sabemos o dia de amanhã

Aluno 17: Aprendi a valorizar mais as pequenas coisas e a importância de cuidar da minha saúde mental

Aluno 18: foi um pouco difícil pois não era mesma coisa, mas adquirir conhecimento necessário pela escola durante a pandemia.

Aluno 19: Péssima, pois parei de gostar de até frequentar a escola, isso virou um desafio

Aluno 20: Muito ruim, por que o foco era menor por que as aulas não era na escola.

Aluno 21: Péssima, não era algo que dava pra manter pq era tudo novo

Aluno 22: Foi muito ruim

8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

Aluno 1: não aprendi muita coisa como a matemática e hoje em dia tenho mais dificuldade do que eu tinha antes da pandemia. por que era algo que queria muito aprender por ser difícil mas com a ansiedade e tudo acontecendo não consegui e hoje no ensino médio sofro muito para entender e aprender

Aluno 2: eu era uma ótima aluna, exemplar, muito inteligente e interessada nos estudos. Durante a pandemia e depois ficou péssimo, não tinha nenhum ânimo pra estudar e passei de "aluna inteligente" para "desinteressada"

Aluno 3: tem sido bem bom até, meu desempenho melhorou um pouco, consigo ficar mais focados nas aulas e venho me preparando para o Enem em casa

Aluno 4: Foi bastante difícil, pois eu não consegui desenvolver nenhum tipo de aprendizado e acabei atrasando bastante em relação as matérias.

Aluno 5: acabei tendo medos de desenvolvimento com amizade na escola, pelo fato do isolamento social não ter ajudado muito nessa questão.

Aluno 6: Até hoje eu sinto que tenho dificuldades com certas coisas, porque naquele tempo eu tive certa dificuldade escolar!

Aluno 7: Tá muito complicado esse ano tá sendo muito difícil não tô conseguindo prestar muito atenção nas aulas

Aluno 8: Fica ruim, pois não consigo falar em público, aprender alguma disciplina enfim tudo dificulta

Aluno 9: São brutais, pq não aprendi nada na pandemia e isso tá fazendo muita falta agora

Aluno 10: De não poder aprender do mesmo jeito que eu aprendia dentro da sala de aula!

Aluno 11: Falta de sabedoria para as matérias, aprendizagem na verdade. Atrasou muito.

Aluno 12: Hj em dia as dificuldades já melhoraram bastante

Aluno 13: muito bom, as vezes pode ser bem reflexivo.

Aluno 14: Me prejudicou demais na minha aprendizagem

Aluno 15: ansiedade o medo

Aluno 16: Acho que nenhum

Aluno 17: Muito boa

Aluno 18: Difícil

Aluno 19: Nenhum

Aluno 20: Muitos

Aluno 21: Todos

Aluno 22: Nada

**ANEXO F – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (2º ANO
DOM HELDER CÂMARA)⁵²**

23 alunos

1ª pergunta: O que é saúde mental para você?

Aluno 1: Está principalmente nas emoções do dia a dia da gente

Aluno 2: É a saúde da sua mente, se você estar bem psicologicamente ou não, o que eu acho muito importante a nossa saúde mental e uma coisa que as pessoas deveriam cuidar bem

Aluno 3: pra mim é qualidade de vida. já que quando a gente está bem com nossa mente, tudo fica bem ao nosso redor

Aluno 4: Não sei muito sobre o assunto, Mais eu acho que é algo que envolve emoções, maturidade.

Aluno 5: Saúde mental pra mim é uma coisa que o ser humano tem que ter em dia, pois com uma saúde mental fraca você não consegue se manter bem mentalmente.

Aluno 6: O bem-estar da mente

Aluno 7: Uma pessoa que tem "problemas" mentais principalmente com as emoções agitadas que precisa de ajuda

Aluno 8: Saúde mental para mim é maneira que nós cuidamos da nossa mente, priorizando a saúde

Aluno 9: Saúde mental é uma das principais coisas a se cuidar, o mais importante.

Aluno 10: Algo muito importante que precisa ser cuidado.

Aluno 11: Pra mim e quando você está cem por cento bem e bem resolvido e todos os aspectos da vida

Aluno 12: Quando a mente está em ordem.

Aluno 13: Saúde mental refere-se ao estado de equilíbrio emocional, psicológico e social de uma pessoa.

Aluno 14: A coisa mais importante do ser humano, mas sempre a última a ser cuidada. Algo que precisarmos enriquecer pois caso deixe sua mente perdida/sozinha é basicamente uma solidão difícil de curar. podemos está com fisicamente vivos, mas mentalmente podemos está mortos

⁵² Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

Aluno 15: Saúde mental refere-se ao estado de equilíbrio emocional, psicológico e social de uma pessoa.

Aluno 16: Envolve a capacidade de lidar com o estresse, de manter relacionamentos saudáveis, de tomar decisões, de enfrentar desafios e de lidar com as emoções de forma equilibrada.

Aluno 17: Para mim, saúde mental é o estado de equilíbrio emocional, psicológico

Aluno 18: acho q é ao estado emocional

Aluno 19: Para mim, saúde mental é o estado de equilíbrio emocional, psicológico

Aluno 20: Para mim, saúde mental é o estado de equilíbrio emocional, psicológico

Aluno 21: Algo que é bastante difícil de ser comentando

Aluno 22: São os sentimentos e pensamentos sentimento como está as coisas na sua cabeça, em questão se está bem ou mal

Aluno 23: Uma pessoa que tem saúde mental é uma pessoa que tem um psicológico forte e uma estabilidade

2^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Aluno 1: Sim, com passar dos anos começa a surgir as dúvidas na mente do adolescente, dúvidas essas que aumentam com a pressão familiar/sociedade sobre o q vc quer ser da vida, então uma forma de pode ajudar, tbm poderia se discutido sobre como vc se sentir não só fisicamente mas mentalmente, tentar incluir a pessoas a atividades com grupos para pode se discutir sobre isso

Aluno 2: Sim. A saúde mental é algo que devemos cuidar sempre e muitas pessoas não tem condições pra pagar um psicólogo, sem contar o fato de que há pessoas que tem uma relação conturbada em casa e precisa de ajuda.

Aluno 3: Sim. Acredito que assim como nós nos preocupamos com a saúde física, também é importante cuidarmos da nossa saúde mental para evitar doenças psíquicas e garantir a saúde da nossa mente.

Aluno 4: Com certeza, é extremamente importante discutir o tema da saúde mental nas escolas. A educação sobre saúde mental pode ajudar os alunos a entender suas próprias emoções

Aluno 5: Sim porque pode ter pessoas na escola que n está se sentindo bem mentalmente e que precisa desconversa e isso pode ajudar muito

Aluno 6: Sim porque geralmente ajudar bastante gente na escola porque nunca sabemos o que tá passando na cabeça das pessoas

Aluno 7: Sim, acho muito importante saber como os alunos estar, saber um pouco sobre os pensamentos de cada um

Aluno 8: Sim, pois na adolescência isso seria um tema muito importante já que estamos passando por mudanças.

Aluno 9: Sim. Porque muitas pessoas sofrem em silêncio na escola e muita das vezes ela não são acolhidas.

Aluno 10: Sim, pois essa pandemia destruiu o psicológico de muita gente e seria bom alguém conversar sobre

Aluno 11: Sim, para sabemos quais os problemas q essas pessoas tem essa saúde mental e como podemos ajuda.

Aluno 12: Sim, porquê muita gente não sabe do que se trata ou não sabe para aonde ir

Aluno 13: Sim, pois muitas pessoas têm vergonha ou medo de procurar ajuda

Aluno 14: Sim, pra saber como os alunos estão psicologicamente

Aluno 15: Sim, porque tem muita gente que não saber sobre isso

Aluno 16: sim, para ajudar muitos alunos que tem dificuldades

Aluno 17: sim, pq é uma parte do corpo que mexe com a gente.

Aluno 18: Sim, pra saber como está o psicológico dos alunos

Aluno 19: Sim, é preciso ensinar isso aos alunos

Aluno 20: sim, para ajudar muitos alunos que tem dificuldades

Aluno 21: sim, pq é uma parte do corpo que mexe com a gente.

Aluno 22: Sim, pra saber como está o psicológico dos alunos

Aluno 23: Sim, é preciso ensinar isso aos alunos

3^apergunta: O que foi a pandemia para você?

Aluno 1: Foi algo bem louco, sendo bem sincera. Sei que muitas pessoas perderam a vida infelizmente para o COVID, mas eu sinto que pra mim a quarentena foi necessária para eu me "encontrar", aquele tempo foi algo que abriu minha mente pro mundo.

