



XVIII Encontro de Extensão Universitária da Universidade Federal de Campina Grande.
Extensão Universitária: Transformando Realidades e Construindo Esperança.
De 18 a 26 de março de 2025.
Cuité, PB – Brasil.

ALÉM DA SALA DE AULA: escuta e cuidado de docentes do ensino médio

Kadija de Castro Teixeira¹, Ardilles Riquelme Machado Vieira², Danielson Nascimento Medeiros³, Frank Marcelo da Silva Araújo⁴, Jandeilson dos Santos Ribeiro⁵, Juliany Beatriz Santos Belo⁶, Lindinalva de Costa Ferreira⁷, Ana Caroline Alves da Costa⁸, Gyovani Dhieymysom Oliveira Lima⁹, Alynne Mendonça Saraiva Nagashima⁹, Eliane Medeiros Costa¹¹, eliane.costal@ufcg.edu.br, Fernando Kidelmar Dantas de Oliveira¹², kidelmar@ufcg.ed.br

Resumo: A realidade contemporânea da educação indica um olhar para a saúde mental dos docentes. O objetivo foi trabalhar técnicas de escuta e cuidado com os docentes do ensino médio da Escola Estadual Orlando Venâncio, Cuité-PB. Os encontros foram realizados de julho a dezembro de 2024, uma vez ao mês no horário das 14h às 17h, as atividades foram realizadas nas Ocas Coités (UFCG-CES). Foram utilizadas diversas ferramentas de cuidado, a Terapia comunitária, Técnicas de resgate da autoestima, arteterapia, roleplay, dentre outras. O projeto permitiu a troca de experiências, favoreceu a partilha entre os professores, além de promover o resgate da autoestima.

Palavras-chave: Saúde mental, Terapia comunitária, Educação.

1. Introdução

A proposta do projeto de extensão intitulado: "Além da sala de aula: escuta e cuidado de docentes do ensino médio" surgiu a partir do Núcleo Interprofissional de Saúde e Bem-Estar (NISE) que é um órgão de apoio administrativo vinculado ao Centro de Educação e Saúde da UFCG, que organiza e desenvolve programas e projetos relativos ao ensino, à pesquisa e à extensão nas áreas de saúde mental e bem-estar e, práticas integrativas e complementares. Os membros do NISE, em parceria com a Secretaria de Educação do Estado e a IV Gerência Regional no município de Cuité-PB, vêm desenvolvendo projetos de extensão e de pesquisa no último ano. Durante essas experiências se percebeu a necessidade de cuidado aos trabalhadores de educação, uma vez que, grandes partes destes trabalhadores se sentem desmotivados e sobrecarregados com as demandas dos serviços, principalmente, depois do COVID-19. [5], [6], [7].

Os objetivos principais que motivaram o projeto foram: implementar ações que promovam conhecimento e a oferta de práticas integrativas e complementares como estratégias de cuidado voltadas para a saúde mental dos trabalhadores da educação do município de Cuité, assim como alunos e servidores da UFCG. Contribuir para uma formação e atuação ética e humanizada, valorizando práticas que priorizem o bem-estar mental, promovendo acolhimento e fortalecendo os laços interpessoais. [1], [2].

Conduzir rodas de Terapia Comunitária Integrativa

^{1,2,3,4,5,6} Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Cuité, PB. Brasil.

^{7,8,9,10} Colaboradores, Cuité, PB. Brasil.

¹¹ Orientadora, Psicóloga, UFCG/CES, Campus Cuité, PB. Brasil.

¹² Coordenador, Professor, UFCG/CES, Campus Cuité, PB. Brasil.

focada no suporte à saúde mental dos profissionais da educação; Desenvolver dinâmicas vivenciais que ajudem a fortalecer a autoestima e a empatia entre os participantes; Facilitar a integração do grupo por meio de vivências e experiências relacionadas ao cuidado com a saúde mental; sensibilizar os alunos da UFCG e os profissionais da educação sobre a importância do autocuidado para o bem-estar psicológico; difundir as Práticas Integrativas Complementares (PICs) como abordagens terapêuticas com potencial para promover à saúde mental e empoderar a comunidade; realizar sessões de conto terapia como forma de apoio emocional aos profissionais da educação; aplicar práticas meditativas voltadas para o cuidado da saúde mental dos educadores; estimular a coesão do grupo através de experiências de cuidado com a saúde mental, utilizando abordagens interativas como rodas de conversa e arteterapia.

2. Metodologia

O projeto de extensão foi desenvolvido através de parcerias com instituições, proporcionando uma abordagem abrangente para o cuidado e a saúde mental dos participantes. Uma das principais atividades foi à roda de terapia comunitária, onde cada participante teve a oportunidade de compartilhar uma problemática que estava enfrentando. Nesse espaço seguro e acolhedor, todos puderam expressar suas dificuldades, e ao final, refletiram sobre qual questão era mais relevante para aquele momento específico.

Além disso, o projeto incluiu a arteterapia, que utilizou danças, músicas, desenhos, texturas e teatro como formas de expressão criativa. Essas atividades artísticas permitiram que os participantes se conectassem com suas emoções de maneira lúdica e significativa.

Outro aspecto do projeto foi à atividade da dinâmica das emoções e *role play*, que incorporou dinâmicas interativas como o uso de balões. Cada balão representava uma emoção específica e possuía uma cor associada a essa emoção. Essa atividade não apenas facilitou a identificação da expressão dos sentimentos, mas também promoveu um ambiente leve e divertido, a segunda atividade foi uma técnica de treinamento que consiste em realizar simulações reais para desenvolver competências e aprimorar

habilidades.

