



**SOCIEDADE EDUCACIONAL GARDINGO LTDA.  
FACULDADE VÉRTICE - UNIVÉRTIX**

A large, light gray, stylized 'V' shape with rounded corners, serving as a background for the title text.

**“BEM-ESTAR NO AMBIENTE  
ESCOLAR”**

**MATIPÓ-MG**

## 1. INTRODUÇÃO

O projeto “Bem-Estar no Ambiente Escolar”, proposto por meio das aulas de Fundamentos da Psicologia Escolar e Educacional – Curso: Bacharelado em Psicologia – 5º Período – UNIVERTIX surge a partir dos estudos e experiências trazidas pelos alunos durante às aulas, com a percepção do sofrimento que estudantes da educação básica tem enfrentado, sobretudo pela dificuldade de lidar com suas emoções, o que resulta, também, em episódios constantes de depressão, ansiedade e outros sofrimentos de ordem psíquica.

De acordo com Brandtner e Bardagi (2009) acontecem mudanças psicossociais importantes e significativas no período de idade escolar das pessoas. Dentre tais mudanças, as mais expressivas implicam nas mudanças de ciclo (anos iniciais para anos finais; ensino médio). Durante essa transição, as pessoas se deparam com muitos desafios, podendo destacar o estabelecimento de novos vínculos, o novo e diferente modelo de avaliação e aprendizagem.

Santos e Galdeano (2009) afirmam que a vida escolar é uma fase marcante na vida do ser humano, sendo que esse momento exige mudanças significativas e adaptações. As mudanças desse novo estilo de vida, em conjunto com o estresse e ansiedade vivenciados pelo estudante, acentuam-se em épocas de provas, influenciando no sucesso ou fracasso da aprendizagem.

Brandtner e Bardagi (2009) mostram que estudos já realizados indicam a existência de vários aspectos que são entendidos e internalizados como estressores pelos alunos. Tais aspectos podem ser observados em qualquer etapa de ensino, seja início, meio ou fim do curso, podendo destacar fatores como excesso de tarefas, falta de motivação, conflitos com colegas e professores e até mesmo conflitos vivenciados no ambiente extraescolar.

Surge, assim, a necessidade de promover aos estudantes envolvidos no projeto, oportunidades de organizar suas emoções, pensamentos e comportamentos.

Inicialmente a pesquisa tomou por objetivo a promoção de ações interventivas no ambiente escolar com vistas a uma maior aproximação dos acadêmicos de Psicologia com a prática da Psicologia Educacional e Escolar,

tomando por justificativa equacionar questões como: O mal-estar do adolescente no ambiente escolar, a ansiedade, narcisismo, superficialidade relacional, tédio, angústia existencial, depressão, ideação suicida, comportamentos desviantes e saúde mental na adolescência.

## **2. OBJETIVO**

### **2.1. Objetivo geral**

Contribuir na formulação de ações mais assertivas para que adolescentes expressem suas emoções e alcancem o estado de bem-estar.

### **2.2. Objetivos específicos**

- Promover alternativas para atuação dos Profissionais da Educação e toda a Comunidade Escolar, no trato com o bem-estar do adolescente.
- Refletir sobre a importância de valorização da educação emocional.
- Auxiliar adolescentes estudantes a expressarem suas emoções e pensamentos.
- Promover qualidade de vida e bem-estar no ambiente escolar.

## **3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

Alves (2018), ao apresentar o contexto escolar atual, evidencia que os tempos mudaram e, com isso, as exigências educacionais também. As velhas práticas, as ferramentas ultrapassadas e as metodologias retrógradas já não são suficientes para suprir as necessidades do atual cenário educacional brasileiro. As informações se tornaram mais rápidas e acessíveis promovendo a autonomia do conhecimento.

Neste sentido, a escola passa a exercer outras funções além da formação do conhecimento acadêmico e, com a diversidade de público e as especificidades de cada um o território da escola não é o mesmo, sendo também um território que reflete a vulnerabilidade de seus sujeitos. Esta vulnerabilidade expressa-se de várias formas e corresponde a vários aspectos da vida, como social, econômica, cognitiva e, não menos importante, a vulnerabilidade psíquica.

O contexto atual exige novos recursos para a prática escola. Fenômenos como o bullying, o aumento do uso de drogas lícitas e ilícitas na adolescência, as influências do ambiente virtual, entre outros fatores, promovem sofrimento mental que tem levado de 20 a 45% dos adolescentes atualmente apresentarem sintomas de algum tipo de adoecimento mental. (ALVES, 2018).

Um sofrimento mental que interrompe o bem-estar no ambiente escolar é a ansiedade. De acordo com Lima, et. al (2017), neste último século percebe-se uma manifestação considerável da ansiedade, que está associada às modificações que aconteceram no âmbito econômico, social e cultural, uma vez que essas modificações exigiram da população uma adaptação a um novo modo e estilo de vida, ao qual não estamos habituados. Desse modo, o século XX é conhecido como “era da ansiedade”.