Aluno 2: Foi horrível pra mim parei de jogar futebol, por um tempo passei um tempo de 7 meses parado, sem jogar e acabei me dificultando pra voltar com intensidade, peguei esclerose também mas estou me cuidando.

Aluno 3: algo que me fez sentir preso no tempo, mas a vida estava correndo e eu envelhecendo e as "dúvidas" começando a surgir

Aluno 4: Foi o motivo da minha mente ter virado de cabeça pra baixo, que me fez liberar ansiedade e muitos outros problemas

Aluno 5: A pandemia foi um tempo que tive que passar em casa sem ir para a escola, e tendo que tomar alguns cuidados

Aluno 6: Foi uma epidemia muito cruel perdi várias pessoas importantes para mim espero q não piore mais.

Aluno 7: Foi uma epidemia muito cruel perdi várias pessoas importantes para mim espero q não piore mais.

Aluno 8: Foi uma fase ruim onde eu perdi pessoas não pra COVID por outras doenças e me abalou um pouco

Aluno 9: Foi uma doença horrível que matou muita gente de nossas famílias infelizmente

Aluno 10: foi um tempo difícil só que serviu muito pra amadurecer e pensa mais

Aluno 11: Algo que mudou minha vida, mas não de uma forma totalmente ruim

Aluno 12: foi um período muito difícil para mim, mas com o tempo superei

Aluno 13: Um momento histórico pra todos

Aluno 14: Uma fase extremamente difícil

Aluno 15: Um momento de isolamento

Aluno 16: foi uma fase bem difícil

Aluno 17: Uma época muito trágica.

Aluno 18: Muito estressante

Aluno 19: Um ngr mt difícil

Aluno 20: Uma época difícil

Aluno 21: Foi estressante

Aluno 22: Muito difícil

Aluno 23: algo terrível

4^a pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?

Aluno 1: pandemia me fez ter um pouco de tédio, mas pessoas, tudo passou a ficar desinteressante

Aluno 2: pra mim e foi difícil a volta das aulas quando tudo acabou. Não perdi nenhum familiar pelo COVID, mas me afetou muito ver cada vez mais pessoas morrendo.

Aluno 3: fiquei muito tempo parado sem fazer algo realmente produtivo a não se jogar ou fica em casa, sinto que estou atrasado dos demais sinto que não sei o que quero fazer principalmente depois de terminar a escola

Aluno 4: Sinceramente não teve muito impacto na minha vida porque não perde alguém tão próximo na pandemia, más me assustava com os vários casos que passavam na TV

Aluno 5: Me abalou bastante voltei com muita dificuldade na escola e também jogando bola já não jogava mais como antes. mas me recuperei e estou na melhor forma.

Aluno 6: A forma de pensar e agir, graças a Deus não perdi ninguém nela, mas começou quando eu ainda era bem novo e no final dela eu já era mais velho

Aluno 7: desde impactos diretos na economia e empregos até efeitos indiretos de perdas de aprendizagem entre nós que estava fora da escola

Aluno 8: Não muito mas foi vários dias estressante sem sair de casa sem de ir pra escola e sem socializar com a cidade e as pessoas

Aluno 9: Foi muito complicado na pandemia porque muita gente morreu e mudamos muito a rotina e não podia sair sem máscara e etc..

Aluno 10: Foi um impacto muito forte e ruim. De forma que eu fiquei mais introvertida e anti social

Aluno 11: no impacto da socialização, passei muito tempo sem falar com ninguém e sem sair de casa

Aluno 12: teve impactos em autoestima, saúde mental, problemas com várias coisas

Aluno 13: Ela afetou muito minha saúde mental e minha forma de socializar.

Aluno 14: Não teve muitos impactos, apenas aumentou a minha timidez

Aluno 15: Mudou minha perspectiva, e atingiu muito minha vida

Aluno 16: Desenvolvi ansiedade e um início de uma depressão

Aluno 17: teve que mudou muito, tivemos que viver o luto

Aluno 18: Não quero falar sobre isso.

Aluno 19: Nenhuma, graças a deus

Aluno 20: A morte do meu bisavô

Aluno 21: Graças a Deus nenhum

Aluno 22: Muitos

Aluno 23: Dor

5^apergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela.

Aluno 1: Não

Aluno 2: Não

Aluno 3: Não

Aluno 4: Não

Aluno 5: Não

Aluno 6: Não

Aluno 7: Não

Aluno 8: Não

Aluno 9: Não

Aluno 10: Não

Aluno 11: Sim, perdi meu bisavô mais não tô afim de falar sobre

Aluno 12: Bom minha vó minha segunda mãe faleceu

Aluno 13: Não tive nenhuma experiência

Aluno 14: não, graças a Deus não tive.

Aluno 15: Não quero falar sobre isso.

Aluno 16: Não graças a Deus 

Aluno 17: Felizmente, não

Aluno 18: Não, ainda bem

Aluno 19: Não tive.

Aluno 20: Não tive.

Aluno 21: Não tive.

Aluno 22: Não

Aluno 23: Não

6^a pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?

Aluno 1: Não

Aluno 2: Não

Aluno 3: Não

Aluno 4: Acho que a pandemia me fez ter noção das coisas, eu acho que me fez melhorar em alguns aspectos. Eu passei a ter um pouco mais de empatia com as pessoas, minha curiosidade pelo mundo foi maior, eu descobri minha sexualidade, a forma como eu me sinto bem comigo mesma. Por um outro lado, socializar foi um problema, até hoje eu me sinto um pouco desconfortável em socializar demais.

Aluno 5: Sim, acho que acabou criando algo como uma caixa na minha mente, uma caixa que guardo tudo pois n consigo encontrar motivos ou razões de abrir ela.

Aluno 6: Um pouco por sempre está ali em casa todos os dias e sendo os mesmos dias todos os dias ver muitas pessoas morrendo e isso mim dava medo tbm

Aluno 7: Pela grande convivência com pessoas que me fizeram mal e a questão da internet, que estava pior e muito mais sério

Aluno 8: Teve muitos impactos e digamos que não tô tão bem assim e nem bem resolvido com algumas coisas da minha vida

Aluno 9: Sim, tive um começo de depressão por conta do isolamento, fiquei quase um ano inteiro sem sair de casa

Aluno 10: Acho que sim, acho que eu fiquei muito mais ansiosa por conta do celular e outras coisas do dia a dia

Aluno 11: Sim. Por causa da pandemia eu comecei a ter crise de ansiedade e crises de pânico.

Aluno 12: Sim, me trouxe ansiedades, depressão, e uso de comprimidos

Aluno 13: Não muito, abalou mais o meu corpo físico mesmo.

Aluno 14: Muito complicado porque atrapalho muito o estudo

Aluno 15: impactou porque fiquei muito sozinho em casa

Aluno 16: Muito. Impactou negativamente

Aluno 17: Sim, falta de ar essas coisas

Aluno 18: achei que não me afetou nada

Aluno 19: Ver pessoas falecendo

Aluno 20: não, nenhum impacto

Aluno 21: Sozinho, tristeza.

Aluno 22: De nenhuma forma

Aluno 23: Acho que não

7ª pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?

Aluno 1: Não deu pra aprender nada muito ruim mesmo

Aluno 2: Aprendi muito coisas

Aluno 3: Não muito boa

Aluno 4: péssimo.

Aluno 5: aprendi a dar valor as coisas mais simples

Aluno 6: Foi mediana.

Aluno 7: Não foi das melhores, mesmo estudando em escola particular. Mas é difícil focar nas aulas e seguir uma rotina

Aluno 8: Nem peguei num caderno.

Aluno 9: único aprendizado foi online, de início foi difícil de se adaptar, mas com o tempo começo a ser divertido pois sinto que foi mais fácil de fazer as atividades/provas

Aluno 10: Nenhuma

Aluno 11: Nenhum

Aluno 12: Enfrentar problemas e lidar com fases difíceis

Aluno 13: Ruim, praticamente não estudava

Aluno 14: Complicada

Aluno 15: Péssima, as aulas online foram um certo atraso na minha vida, tava tudo tão bagunçado que sinto que não aprendi nada.

Aluno 16: Mt difícil

Aluno 17: Nada

Aluno 18: Horrible

Aluno 19: Nada

Aluno 20: Péssima

Aluno 21: Não aprendi nada

Aluno 22: Nada

Aluno 23: Nada

8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

Aluno 1: Fiquei sem ir para a escola por muito tempo e não estudei muito online porque achava muito difícil, então basicamente não estudei na pandemia

Aluno 2: Foi meio estranho no começo mas fui mim acostumando novamente com a rotina de volta a escola

Aluno 3: Teve impacto na minha aprendizagem e tive que me esforçar bastante quando voltou as aulas

Aluno 4: Perdi o 7º ano inteiro e só voltei no final do 8º ano, perdi quase dois anos, foi ruim.

