

SAÚDE MENTAL EM CENA: UM CAMINHO POSSÍVEL PARA DEBATER O TEMA NAS ESCOLAS

ANDRESSA DOS ANJOS¹; LORENA SCHUFER²; LUIS MOURA³; MARINA DE OLIVEIRA⁴; DINARTE BALLESTER⁵

¹ UFPEL Andressa Martins Marques dos Anjos – *andressa_m@hotmail.com*

²UFPEL Lorena Schufer – *lorenaschufer@gmail.com*

³UFPEL Luís Henrique Moura – *mouraluis10.henrique@hotmail.com*

⁴UFPEL Marina de Oliveira – *marinadolufpel@gmail.com*

⁵UFPEL Dinarte Ballester – *dapballester@ufpel.edu.br*

1. INTRODUÇÃO

A infância e adolescência são fases da vida em que a promoção da saúde mental e a identificação precoce de problemas mentais são de fundamental importância para um desenvolvimento saudável. A escola é um ambiente privilegiado tanto para a promoção quanto para os cuidados à saúde mental, pois acompanha as crianças e adolescentes com bastante proximidade, permitindo ações individuais e coletivas para a educação em saúde mental.

Em busca de um modelo pedagógico que fosse acessível para esta população, o projeto explorou a interação entre as áreas da Medicina e do Teatro, criando uma linguagem apropriada para tratar de temas relacionados à saúde mental. A base para o projeto foram os Jogos Teatrais originalmente elaborados por Viola Spolin, em que exercícios teatrais se misturam ao brincar formando um suporte de ensino cujo objetivo é o desenvolvimento de diversas habilidades de forma orgânica pelos alunos.

2. METODOLOGIA

Para a elaboração das Rodas de Brincadeira, primeiro foram efetuadas reuniões de planejamento entre os membros do Teatro, Medicina e Letras. Nelas foram discutidas como ensinar os temas básicos para a educação em saúde mental definidos pela Organização Mundial da Saúde – OMS, sendo esses, estigma, conceitos de saúde e problemas mentais, e a busca de ajuda quando necessário (OMS, 2021) e traduzi-los para a vivência daqueles jovens. O principal objetivo era ensinar de forma lúdica e garantir a participação de todos os jovens que estivessem presentes nos encontros futuros. Assim, foi adaptado para a temática de saúde mental, os Jogos Teatrais (Spolin, 1986; 2010), que quando aplicados em contexto escolar demonstraram ampliar a capacidade de dialogar, desenvolver tolerância e facilitar o aprendizado.

Então, os temas da OMS foram divididos para ser abordados em seis encontros presenciais. Em cada encontro seria introduzido aos adolescentes as temáticas através dos jogos e após eles, seria efetuada uma roda de conversa, em que os adolescentes teriam espaço para falar o que sentiram brincando e o que pensavam acerca do tema, com os facilitadores, formados pelos alunos e professores da Medicina, Teatro e Letras, os guiando e esclarecendo suas dúvidas. Também seria realizada a observação participante com o registro de diários de campo pelos facilitadores em cada encontro (Thiollent, 2011), realizando assim uma pesquisa-ação colaborativa, em que o pesquisador faz parte do processo de mudança do grupo (S. FRANCO, 2005).

As temáticas e jogos efetuados foram: 1. Integração e sensibilização, com uma apresentação da equipe aos adolescentes, seguida dos jogos: Meditação guiada, a partir de “Sentido eu como eu” (SPOLIN, A2) e Conversa sobre autopercepção; Jogo da Bolinha com Caminhada pelo Espaço (SPOLIN, A) e roda de conversa sobre o “eu e a relação com o outro”; Parte do Todo (SPOLIN, A25) e roda de conversa sobre noção de lateralidade e coletividade. 2. Estigma dos problemas mentais, com os jogos Siga o Mestre (SPOLIN 17) e roda de conversa sobre o entendimento da palavra estigma; construindo uma história a partir de seleção randômica de palavras (SPOLIN, A80) e roda de conversa sobre o estigma envolvendo os transtornos mentais. 3. O que é saúde mental, com o Jogo popular Detetive, leitura e apresentação do que é saúde mental e o jogo “Eu me sinto saudável quando...” baseado em “Eu vou para a Lua” (SPOLIN, A70). 4. Os problemas mentais, com o Jogo Mofongo, seguido do jogo “Ouvindo o ambiente” (SPOLIN A3) e roda de conversa sobre “pensamentos embaralhados” e transtornos de ansiedade; seguido do Jogo “Câmera Lenta” (SPOLIN A56) e roda de conversa sobre pensamentos lentos, desânimo, tristeza e transtornos depressivos. 5. Cuidando da Saúde Mental com o Jogo “Construindo uma história” (SPOLIN A76), seguida da apresentação de uma música que dialogue com a realidade dos alunos e roda de conversa sobre a interpretação e sentimentos deles sobre a canção; seguiu-se com a “Escrita de um bilhete anônimo”, a leitura compartilhada desses e roda de conversa sobre como a escrita pode ser uma forma de obtenção e manutenção da saúde mental; finalizando com uma avaliação em que os alunos falarão sobre a dinâmica do encontro. 6. A busca de ajuda, com o Jogo “Nós”, seguido pela Atividade com folhas/cartazes e a roda de conversa apresentando e discutindo o conteúdo dos cartazes. Encerrando com a avaliação final do projeto em que os alunos falarão sobre a dinâmica dos encontros.