Dessa forma, nos últimos anos pode-se notar mudanças radicais na forma de organização das sociedades que, por consequência, acabam exigindo mais do ser humano e sua capacidade de adaptar fisicamente, emocionalmente e socialmente. Em razão disto e contextualizando este estudo, a ansiedade surge como um mecanismo de fuga e, em estudantes, fica ainda mais intensa e evidente pois, conforme Medeiros e Bittencourt (2017), as mudanças devem ser cada vez mais rápidas, devido as especificidades do contexto.

Por fim, é sabido que nos últimos anos tem aumentando o interesse pelos programas de desenvolvimento de competências socioemocionais implementados em escolas, face à percepção incrementada destas competências como cruciais para a promoção do sucesso escolar e na vida. Também têm crescido as evidências de que o desenvolvimento de competências socioemocionais é crucial para a adaptação das crianças às exigências da sociedade, de forma a adaptarem-se às necessidades complexas do crescimento e desenvolvimento (DAY & KOORLAND, 1997; GREENBERG et al., 2003).

#### **4. METODOLOGIA**

O projeto consiste em realização de oficinas para trabalhar emoções com estudantes da educação básica, por meio de recursos lúdicos, dinâmicas, rodas de conversa, palestras de Psicoeducação sobre o tema.

#### 4.1. Ambiente do projeto

Como ambiente do projeto, tem-se escolas públicas onde os acadêmicos de psicologia realizaram estágios de observação e, nesta observação, associando a investigação de trabalho de campo da disciplina de Fundamentos da Psicologia Escolar e Educacional, identificou-se demandas relativas à temática do projeto. Ou seja, escolas que apresentem estudantes com situações de vulnerabilidade psíquica que demonstrem necessidade de auxílio para organizar e vivenciar, de forma mais saudável, suas emoções.

Estas escolas encontram-se em municípios da Zona da Mata Mineira, municípios estes que são circunvizinhos de Matipó, cidade onde localiza-se a sede da Faculdade Vértice – Univertix.

#### 4.2. Sujeitos envolvidos

O projeto tem como participantes alunos e professores do curso de Psicologia do campus Matipó da Faculdade Vértice – Univértix.

O público alvo das intervenções é representado por estudantes da educação básica de escolas públicas que receberam alunos como estagiários no primeiro semestre de 2019.

### **5. RESULTADOS ESPERADOS**

Espera-se que com o projeto tenha-se a promoção de alternativas para atuação dos Profissionais da Educação, desenvolvendo um clima de bem-estar doadolescente.

É esperado também que aumente a reflexão, no ambiente escolar, sobre a importância de valorização da educação emocional.

## 6. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

| <b>Atividades/mês</b>  | <b>ABR/<br/>2019</b> | <b>MAI/<br/>2019</b> | <b>JUN/<br/>2019</b> | <b>JUL/<br/>2019</b> | <b>AGO/<br/>2019</b> | <b>SET/<br/>2019</b> | <b>OUT/<br/>2019</b> | <b>Nov/<br/>2019</b> |
|--|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| Estudos Teóricos: Psicologia Escolar e Educacional, Ambiente Escolar                                 | X                    | X                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |
| Apresentação do Projeto às Escolas   |                      | X                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |
| Recolhimento de Termo de Autorização dos Estudantes Participantes                                    |                      | X                    |                      |                      |                      |                      |                      |                      |
| Encontros com os Alunos para Oficinas e Palestras  |                      |                      | X                    | X                    |                      |                      |                      |                      |
| Apresentação dos Resultados  |                      |                      |                      |                      | X                    | X                    |                      |                      |
| Realização do Projeto em Escolas Particulares  |                      |                      |                      |                      |                      | X                    |                      |                      |
| Aplicação do Projeto para alunos de 3º Ano do Ensino Médio em Visita à Faculdade Vértice – Univértix |                      |                      |                      |                      |                      | X                    | X                    |                      |
| Análise dos Resultados e Avaliação do Projeto  |                      |                      |                      |                      |                      |                      | X                    | X                    |

## 7. Avaliação do Projeto – Resultados Alcançados

O projeto foi realizado dentro do tempo esperado e teve envolvimento dos acadêmicos de psicologia do 4º e 5º Períodos, proporcionando articulação teórica das disciplinas de Fundamentos da Psicologia Educacional e Escolar e Estágio Supervisionado II. Ao avaliar a execução do Projeto, é possível perceber que os resultados esperados foram alcançados. Houve envolvimento dos acadêmicos com o ambiente escolar. A aplicação de ações que podem promover o bem-estar no ambiente escolar foram aceitas pela maioria das instituições envolvidas e a devolutiva, por parte de alunos e funcionários foi satisfatória.