Aluno 5: acho que não tem mais tanto, só que a concentração acabou muito e foi horrível

Aluno 6: Não dava pra aprender nada muito ruim mesmo estudar por casa

Aluno 7: Por não conseguir ir para a escola e afetou o aprendizado.

Aluno 8: acho que me sinto atrasado/perdido sobre o q fazer

Aluno 9: de voltar pra escola depois de tempo, foi estranho

Aluno 10: Perdi muito conteúdo que já era pra eu saber.

Aluno 11: Dificuldade em acompanhar o ensino online

Aluno 12: Desfoquei bastante dos estudos

Aluno 13: difícil, foi dificultado!

Aluno 14: Prefiro não responder

Aluno 15: perdi muito conteúdo

Aluno 16: Fiquei sem estudar

Aluno 17: Me mudou bastante

Aluno 18: Foi meio estranho

Aluno 19: Tá indo bem

Aluno 20: A adaptação

Aluno 21: Difícil

Aluno 22: De boa

Aluno 23: Nada

**ANEXO G – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (2º ANO
LUIZ GONZAGA)⁵³**

28 alunos

1 pergunta: O que é saúde mental para você?

Aluno 1: É a maneira de a pessoa se sentir bem mentalmente pra fazer alguma coisa tipo fazer uma prova ela tem que tá pronta mentalmente e psicologicamente bem

Aluno 2: algo que envolve o corpo e as emoções

Aluno 3: É um coisa que é importante nós termos, é algo fundamental para nós.

Aluno 4: É um coisa que é importante nós termos, é algo fundamental para nós.

Aluno 5: Algo importante para todos nós, uma questão importante para ser falada e preservada em quanto sociedade

Aluno 6: É a saúde da minha mente.

Aluno 7: o cuidado com nós mesmos

Aluno 8: estar bem psicologicamente

Aluno 9: algo muito importante

Aluno 10: é a saúde da sua mente dependendo dela, vc pode ficar mal ou feliz

Aluno 11: Um estado de bem estar

Aluno 12: pode ser considerada, um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo, que possibilita o desenvolvimento de suas habilidades pessoais para responder aos desafios da vida e contribuir com a comunidade

Aluno 13: Estado em que se encontra os pensamentos de um certo individuo, podendo ser negativo ou positivo

Aluno 14: É o estado mental onde nos encontramos a longo prazo.

Aluno 15: saúde da mente

Aluno 16: Saúde mental pra min e sabe como eu estou e como eu me sinto

Aluno 17: Entender a saúde mental como algo que envolve o corpo, as emoções é a forma de como interagimos.

Aluno 18: Ter a mente boa, blindada

Aluno 19: é a saúde da mente, se está bem ou não

Aluno 20: O bem estar mental

⁵³ Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

Aluno 21: ter uma boa mente

Aluno 22: A saúde e importância a nossos problemas emocionais

Aluno 23: Uma questão psicológica na qual envolve as emoções, pensamentos etc

Aluno 24: Está bem consigo mesmo

Aluno 25: Sei lá

Aluno 26: É muito importante e eu tento cuidar da minha todos os dias

Aluno 27: uma pessoa mentalmente instável bem consigo mesma

Aluno 28: Trabalho para cuidar da mente

2^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Aluno 1: Sim, pois adolescentes passam por um período extremamente complicado nessa idade e são suscetíveis a depressão e ansiedade com mais facilidade. É importante não só conscientizar sobre o assunto, como oferecer apoio.

Aluno 2: Sim, muitos não querem discutir ou imagino ficar em anônimos pois acreditam que podem lidar ou resolverem sozinhos até que piora ou mude-o de alguma forma

Aluno 3: Sim, a saúde mental dos estudantes é importante, pode influenciar os alunos a se atentarem aos próprios sentimentos, comportamentos e emoções

Aluno 4: não, apenas com alunos que apresentam problemas perceptíveis em relação a este problema, seria necessário conversar separadamente com ela

Aluno 5: Sim, pois existem várias pessoas nas quais tem ansiedade, depressão etc. Problemas dos quais a escola precisa realmente falar sobre.

Aluno 6: Sim, precisamos falar sobre porque às vezes nossa saúde mental é afetada justamente por causa dos estudos e outras causas.

Aluno 7: Sim, pois muitas pessoas sofrem com alguma coisa em silêncio e isso vai acabando com sua mente e depois seu corpo.

Aluno 8: sim , pq várias pessoas não tem com quem conversa em casa vários problemas e talvez não tenha ninguém para ajudar

Aluno 9: Sim, pois na escola pode ter pessoas que queiram desabafar ou precisa conversar para ajudar na saúde mental dela

Aluno 10: Sim, pois ajudaria bastante as pessoas que passam ou que um dia poderá passar por isso

Aluno 11: Sim, pois a escola como segunda casa dos alunos tem obrigação de preocupar-se com eles

Aluno 12: Sim, por que muitas pessoas passam por vários problemas que acabam com a saúde mental

Aluno 13: Sim

Aluno 14: Sim, porque tem pessoas que sofre problemas familiares e entre outras coisas

Aluno 15: Sim. Porque isso é algo importante a ser falado, pode ajudar as pessoas.

Aluno 16: não sei, porque muitas pessoas não gostam de falar sobre seus problemas

Aluno 17: sim com certeza pois existem pessoas que tem problemas com tal assunto

Aluno 18: sim, por que quase todo mundo não está com a saúde mental boa

Aluno 19: sim, pois muitas pessoas podem sofrer com isso e não saber.

Aluno 20: Sim, muito importante para conscientização das pessoas

Aluno 21: sim, pois várias pessoas estão mal de saúde mental

Aluno 22: Talvez, porque alguns não vão querer saber sobre

Aluno 23: Sim. Por que muitas pessoas não conhecem

Aluno 24: sim, para ajudar as pessoas que precisam

Aluno 25: pq a maioria dos alunos sofrem com isso

Aluno 26: Sim , para ajuda alunos com problemas

Aluno 27: Sim, seria bom pra muitas pessoas

Aluno 28: Acho que não

3^a pergunta: O que foi a pandemia para você?

Aluno 1: Ruim

Aluno 2: Ruim

Aluno 3: um período muito ruim que ninguém podia sair de casa e nem se comunicar direito, acredito que isso pode ter afetado muito a saúde mental das pessoas.

Aluno 4: Talvez um momento de calma, mas medo ao mesmo tempo, pois podia-se fazer tudo dentro de casa, e ao mesmo tempo nada do lado de fora.

Aluno 5: Foi um momento muito assustador e aterrorizante, fiquei com muito medo pelas pessoas da minha família.

Aluno 6: uma paralisação total de estudos, socialização e que trouxe muitos problemas para os alunos

Aluno 7: Uma época ruim da minha vida, onde muitas coisas mudaram no mundo e pessoalmente.

Aluno 8: Foi um período praticamente parado pois não podia sair e nem fazer mais nada

Aluno 9: foi terrível , porém não tanto já que não perdi ninguém pro COVID

Aluno 10: um pouco ruim, pois achei uma dificuldade de estudar em casa

Aluno 11: Normal apesar dos preços altos e pois diversidade pra sair

Aluno 12: foi a pior fase da minha vida, perdi vários parentes

Aluno 13: Um desafio como uma mudança drástica uma adaptação

Aluno 14: Muito difícil na questão financeira e nos estudos.

Aluno 15: Foi uma consequência, digamos um momento ruim

Aluno 16: foi muito complicado, por conta dos estudos.

Aluno 17: Um dos tempos mais difíceis para todos nós

Aluno 18: Algum novo, estranho, triste e limitado.

Aluno 19: foi uma grande dificuldade na minha vida

Aluno 20: Foi um momento muito difícil

Aluno 21: Foi algo louco e chato.

Aluno 22: Foi um período infeliz

Aluno 23: Um período horrível

Aluno 24: Uma coisa terrível

Aluno 25: Muito ruim.

Aluno 26: muito ruim

Aluno 27: Tedioso

Aluno 28: férias

4^a pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?

Aluno 1: Minha habilidade de socializar piorou um pouco quando acabou, porém conseguir desenvolver de novo. Algumas matérias da escola não consegui adquirir pois teve bastante dificuldades nos professores a darem aula, atividades etc.