Os encontros foram realizados no Colégio Municipal Pelotense, da cidade de Pelotas, RS. Dispuseram cerca de 1h30 a 2h para cada encontro, sendo realizados com um grupo de aproximadamente 10 a 15 alunos voluntários, que eram dispensados de aulas curriculares que aconteciam simultaneamente, com idades entre 12 e 17 anos, dos ensinos fundamental e médio.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O resultado obtido não foi avaliado quantitativamente, embora tenha-se aplicado um questionário de satisfação/avaliação das atividades após a terceira roda de conversa, onde a maioria do grupo de 10 a 15 alunos que participou das rodas manifestou que estava gostando do modelo proposto e desejava continuar frequentando os encontros. Todavia, em função das outras atividades da Escola no mesmo período, nem sempre estiveram todos os mesmos estudantes nas rodas, com uma mudança significativa entre as 3 primeiras e as 3 últimas rodas de conversa e brincadeiras, pela mudança do semestre letivo.

Entretanto seguindo a metodologia da pesquisa-ação colaborativa (S. FRANCO, 2005) pode-se observar através dos diários de campo a evolução participativa e de entrosamento dos alunos durante os jogos. A maioria dos alunos no grupo não tinham uma relação pré-estabelecida entre si, logo a timidez os tomava no início do encontro. Porém, ao decorrer dos encontros observou-se que os jovens se sentiam mais confortáveis a cada execução dos jogos e se mostraram bem comunicativos nas rodas de conversa, expondo suas vivências no lar e na escola, suas aflições e dúvidas sobre os temas.

A escola tem como referência a pedagogia da autonomia, de Paulo Freire, que considera a prática preconceituosa de raça, de classe, de gênero como uma ofensa à substancialidade do ser humano e negação radical da democracia (FREIRE, 1996). Assim sendo, promoveativamente a inclusão dos seus estudantes, tanto no que tange à neurodivergência, quanto no aspecto racial, de orientação sexual e de identidade de gênero, oportunizando muitas atividades educativas e saudáveis, como oficinas de teatro, dança, diversas modalidades esportivas, robótica, xadrez, entre outras. Contudo, nas rodas de conversa houve relatos de bullying envolvendo intolerância à diversidade de gênero, sexualidade e racismo, vivenciados muitas vezes fora do ambiente escolar, inclusive em contextos familiares.

Também se pode observar a importância dos facilitadores participarem ativamente dos jogos e rodas de conversa como integrantes do grupo, exercendo o papel de pesquisador participante defendida por Kurt Lewin, um dos idealizadores da pesquisa-ação (S. FRANCO, 2005). A presença dos facilitadores iniciando os jogos, brincando com os jovens, conversando e também expondo seus sentimentos, se mostrou influente para os jovens aderirem melhor a proposta.

4. CONCLUSÕES

Embora o Ministério da Saúde do Brasil tenha implementado um programa de saúde escolar, abordando temas como nutrição, cuidados dentários, entre outros, não há nenhuma ação específica sobre saúde mental. A falta de orientação sobre a abordagem do tema em ambiente escolar e ausência de uma conexão eficaz entre os sistemas educacional e de saúde, para fornecer atendimento individual quando necessário, resultam em educadores desorientados diante das questões mentais dos seus alunos.

A proposta do projeto é promover a saúde mental, prevenir problemas e facilitar o acesso à ajuda quando necessário, de forma lúdica e que tenha os estudantes e seus orientadores como protagonistas. Além disso, a proposta visa introduzir a saúde mental como um tópico inovador no ambiente escolar e no currículo, ao mesmo tempo que busca desenvolver métodos pedagógicos que incentivem a participação dos alunos e ofereçam uma abordagem mais eficaz para o aprendizado.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

OMS. Organização Mundial da Saúde. A saúde mental pelo prisma da saúde pública. Relatório sobre a saúde no mundo 2001: Saúde mental: nova concepção, nova esperança. Genebra: OPAS/OMS, p.1-16, 2001.

SPOLIN, Viola. Jogos teatrais: o fichário Viola Spolin. Tradução Ingrid Dormien Koudela. São Paulo: Perspectiva, 2008.

SPOLIN, Viola. Improvisação para o teatro. São Paulo: Perspectiva, 2010.
THIOLLENT, Michel. Metodologia da pesquisa-ação. São Paulo: Cortez, 2011.

S. FRANCO, Maria Amélia. Educação e Pesquisa, São Paulo, v. 31, n. 3, p. 483-502, set./dez. 2005

Freire, Paulo. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.