Em todos esses momentos, houve foco na escuta ativa e no compartilhamento de experiências e desafios entre os participantes. Essa troca foi fundamental para criar um senso de comunidade e apoio mútuo. Ao final do projeto, todos saíram com uma visão renovada da vida, mais conscientes de suas emoções e equipados com novas ferramentas para lidar com as adversidades. As atividades estão apresentadas nas Figuras 1, 2, 3 e 4.



Figura 1. Atividade de arteterapia.



Figura 2. Atividade de arteterapia.



Figura 3. Técnica de *role play*.



Figura 4. Vivência do sol e da lua.

3. Resultados e Discussões

O trabalho realizado pelos grupos de professores ao longo dos meses trouxe à tona uma série de reflexões e aprendizados significativos, tanto em nível individual quanto coletivo. A proposta de dividir os encontros em diferentes atividades terapêuticas foi uma estratégia eficaz para promover a expressão emocional e o acolhimento entre os profissionais da educação.

Teve-se a participação de 15 professores da Escola Integral Orlando Venâncio dos Santos, com o total de 6 estudantes de graduação. Na primeira atividade, a roda de terapia com a psicóloga, Eliane Medeiros Costa permitiu que os professores compartilhassem suas frustrações em ambiente seguro e sem julgamentos. A orientação de usar a primeira pessoa do singular foi crucial, pois ajudou cada um a assumir a responsabilidade por suas emoções, promovendo um espaço de escuta ativa e empatia. A votação dos problemas abordadas nas sessões seguintes garantiu que as discussões fossem pertinentes e alinhadas às necessidades do grupo.

A arteterapia com Lindinalva Costa se destacou como um momento de liberdade criativa, onde os professores puderam explorar suas emoções através da arte [3]. O exercício da maçã colorida revelou a resistência à mudança e a pressão social para se conformar, evidenciando que muitos ainda se sentem compelidos a se encaixar em padrões estabelecidos, mesmo quando desejam se expressar de maneira autêntica.

As dinâmicas promovidas pelo psicólogo Gyovani G. Oliveira Lima, como o *role play* e os balões, proporcionaram momentos de descontração e reflexão sobre o papel do professor. A simulação de situações desafiadoras permitiu que os participantes revissem suas práticas pedagógicas sob uma nova luz, reconhecendo comportamentos que podem impactar negativamente o ambiente escolar.

A dinâmica do sol e da lua simbolizou o acolhimento e o suporte emocional necessário entre colegas. O ato de ser guiado por um professor e vendido até o acolhimento final demonstrou a importância da confiança e do apoio mútuo na construção de um ambiente escolar saudável.

Entretanto, é importante ressaltar que a participação dos professores foi um desafio. As atividades realizadas foram no horário escolar, resultando em uma perda significativa na presença dos profissionais. Isso ressalta a necessidade de repensar estratégias que garantam maior adesão, como a flexibilização dos horários ou a inclusão das atividades na jornada pedagógica.

4. Conclusões

Os resultados observados ao longo da extensão foram positivos. Aqueles que se dedicaram às atividades não apenas relataram um aumento no bem-estar emocional, mas também houve uma mudança perceptível em seus semblantes. Esse impacto positivo destaca a importância de espaços dedicados ao cuidado emocional dos educadores, sugerindo que iniciativas semelhantes

poderiam ser adotadas regularmente nas instituições de ensino para promover um ambiente mais saudável e colaborativo.

5. Referências

[1]ANTONINI, Fabiano Oliveira *et al.* Práticas de promoção da saúde no trabalho do professor. **Acta Paulista de enfermagem**, v. 35, p. APE02761, 2022.

[2]BARROS, Cláudia Cristiane Andrade *et al.* Precarização do trabalho docente: reflexões em tempos de pandemia e pós pandemia. **Ensino em Perspectivas**, v.2, n.2, p. 1-23, 2021.

[3]CARVALHO, M. M. M. J. O que é arte-terapia. **A arte cura**, p.23-26, 1995.

[4]HOOKS, Bell. **Ensinando a transgredir: a educação como prática da liberdade**. Tradução de Marcelo Brandão Cipola. 2ª edição. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2027.

[5]LYRA, Thaís. **Pesquisa revela que saúde mental dos docentes piorou em 2022**. Nova escola, 2022. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/21359/pesquisa-revela-que-saude-mental-dos-professores-piorou-em-2022>.

[6]SANTOS, Maria Manuela dos; GODIM, Liberalina Santos de Souza. Contribuições da relação professor-aluno no cuidado a saúde mental de estudantes: revisão da literatura de 2015 a 2020. **Construção psicopedagógica**, v. 30, n. 31, p. 82-100, 2021.

[7]VIEIRA, Marlene A. et al. **Saúde mental na escola**. Porto Alegre: ARTMED, p. 13-23, 2014.

Agradecimentos

Agradecemos aos órgãos parceiros “IV Gerência Regional de Educação e a Escola Estadual Integral Orlando Venâncio dos Santos,” pelo suporte e colaboração no desenvolvimento das atividades, cuja contribuição foi essencial para a realização deste trabalho.

À Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), pelo incentivo à extensão universitária e pela concessão de bolsas por meio do Edital PROPEX 003/2023 PROBEX/UFCG, possibilitando a execução deste projeto.

Expressamos nossa gratidão ao XVIII Encontro de Extensão Universitária da UFCG, que promove a valorização da extensão como ferramenta de transformação social, e a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para o sucesso das nossas ações.

Cuité, PB – Brasil
Março de 2025.