Aluno 2: Os estudos principalmente, por mais que a plataforma utilizada pra assistir as aulas fosse boa, ainda havia problemas técnicos irreversíveis.

Aluno 3: Na escola pois antes eu era muito boa uma aluna nota 10 porém depois da pandemia não fui mas a mesma pq não aprendi nada na pandemia

Aluno 4: afetou a minha saúde mental, hoje em dia eu tenho ansiedade, mas já estou em tratamento para melhorar.

Aluno 5: Saúde mental, física por que eu passava muito tempo em casa sem nada para fazer

Aluno 6: Não assistia aula direito, não acordava cedo, só vivia deitada na no celular.

Aluno 7: De várias maneiras. Em relação a saúde mental e física, ela me afetou muito.

Aluno 8: Foi impactos desconfortáveis, pois não dava pra aprender muito on-line

Aluno 9: meus parentes q eram muito próximo de mim, chegaram a falecer

Aluno 10: Negativo, houve um retrocesso nos meus estudos

Aluno 11: engordei bastante e emagreci um tempo depois

Aluno 12: tive que mudar hábitos e mudar de casa

Aluno 13: Uma mudança uma nova forma de viver

Aluno 14: Muitas mudanças em questão de tudo

Aluno 15: me atrapalhou muito nos estudos

Aluno 16: A pandemia me deu isolamento

Aluno 17: Negativo, não estudei direito

Aluno 18: De uma forma muito grande

Aluno 19: não era muito de estudar

Aluno 20: não era muito de estudar

Aluno 21: Não muita só na escola

Aluno 22: ruins, a saúde e etc

Aluno 23: O sedentarismo

Aluno 24: Nenhum impacto

Aluno 25: ansiedade

Aluno 26: Péssimo

Aluno 27: Alguns.

Aluno 28: Não

5^a pergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela.

Aluno 1: Não

Aluno 2: Não

Aluno 3: Não

Aluno 4: Não

Aluno 5: Não

Aluno 6: Não

Aluno 7: Não

Aluno 8: Não

Aluno 9: Não

Aluno 10: Não, graças a Deus

Aluno 11: Não, graças a Deus

Aluno 12: Não tive

Aluno 13: Não tive

Aluno 14: Não.

Aluno 15: Não.

Aluno 16: Não.

Aluno 17: Não.

Aluno 18: Não.

Aluno 19: Não.

Aluno 20: Quando estudava era uma tristeza como deixei de estudar e como isso tinha me atrapalhado

Aluno 21: meu tio que eu considerava muito morreu, e tive os piores dias na minha vida

Aluno 22: sim com meu tio, não me sinto a vontade de falar

Aluno 23: graças a Deus não tive luto nenhum

Aluno 24: Sim. Meu padrinho.

Aluno 25: não, graças a Deus

Aluno 26: sim, minha tia

Aluno 27: Sim, minha avó

Aluno 28: Com ninguém

6^a pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?

Aluno 1: Não

Aluno 2: Não

Aluno 3: Não

Aluno 4: não, pois tive bastante tempo pra refletir sobre minhas metas, crenças ou decisões futuras, que acredito ter sido algo bom.

Aluno 5: sim, meio que ouvia todos os dias que morria alguém na tv, então era um certo medo das pessoas ao meu redor morrer

Aluno 6: sim , pois fiquei muito triste do impacto de perder o ritmo dos estudos

Aluno 7: Sim. Insegurança sobre mim msm piorou bastante após o uso de máscaras

Aluno 8: Não muito, pois eu sempre tentava assistir alguma coisa ou um filme

Aluno 9: Sim,pois não consigo ficar muito dentro de casa sem fazer nada

Aluno 10: Sim, tive um declínio mental por falta de interação social.

Aluno 11: sim de forma em que tive muitas dificuldades de socializar

Aluno 12: Sim, desenvolvi crise de pânico e ansiedade generalizada

Aluno 13: comecei a desenvolver uma saúde mental não muito boa.

Aluno 14: sim, desenvolvi problemas com meu corpo

Aluno 15: sim, desenvolvi uma ansiedade grave

Aluno 16: Sim. De uma forma um pouco ruim.

Aluno 17: De forma que eu não sei

Aluno 18: Sim, de me sentir preso

Aluno 19: Sim, de várias formas

Aluno 20: sim, n teve aula

Aluno 21: sim, ansiedade

Aluno 22: Também não

Aluno 23: Não muito

Aluno 24: Não sei.

Aluno 25: Não sei.

Aluno 26: Muito

Aluno 27: não

Aluno 28: Sim

7^a pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?

Aluno 1: Ruim

Aluno 2: Ruim

Aluno 3: Ruim

Aluno 4: nada

Aluno 5: Muitas

Aluno 6: ruim

Aluno 7: Um pouco mal pois não era aula presencialmente então praticamente era só on-line e não prestava tanto atenção como presencialmente

Aluno 8: dificultosa

Aluno 9: Não muito boa

Aluno 10: Não foi muito legal

Aluno 11: Mais ou menos

Aluno 12: Muito difícil, pois não conseguia acompanhar nem entender as aulas.

Aluno 13: dificultosa

Aluno 14: Não muito boa

Aluno 15: Não foi muito legal

Aluno 16: Mais ou menos

Aluno 17: Muito difícil, pois não conseguia acompanhar nem entender as aulas.

Aluno 18: Aprende a usa mascara direito

Aluno 19: Razoável, a plataforma utilizada era boa mas ainda havia problemas com comunicação, internet e dentre outros.

Aluno 20: Foi virtual

Aluno 21: Só aprendi a cuidar

Aluno 22: Muito complicada.

Aluno 23: muito mal

Aluno 24: Mais ou menos, pois não dava muito pra aprender on-line

Aluno 25: eu me considerei forte, por ter passado por essa fase difícil

Aluno 26: péssimo pois as aulas on-line não faziam efeito algum

Aluno 27: foi bem ruim, muitas vezes não conseguia focar nas aulas por ser online.

Aluno 28: não aprendi nada

8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

Aluno 1: hoje em dia me trás uma experiência ruim pois se eu tivesse na escola durante a pandemia

Aluno 2: tipo se não tivesse pandemia eu aprenderia muito mais

Aluno 3: algumas matérias tem coisas que eu não lembro de ter aprendido, também não sabia muito como estudar só.

Aluno 4: Foram meus últimos momentos com meus amigos e não foram tão boas memórias

Aluno 5: O interesse nos estudos era diferente do on-line e do presencial

Aluno 6: acredito que estudar com meus colegas, eu aprendo muito mais

Aluno 7: Grande prejudicado a minha vida escolar, não assistia aulas.

Aluno 8: dificultou meu círculo social, minha atenção nas coisas

Aluno 9: Difícil, pois não havia muita interação pessoalmente

Aluno 10: nenhum pois já passou e não tenho mais dificuldades

Aluno 11: fiquei longe de pessoas q eu gosto, e o ensino tbm

Aluno 12: Foi algo ruim, pois não tive rendimento de nada

Aluno 13: Muito porque a volta dela foi horrível pra mim

Aluno 14: Mais dificuldade em aprender algumas matérias

Aluno 15: proporcionou dificuldade em certos assuntos

Aluno 16: a interrupção das atividades presenciais

Aluno 17: Prejudicou meu ensino em vários âmbitos.

Aluno 18: me desliguei bastante

Aluno 19: voltar a escrever

Aluno 20: Vários problemas

Aluno 21: Não aprendi nada

Aluno 22: Muito negativa

Aluno 23: Foi muito ruim

Aluno 24: Complicada

Aluno 25: Negativos

Aluno 26: Nenhuma

Aluno 27: Normal

Aluno 28: ruim

ANEXO H – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (3º ANO)
BÁRBARA DE ALENCAR)⁵⁴

15 alunos

1ª pergunta: O que é saúde mental para você?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Saúde mental forma como ela reage às exigências da vida e ao modo como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições, ideias e emoções. Ter saúde mental é: Estar bem consigo mesmo e com os outros.
Aluno 2	Para mim a saúde mental é se trata do nível de estabilidade emocional e racional, que se cuidada traz diversos benefícios para o indivíduo sendo eles físicos ou mentais/emocionais, mas em caso de precariedade ou falta(seja por motivos diversos, ex:traumas de infância, bullying, ou até mesmo a falta de exercícios para autoestima) pode trazer danos e problemas a saúde e integridade da pessoa seja física ou mental
Aluno 3	é importante pois é sobre mim mesma
Aluno 4	ausência de problemas, a saúde mental é entendida como um estado onde o indivíduo está bem o suficiente para lidar com as situações cotidianas, que são tão diversas quanto imprevisíveis
Aluno 5	Pra mim é algo de extrema importância, pois se trata de da saúde psicológica das pessoas, conheço pessoas bem próxima com saúde mental um pouco abalada com a crise de ansiedade, pessoas com tais problemas de saúde mental precisam de tratamento e acompanhamento com pessoas especializadas na área.
Aluno 6	é pra mim a base de uma vida boa, um alicerce para ter uma vida tranquila e sem problemas mentais como ansiedade, depressão etc
Aluno 7	É quando a pessoa tem total consciência do que faz!
Aluno 8	Sua saúde da mente

⁵⁴ Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

- Aluno 9** Nossa estabilidade mental, emocional, e a forma como vemos as coisas as pessoas e o mundo, dependendo do que pensamos pode afetar nossa maneira de agir tanto de forma positiva como negativa.
- Aluno 10** Saúde mental é o estado de equilíbrio emocional, psicológico e social que nos permite lidar com desafios, estresses e adversidades do dia a dia de forma saudável e produtiva
- Aluno 11** Cuidado da "saúde" da mente
- Aluno 12** Uma mente limpa, sem distúrbios
- Aluno 13** Saber se a mente está fraca ou não
- Aluno 14** É o bem-estar da mente.
- Aluno 15** O bem estar de si próprio..

2^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Sim, é importante discutir o tema da saúde mental na escola, pois os problemas de saúde mental estão se tornando cada vez mais comuns entre os jovens.
Aluno 2	Sim, já que diversos alunos sofrem diversos problemas e muitas vezes se contém ou tem medo de serem julgados por seus familiares/amigos, com isso é um tema importante a ser discutido já que pode ajudar diversas pessoas, com isso eles podem ter a chance de se abrirem e tentar buscar ajuda.
Aluno 3	sim, atualmente os índices de ansiedade, depressão e outras doenças só aumentam, e os principais afetados são adolescentes, até mesmo adultos, mas na escola seria um meio necessário para discutir esse tema
Aluno 4	Sim, para que os alunos possam ser ajudados e ajudar outras pessoas, seria importante também as escolas terem um (a) psicólogo (a) para ajudar os alunos, pois muitos não estão bem mentalmente.
Aluno 5	Sim, é um tema que tem se tornado alarmante nos dias atuais, prejudicando os alunos principalmente nos estudos e seria importante esse assunto ser abordado.

- Aluno 6** Com certeza, principalmente para jovens, todo mundo precisa de ajuda psicológica, e todo mundo também tem suas horas de tristeza
- Aluno 7** Sim, isso pode ajudar pessoas na escola com problemas psicológicos e com a saúde mental abalada ali presente na escola.
- Aluno 8** Sim, pois é um tema, que vai muito além do que imaginamos e teve danos inimagináveis.
- Aluno 9** sim, acredito que várias pessoas estejam abaladas/problemas em casa/relacionamentos...
- Aluno 10** Sim, pois é importante abordar e discutir sobre essa pauta nas escolas
- Aluno 11** Sim, porque hoje em dia esse problema está aumentando muito
- Aluno 12** Sim. Acredito que isso faria alguém se autoconhecer
- Aluno 13** Sim isso pode ajudar os mente fraca a fica melhor
- Aluno 14** Sim, pois cada um tem o seu modo de pensar!
- Aluno 15** Sim ajudaria o próximo

3^a pergunta: O que foi a pandemia para você?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	foi um momento de crise, tanto em casa, no país e na minha concepção afetou muito no meu ver, acabei que não tendo conexões com pessoas e numa idade que seria ótimo ter essa convivência, as sequelas foi o medo de falar em público e até socializar
Aluno 2	Foi um momento entediante e um atraso para minha vida escolar/social no geral. Também um tempo que exigiu muita vontade de para estudar e para continuar preservar minha saúde mental(mesmo que tenha sido afetada e traga problemas até hoje).
Aluno 3	Bom..eu gostei por que fiquei no Interior seis meses com minha vó, mas as aulas on-line eram meio difíceis.. eu senti falta das pessoas e acho que isso afetou muito meu aprendizado
Aluno 4	A pandemia foi um período desafiador que impactou a vida de muitas pessoas em todo o mundo, trazendo mudanças significativas em diversos aspectos.

- Aluno 5** Foi algo de bastante impacto para mim e para a sociedade teve um grande limite na aprendizagem por conta da pandemia.
- Aluno 6** Me deixou parado no tempo, pois hoje em dia, eu tenho 20 anos e ainda não sinto um adulto
- Aluno 7** Tirando o risco da morte iminente, e as perdas de pessoas queridas, foi tranquilo.
- Aluno 8** Uma época difícil, porém, de muitas experiências.
- Aluno 9** Foi ruim, porém consegui aprender coisas novas
- Aluno 10** Um período de bastante mudanças em minha vida
- Aluno 11** Um período difícil que causa fobia social
- Aluno 12** foi algo assustador e triste
- Aluno 13** Um ano sem aulas
- Aluno 14** Foi inusitado
- Aluno 15** Um caos

4^a pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	A pandemia teve impacto na minha vida ao mudar minha rotina diária, limitar minhas interações sociais e me fazer adotar medidas de precaução para proteger minha saúde e a saúde dos outros.
Aluno 2	Tive alguns problemas voltar as aulas presenciais e até interagir socialmente de novo, justamente devido as diversas regras para evitar a contração da COVID-19.
Aluno 3	Eu acabei tendo dificuldades em conversar com alguém ou manter contato visual, além de insegurança com meu físico
Aluno 4	Não poder sair de casa, jogar com os amigos na rua, não poder sair para dialogar com os amigos e familiares.
Aluno 5	Teve um pouco de impacto pq minha vó chegou a pegar essa doença, mas graças a Deus ela melhorou
Aluno 6	Mudou muito na maneira em que eu vejo o mundo e do modo em que trato as pessoas.
Aluno 7	no meu preparo, me atrasou na escola, na vida social
Aluno 8	Impactou minha saúde mental de forma negativa.

- Aluno 9** Me deixou incapacitado de fazer muitas coisas
- Aluno 10** Fiquei doente, perdi peso e perdi muita aula.
- Aluno 11** Sinceramente não mudou muito na minha vida
- Aluno 12** Impactou bastante nos estudos e trabalho
- Aluno 13** Aumentou muito a minha ansiedade
- Aluno 14** Boa e ruim.
- Aluno 15** Quarentena

5^a pergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela.

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Não
Aluno 2	Não
Aluno 3	Não
Aluno 4	Não
Aluno 5	Não
Aluno 6	Não
Aluno 7	Não
Aluno 8	Embora tenha perdido alguns membros da família não fui diretamente afetado já que eram pessoas na qual eu era muito próximo.
Aluno 9	Graças a Deus não perdi ninguém, pelo menos não próximo.
Aluno 10	Sim, perdi tios, e professores que gostava muito
Aluno 11	Sim, perdi meu avô e meu tio avô
Aluno 12	não tive
Aluno 13	Não.
Aluno 14	Não.
Aluno 15	Não.

6^a pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Sim, tive muitos problemas principalmente na parte do foco e ansiedade no fim dela, durante a pandemia devido a reclusão e "falta" de contato social

acabei desenvolvendo um transtorno depressivo. Mas com o tempo foi melhorando

- Aluno 2** sim, na forma de me ver perdido e sem saber o que fazer, estava com sintomas de ansiedade e não sabia lidar com isso, por falta de apoio ou até acompanhamento médico, ficar preso em casa não agregou em nada
- Aluno 3** Um pouco, fiquei um pouco ansioso por conta de não poder sair de casa não ter acesso as pessoas.
- Aluno 4** Um pouco, na forma de questão de ansiedades, influências e etcs
- Aluno 5** Nunca fui muito social, mas acho que isso piorou
- Aluno 6** Várias, criei traumas e descobri inseguranças.
- Aluno 7** Me deixou muito insegura em relação às pessoas
- Aluno 8** sim, pois tive bastante problemas sociais
- Aluno 9** Sim, tive algumas crises de ansiedade.
- Aluno 10** Impacto na minha ansiedade e depressão
- Aluno 11** Sim, prefiro deixar em anônimo.
- Aluno 12** Ansiedade, e medo.
- Aluno 13** Não impactou em nd
- Aluno 14** Eu não sei
- Aluno 15** Sim

7^a pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Preservar o mundo e aproveitar o máximo as pessoas e os momentos.
Aluno 2	Não muito boa
Aluno 3	Péssima
Aluno 4	péssima, não conseguia me concentrar e nada me fazia focar em estudar
Aluno 5	Ruim, pois tinha muita dificuldade de entender os conteúdos.
Aluno 6	foi ruim
Aluno 7	Péssima
Aluno 8	Não consegui aprender da mesma forma que presencialmente na escola
Aluno 9	Minha aprendizagem durante a pandemia foi desafiadora devido à transição para o ensino online, mas consegui me adaptar e aprender um pouco
Aluno 10	Eu consegui aprender pouquíssima coisa

- Aluno 11** Praticamente nula.
- Aluno 12** Aprendi a focar um pouco mais a minha mente
- Aluno 13** Foi um pouco ruim devido a falta de estar na escola para perguntar aos professores algumas dúvidas que eu tinha sobre o conteúdo
- Aluno 14** Soube lidar com as coisas sozinho
- Aluno 15** Ruim.

8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Os impactos desse momento na minha vida escolar incluem a transição para o ensino à distância, a necessidade de adaptação a novas formas de aprendizado e a ausência de interação presencial com colegas e professores.
Aluno 2	Não conseguir apreender muita coisa pois não conseguia me concentrar nas aulas e não gostava muito do fato de ser on-line
Aluno 3	Não conseguia ter concentração em nada, mas agora estou recuperada totalmente
Aluno 4	Atraso em diversas disciplinas(principalmente nas de exatas e natureza).
Aluno 5	Vários, descobri vários problemas de atenção, e etc.
Aluno 6	Pouca socialização, mas não achei isso muito ruim.
Aluno 7	Em relação aos estudos, dificultou bastante
Aluno 8	Pressão, cobrança, cansaço psicológico.
Aluno 9	muito grande, pois não aprendi nada
Aluno 10	Se preocupar com o futuro eminentemente
Aluno 11	um atraso em fundamentos básicos
Aluno 12	Não sabia de absolutamente nada
Aluno 13	Afetou total
Aluno 14	Nada
Aluno 15	Nada

ANEXO I – FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (3º ANO MATERIA DA PENHA)^{ss}

15 alunos

1ª pergunta: O que é saúde mental para você?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Não tenho
Aluno 2	Quando você está bem psicologicamente e com você mesmo
Aluno 3	Para mim, saúde mental trata-se do nosso bem-estar emocional e psicológico, e como lidamos com situações diárias e buscando ajuda quando necessário.
Aluno 4	É se sentir bem consigo mesmo e ter controle das suas emoções
Aluno 5	Grau psicológico de cada pessoa.
Aluno 6	Desenhar, alimentar bem, família, exercícios, anda a cavalo, passear lugares diferentes, e brincar com os cachorros
Aluno 7	Como você está se sentindo de verdade, vc de verdade
Aluno 8	to bem
Aluno 9	O bem estar da mente.
Aluno 10	Para mim, saúde mental se refere ao bem-estar emocional, psicológico e social de uma pessoa.
Aluno 11	a saúde mental saudável é algo essencial para entender a si próprio, entender suas dores e ter paciência, lidar com elas ou resolver elas.
Aluno 12	para mim, saúde mental significa o estado que sua mente está, tanto saudável como prejudicada mentalmente por x motivos
Aluno 13	A maneira de como a pessoa lida com as outras, como ela olha e percebe as coisas, saúde mental é a saúde da sua percepção das coisas ao seu redor e a si mesmo.
Aluno 14	Agora completamente inexistente na minha vida
Aluno 15	é ter saúde mental, ter controle do seu consciente

^{ss} Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

2^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Sim, para mim a escola não deve só ensinar sobre matérias como a história sobre o passado de nosso país, ou em matemática sobre cálculos, ou até mesmo em português sobre classe de palavras, a escola deve se manifestar sobre esse assunto delicado mais de forma que todos possam compreender e valorizar não só a saúde mental delas mas as das outras também.
Aluno 2	Sim, seria importante! Também seria interessante incluir nas escolas e instituições profissionais que atuam na área da psicologia para ajudar alunos que sofrem de ataques de ansiedade, depressão e pânico, talvez diminuiria casos como suicídio e a taxa de pessoas com esses problemas diminuiria também.
Aluno 3	Sim, pq infelizmente muitos jovens hoje em dia vivem sofrendo e presos em seus próprios pensamentos, muitas das vezes por um relacionamento que não deu certo, problemas familiares ou até mesmo por não conseguirem se socializar com os colegas de escola.
Aluno 4	Sim, falar sobre ou até mesmo comentar pra tentar entender os motivos do porque a pessoa está mal mentalmente, pode ajudar e a pessoa lidar como uma companhia e um lugar melhor para ela ser acolhida, além que conscientizar as pessoas.
Aluno 5	sim, pq as vezes tem pessoas que não consegue falar com seus pais sobre seu psicológico e se sente mais confortável conversando com um professor ou professora de sua confiança e se sente melhor
Aluno 6	Sim, por conta que muitas pessoas não tem tantas informações sobre e nem como identificar quando estar com a sua saúde mental mal, além de conscientizar sobre um tema ainda visto como tabu.
Aluno 7	Sim. Porque é um tema super importante e atual, onde muitas pessoas recentemente tiveram sua saúde mental afetada por conta de isolamento e perdas.
Aluno 8	Sim, já que vários alunos ainda passam por estresse ou por problemas psicológicos e é ótimo mostrar a eles que podem pedir ajuda, podem melhorar.
Aluno 9	Sim! Muitas pessoas nem sabem a importância da saúde mental, e sem esse apoio da escola, a mente fica fechada a assuntos importantes tipo esse!

- Aluno 10** Sim, pois é uma oportunidade de ajudar pessoas que precisam de ajuda profissional para tratar sua mente
- Aluno 11** Sim, iria ajudar muitas pessoas que sofrem emocionalmente.
- Aluno 12** Sim pq muitos adolescentes n sabem o q e ou o q significa
- Aluno 13** Sim, porque alguém os alunos precisam o psicólogo.
- Aluno 14** pra mim não
- Aluno 15** Não

3^a pergunta: O que foi a pandemia para você?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	No início, achei que iríamos voltar ao normal logo, mas com o passar do tempo as coisas foram piorando e isso acabou me afastando pois me afastei de pessoas importantes para mim.
Aluno 2	Foi horrível, pois senti pânico e medo quando meus familiares ficaram doentes, além do isolamento afetar bastante meu emocional por conta de perda de amizades.
Aluno 3	a pandemia pra mim foi bastante conturbada pra mim por conta da falta de interações sociais com meus amigos, além do ensino ead que estava bem confuso na época
Aluno 4	Um teste de resistência que se você conseguisse sair intacto, vc estaria pronto para tudo.
Aluno 5	Foi muito difícil, e me causou medo, foi um momento de desespero pro mundo todo
Aluno 6	Em 3 palavras, a pandemia seria para mim, isolamento, alerta e ciclo.
Aluno 7	Terrível, afetou diretamente ou indiretamente, todos.
Aluno 8	Um cativeiro, como um passarinho na gaiola.
Aluno 9	Fiquei alegre e depois fiquei tediado.
Aluno 10	Um completo caos
Aluno 11	um problema
Aluno 12	Complicada
Aluno 13	Uma bosta

Aluno 14 um atraso

Aluno 15 Horrível

4^a pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?

Aluno (a)

Resposta

Aluno 1 A pandemia trouxe vários problemas para mim, como uma ansiedade em lugares cheios, incomodo e isolamento proposital, apenas para não "enfrentar" desconforto com pessoas desconhecidas ou de pouca intimidade.

Aluno 2 Fiquei triste por não sair de casa, não podia ir a escola ver meus amigos ou sair pra ver pessoas ou ter algum tipo de interação.

Aluno 3 Ela mudou completamente a minha vida, não só na minha relação como as outras pessoas, como tbm na minha forma de ver o mundo.

Aluno 4 Péssimos estudos, ausência da socialização, ausência de esportes físicos e principalmente longe de amigos e familiares.

Aluno 5 Eu passei a ter crises de ansiedade frequentes, mudei minha personalidade completamente, e minhas opiniões

Aluno 6 Fiquei com a saúde mental abalada, mudei minha personalidade e meu jeito de pensar em vários assuntos.

Aluno 7 Nenhum tão grave a não ser passar os últimos dois anos trancado dentro de casa, mas nada muito sério

Aluno 8 Impactos ruins, que me causaram crises de ansiedade, crises existenciais entre outros

Aluno 9 Eu fiquei seguro, muito tempo em casa e ficando no celular sem fazer nada.

Aluno 10 meu psicológico que já não era tão bom, pirou, brigas e ansiedade a mil

Aluno 11 Distanciamento social, falta de estudo...

Aluno 12 Nos estudos! Me desconcentrou muito

Aluno 13 não tive impacto

Aluno 14 Nenhum

Aluno 15 Não

5^a pergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela.

Aluno (a)

Resposta

- Aluno 1** Não
- Aluno 2** Não
- Aluno 3** Infelizmente eu recebi a notícia que uma das minhas irmãs, tinha falecido por aparentemente um suicídio, foi um momento bastante chocante pra toda minha família, e teve alguns problemas pro velório por conta da pandemia.
- Aluno 4** Sim, minha tia, que nos ajudou em diversas coisas principalmente na pandemia que estávamos passando por dificuldades, infelizmente a doença acabou atacando ela a fazendo falecer.
- Aluno 5** Não tive experiência, mas minha mãe teve um familiar longe que morreu por conta da covid 19.
- Aluno 6** Não, mas ver tantas pessoas perdendo suas vidas pelo vírus foi um grande impacto
- Aluno 7** Sim, mais prefiro não comentar
- Aluno 8** Felizmente, não.
- Aluno 9** Sim, meu bisavô
- Aluno 10** não tive
- Aluno 11** Meu pai.
- Aluno 12** Não.
- Aluno 13** Não.
- Aluno 14** Não.
- Aluno 15** Não.

6^a pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?

- | Aluno (a) | Resposta |
|------------------|--|
| Aluno 1 | Sim, por eu ter passado muito tempo sozinho, isolado do mundo, das outras pessoas, acredito que isso veio a atribuir na minha vida um desejo de paz e calma, hoje em dia eu não gosto de lugares muito barulhento e povoados, prefiro ficar em casa ou na casa de pessoas que eu considero importante. |
| Aluno 2 | Sim, eu fiquei bastante nervoso por conta do covid, além de não poder sair e consequentemente, desenvolvendo um certo medo quanto a interações sociais |

- Aluno 3** Impactou, já que nem sempre sua família é saudável, principalmente em momentos de perigo como um vírus. Estresse era o que mais tinha em casa.
- Aluno 4** Sou muito difícil em me entender, acho que e por isso que n consigo entender os sentimentos das outras pessoas
- Aluno 5** sim, entrei em uma tristeza bem grande, tive crises de ansiedade muito frequentes e foi uma fase horrível
- Aluno 6** Sim! Ficar trancada em casa sem a concentração dos estudos, me causou muita ansiedade
- Aluno 7** Sim, fiquei muito depressiva e sinto um pânico quando falam de doenças contagiosas
- Aluno 8** Sim, mudou minha socialização, me tornei mais tímido, inseguro.
- Aluno 9** Fiquei no celular o tempo todo sem fazer nada.
- Aluno 10** Sim, fiquei muito doente mentalmente
- Aluno 11** O constante medo da perda
- Aluno 12** Impactou com nada
- Aluno 13** Não impactou.
- Aluno 14** não impactou
- Aluno 15** Sim

7^a pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Péssima, em casa eu não tinha lugar para estudar, a todo momento barulho e pessoas brigando. Me deixou sobrecarregada.
Aluno 2	Me deixou sobrecarregada.
Aluno 3	Eu aprendi tomar banho de chuva.
Aluno 4	Foi difícil, era complicado de se concentrar
Aluno 5	Ruim
Aluno 6	Horrível, principalmente pelas minhas dificuldades de login e a falta de ambientação adequada, muito barulho e diversos fatores, infelizmente não aprendi nada.
Aluno 7	Uma merda
Aluno 8	A pandemia trouxe não só uma margem ruim como tbm boa, boa pq ela trabalhou muito a nossa união, resiliência e amor, infelizmente poucas pessoas

abraçaram essa causa, no lugar das pessoas ficarem mais unidas num momento tão difícil como esse que foi a pandemia, ficaria frias umas com as outras.

- Aluno 9** Uma merda
- Aluno 10** Nada boa
- Aluno 11** Ruim demais
- Aluno 12** Horrível
- Aluno 13** Péssima
- Aluno 14** Tive pouco acesso as aulas e não consegui aprender direito.
- Aluno 15** aprendi a ter paciência, e saber escutar, e conversa com o próximo e entender para poder ajudar

8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Agora tenho que estudar em dobro para resgatar o que perdi apenas procrastinando e vegetando, agora preciso me acostumar novamente com o público, forçar interação que as vezes estou seriamente incomodada, apenas para acostumar.
Aluno 2	Praticamente perdi o conteúdo inteiro do 8 ano e não consegui aprender a maior parte do conteúdo do 9 ano, tendo bastante dificuldade no ensino médio, principalmente na área de matemática, e um pouco de português.
Aluno 3	Em relação a escolar, eu melhorei bastante depois da pandemia, antes da pandemia eu nem me dedicava a escola, agora/ atualmente eu consigo ter um interesse a mais pelos estudos, e isso é algo bom.
Aluno 4	Tive um péssimo meio de ensino, e ate os dias atuais n sei bem qual o sentido do estudo
Aluno 5	consegui ser mais paciente, e cuidar das pessoas próximas a mim e sempre ajudar
Aluno 6	Me atrasei muito nos estudos, perdi vários conteúdos importantes
Aluno 7	Teve um impacto enorme, pois deixei de aprender muitas coisas.
Aluno 8	Ausência de conteúdos irá fazer falta e logo irá ser cobrado!
Aluno 9	Eu fiquei tímido quando eu fui transferido a escola nova.
Aluno 10	Tive dificuldade pois não estudei assuntos necessários

- Aluno 11** Horrível! Não conseguia aprender nada nesse tempo
- Aluno 12** Aprendi nada, é além disso esqueci de outras
- Aluno 13** Foi difícil no começo para se adaptar
- Aluno 14** Fiquei mas burro do q já era
- Aluno 15** que agr estou aprendendo

ANEXO J– FORMULÁRIOS DAS ENTREVISTAS COM OS ALUNOS (EJA PAULO FREIRE)⁵⁶

14 alunos

1^a pergunta: O que é saúde mental para você?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Equilíbrio sobre tudo.
Aluno 2	Ter consciência, não ter uma mente “perturbada” uma mente como se fosse explodir por estar confuso tudo embaralhado, tendo uma mente organizada tem uma mente saudável!
Aluno 3	Um dos tipos de saúde mais importante
Aluno 4	Saúde mental pra mim é pra saber como que você anda mentalmente
Aluno 5	saúde mental pra mim é estar saudável mentalmente, estar bem consigo mesmo, saber lidar com as emoções e controlá-las
Aluno 6	Manter sua mente bem e descansada sem problemas
Aluno 7	o bem estar da cabeça, para poder possibilitar que você faça suas coisas e enfrentar os desafios do dia-a-dia
Aluno 8	A saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como a ausência de doença ou enfermidade.
Aluno 9	Estado de como se encontra a sua mente, se está bem ou mal
Aluno 10	Como a pessoa estar por dentro
Aluno 11	É estar em sã consciência, ter paz de espírito e conseguir pensar com calma nas suas atitudes e decisões, estar bem consigo mesmo etc
Aluno 12	Um dos pilares para a pessoa manter seu equilíbrio e saúde
Aluno 13	A saúde mental é uma necessidade na vida de todas as pessoas, algo necessário e que deveria ser básico na sociedade, já que sem a mente saudável não vivemos.
Aluno 14	Como anda a mente

2^a pergunta: Seria importante discutir o tema da saúde mental na escola? Por que?

Aluno (a)	Resposta
------------------	-----------------

⁵⁶ Para preservar a integridade do trabalho, todas as respostas foram colocadas na íntegra sem ajustes ou correções.

- Aluno 1** Sim, porque nós temos muitos problemas, as pessoas em geral têm problemas, e isso acaba abalando o psicológico em alguns casos, e é importante saber o que é saúde mental e como trabalhar ela pra poder ter uma mente mais limpa e uma vida mais leve.
- Aluno 2** sim A saúde mental dos estudantes é uma questão central também para garantir o bom andamento do ensino na educação básica. Isso porque problemas nesse contexto prejudicam a disposição, a atenção e até o comportamento do estudante.
- Aluno 3** Sim, isso faria com que os alunos ficassem conscientes sobre o assunto até mesmo todos saberem o significado desse tema pois querendo ou não isso é um conhecimento.
- Aluno 4** Sim, isso faria com que os alunos ficassem conscientes sobre o assunto até mesmo todos saberem o significado desse tema pois querendo ou não isso é um conhecimento.
- Aluno 5** sim, na minha opinião por saber que a população em geral não tem uma boa condição de saúde mental por conta dos problemas que foram adquiridos com um tempo
- Aluno 6** Sim, porque trata da saúde de todos e é necessário principalmente no ambiente escolar onde muitos alunos sofrem com problemas mentais.
- Aluno 7** Sim, pois muitos alunos têm problemas com a saúde mental mas não sabem ou não tem com quem falarem suas situações
- Aluno 8** sim, porque muitas pessoas têm dificuldades com isso e não sabem como enfrentar
- Aluno 9** Sim, até por que geralmente são os adolescentes que precisam mais dessas ajudas
- Aluno 10** Talvez, acho que tem muitas pessoas que precisam dessa ajuda, não seria o meu caso.
- Aluno 11** Sim porque muitas pessoas precisam entender um pouco mais sobre saúde mental
- Aluno 12** Sim, as vezes os alunos vêm de cabeça cheia e não tem com quem desabafar.
- Aluno 13** Não, não vejo necessidade
- Aluno 14** Talvez sim, ajudaria muitas pessoas

3^a pergunta: O que foi a pandemia para você?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	pandemia é a disseminação mundial de uma nova doença e o termo passa a ser usado quando uma epidemia, surto que afeta uma região, se espalha por diferentes continentes com transmissão sustentada de pessoa para pessoa.
Aluno 2	Uma solidão total em todos os cantos sem liberdade, sem meios de se des- trair não ter como comer em lugares diferentes ou sair com a família, além dos meus pais terem se prejudicado no trabalho em alguns meses.
Aluno 3	acho que depende do ponto de vista, por parte foi boa já que não sou muito de sair, mas por outro lado posso ter desenvolvido problemas por conta da falta de socialização
Aluno 4	Uma experiência bem ruim, teve muitas mortes, várias pessoas perdendo entes queridos e isso foi muito triste, fora o Lockdown em que não podíamos nem sair de casa
Aluno 5	Foi um tempo bem difícil, por conta da ausência de sair para ver os amigos, o mundo todo parado e pessoas morrendo.
Aluno 6	foi um momento difícil e um momento que teríamos que lidar com os problemas fora e dentro de casa
Aluno 7	Pra mim, não fique tão mal. Não me abalou muito até pq sou um pouco chateada com algumas coisas.
Aluno 8	foi um momento de choque quando começou, do meio pro final eu não sei exatamente o que eu acho
Aluno 9	A pandemia pra mim não mudou nada na minha vida
Aluno 10	Um momento onde a vida foi abalada
Aluno 11	um desafio constante
Aluno 12	Uma tragédia
Aluno 13	Algo triste
Aluno 14	Horrível

4ª pergunta: Que impactos a pandemia teve na sua vida? De que forma?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Medo pelo risco de adoecimento e morte

- Aluno 2** Creio que na forma de pensar, isso mexeu muito comigo por que eu ficava pensando na minha família e isso me deixava cada vez mais preocupado e um nível de estresse mediano.
- Aluno 3** Em relação aos estudos sim, pq passei dois anos sem estudar e percebi que perdi muita coisa, que hoje tenho dificuldade pra fazer.
- Aluno 4** Atraso nos estudos e um abalo mental porque eu não podia ir pra escola e nem podia sair pra visitar lugares e brincar
- Aluno 5** Fiquei acomodado e desenvolvi hábitos como dormir até tarde e fiquei relaxado em questão aos estudos
- Aluno 6** eu acho que não saberia dizer, mas o medo de perder quem eu amava me atingiu de certa forma
- Aluno 7** vários impactos, depressão, ansiedade e até mesmo muito estresse
- Aluno 8** Problemas de socialização por conta de não poder sair de casa
- Aluno 9** Causou danos na minha aprendizagem que tenho até hoje.
- Aluno 10** Dificuldade nos estudos
- Aluno 11** Perdi um ente querido
- Aluno 12** Acho q só os estudos
- Aluno 13** Não teve impacto
- Aluno 14** muito grandes

5^a pergunta: Você teve a experiência do luto na pandemia? Com quem? Caso deseje conte um pouco sobre ela.

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Não
Aluno 2	Não
Aluno 3	Não
Aluno 4	Não
Aluno 5	Não
Aluno 6	Não tive
Aluno 7	Não tive

- Aluno 8** O luto pode implicar diferentes momentos (da negação ao choque, tristeza e aceitação), emoções intensas (stresse, ansiedade, desespero, raiva, angústia, sensação de vazio, confusão ou não sentir nada, ter medo ou ansiedade em relação ao futuro)
- Aluno 9** sim, meu avô e a mãe do meu amigo que cresceu comigo
- Aluno 10** felizmente, não perdi ninguém conhecido
- Aluno 11** Não, nada aconteceu na minha família.
- Aluno 12** Sim, infelizmente minha tia faleceu
- Aluno 13** Minha bisavó
- Aluno 14** Não

6^a pergunta: A pandemia impactou em sua saúde mental? De que forma?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Não
Aluno 2	Não
Aluno 3	Não
Aluno 4	Muito, ainda mais por conta das pessoas como ninguém podia ver ninguém, eu acabei entrando a fundo nas telas principalmente o celular, porque têm de tudo então é uma distração grande, e com isso falava pouco não sabia como me expressar muito e minha fala era horrível. Estou melhorando agora.
Aluno 5	Sim, ficar muito tempo dentro de casa sem socializar acabou impactando minha comunicação, e me trouxe também um desânimo constante
Aluno 6	Meio termo, além das preocupações com minha família, ficava estressado com facilidade por conta de preocupação de varias coisas
Aluno 7	sim, o isolamento de forma geral com a obrigação de ficar em casa sem ter contato com as outras pessoas que eu amava
Aluno 8	Um pouco, o fato de ficar apenas em casa e quase nunca ver amigos e meu ciclo social foi bem difícil.
Aluno 9	na qual me mudou bastante, deixaram vários problemas, ansiedade, depressão, estresse, agonia
Aluno 10	sim não maneira de viver de brinca o medo um pouco de depressão.

- Aluno 11** Sim, fiquei mais confuso mentalmente
Aluno 12 sim, medo de perder mais pessoas
Aluno 13 Fiquei com crise de ansiedade
Aluno 14 Sim, falta de socialização

7^a pergunta: Como foi sua aprendizagem na pandemia?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Não muito boa
Aluno 2	Não muito boa
Aluno 3	Pouca
Aluno 4	Foi uma aprendizagem bem difícil pelo fato de não entender muito os conteúdos pelos “EAD” pois sempre vinha muitas dúvidas
Aluno 5	Ruim, não poder ir pra escola é horrível, não dá pra aprender direito
Aluno 6	Foi bem mal aproveitada.
Aluno 7	Não muito boa
Aluno 8	Se for em relação a escola, não foi muito boa
Aluno 9	Boa
Aluno 10	Aprendi nada
Aluno 11	Em meio à pandemia, com escolas fechadas e ensino remoto, o Brasil registrou piora no aprendizado de estudantes em todos os níveis avaliados.
Aluno 12	Muito abaixo do presencial
Aluno 13	Aprendi a me manter sozinha e saber organizar as coisas.
Aluno 14	ruim, eu não tive boa parte das aulas

8^a pergunta: Quais os impactos desse momento em sua vida escolar?

Aluno (a)	Resposta
Aluno 1	Nenhum
Aluno 2	Nenhum
Aluno 3	transforma vidas, permite desenvolver o pensamento crítico e a moral.
Aluno 4	Cobranças, muito medo de ficar pra traz, de não entrar em uma faculdade e me torna algo que não gosta e posso me arrepender futuramente.
Aluno 5	Acho bem melhor pois caso tenha dúvidas consigo retirá-las com os professores, e não fico muito agoniado como naquele tempo.

- Aluno 6** Depois de tudo, voltar a rotina da escola do nada foi estranho, mas eu me acostumei rápido acho que a perca de conteúdo dificultou em alguns assuntos vistos no EM
- Aluno 7** Deixei de aprender coisas importantes e que são pilares
- Aluno 8** tenho dificuldade de me concentrar e esqueço rápido
- Aluno 9** Eu não aprendi quase nada no tempo de pandemia
- Aluno 10** Eu não aprendi quase nada no tempo de pandemia
- Aluno 11** Tenho dificuldades em algumas matérias.
- Aluno 12** Perdi a concentração, perdi conteúdo
- Aluno 13** muitos, minha falta de concentração
- Aluno 14** Nenhum, estar tudo indo bem