Evidencia-se, com este projeto, a importância da atuação do profissional de psicologia no ambiente escolar, bem como a necessidade da promoção de ações que busquem o equilíbrio, o controle e, principalmente, o conhecimento das emoções para a promoção do bem-estar no ambiente escolar e o desenvolvimento eficaz de fatores que podem colaborar para o sucesso da aprendizagem.

A seguir, relação dos acadêmicos envolvidos na realização do projeto e as respectivas instituições que atenderam:

| <b>Acadêmicos</b>   | <b>Instituição atendida</b>                          | <b>Carga Horária de Realização</b> | <b>Número de Alunos envolvidos</b> |
|---|--|------------------------------------|------------------------------------|
| Marcelo Augusto Gomes Fagundes  | E. M. Rita Clara Sete (Santo Amaro/Manhuaçu-MG)      | 20 horas                           | 30 alunos                          |
| Ana Carolina de Oliveira Carla dos Santos Silva Clara Mageste Lourenço Elisa Cardoso Pessoa Kelly Naiara P Silvio Larissa V D Ferreira  | E. E. Dalila Cerqueira Pessoa (Santa Margarida – MG) | 20 horas                           | 80 alunos                          |
| Geisa Gabriele de Souza Higor Pereira Lopes Stock Juliana Ribeiro de Oliveira Milena Loiola Alves Thalissa P Alves  | E. M. Jair Gualberto da Rocha (Matipó MG)            | 20 horas                           | 16 alunos                          |
| Emiliane Pinto de Souza Miranda Gilsinei Rosa de Oliveira Simone Benfica Fialho Queiroz Sandra Oliveira de Jesus Jaqueline Costa Brandão Nathan Rodrigues Costa Cássio Mendes | E. M. Deputado José Henrique Lisboa (Matipó – MG)    | 20 horas                           | 17 alunos                          |

| <b>Acadêmicos</b>  | <b>Instituição atendida</b>   | <b>Carga Horária de Realização</b> | <b>Número de Alunos envolvidos</b> |
|--|---|------------------------------------|------------------------------------|
| Amanda Cristina S Costa<br>Angélica M Rodrigues<br>Bruna de S Cunha Claudia<br>Adriane M TorresLavínia P<br>D do Carmo<br>Maria Cecília R oliveira | E. E. Waldomiro Mendes<br>de Almeida (Matipó –<br>MG)<br>Colégio Anglo (Manhuaçu<br>– MG) | 20 horas<br>08 horas               | 60 alunos<br>120 alunos            |
| Bárbara Vieira<br>Karla Maira Benjamin<br>brumano<br>Psicóloga Jeciana Costa   | APAE de Ponte Nova<br>(Ponte Nova – MG)   | 20 horas                           | 15<br>professores                  |
| Fernanda S Alves Liliane<br>da S Oliveira Leila S de<br>Souza Marina Fonseca<br>Silva Júlia Catarino de<br>AssisPatrícia M S<br>Barbosa            | Escola Municipal Senador<br>Cupertino (Rio Casca – MG)                                    | 20 horas                           | 27 alunos                          |
| Carolina Francisco<br>Hermenegildo<br>Higor Pereira Lopes Stock<br>Mayla S G Viana<br>Natasha P Barbosa  | E. E. Dr. Pedro Paulo Neto<br>(Divino – MG)   | 20 horas                           | 100 alunos                         |
| Demerval F B Júnior<br>Elizabeth O Alves<br>Emily F Bonifácio<br>Thaylla N da Silva Souza  | E. E. Mariano Gomes   | 20 horas                           | 30 alunos                          |
| Nathalia Ketllen Fernandes<br>Ferreira   | Centro Municipal de<br>Educação Infantil Mundo<br>Feliz (Fervedouro – MG)                 | 20 horas                           | 29 alunos                          |
| Lorena Silva Soares  | Escola Municipal Prefeito<br>Ildeu Araújo Dutra<br>(Caputira – MG)                        | 20 horas                           | 25 alunos                          |



## 8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ALVES, Juliana Mendes. **Abordagens cognitivo-comportamentais no contexto escolar.** Novo Hamburgo: Sinopsys, 2018.

BRANDTNER, Maríndia; BARDAGI, Marucia. **Sintomatologia de depressão e ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul.** Revista interinstitucional de Psicologia. v.2, n. 2, p. 81-91. Porto Alegre,. s/d.

DAY, S., & KOORLAND, M. **The future isn't what it used to be: Competencies for the 21st Century.** Contemporary Education, 69, 34-40. 1997.

GREENBERG, M. T., et al. **Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning.** American Psychologist, 58, 466-474. 2003.

LIMA, B. V. B. G.; TRAJANO, F.M.P.; NETO, G.C.; ALVES, R.S.; FARIAS, J.A.; BRAGA, J. E. F. Avaliação da ansiedade e autoestima em concluintes do curso de graduação em Enfermagem. **Revista de Enfermagem UFPE.** Recife, 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/13440/24678> Acesso em: 08 de agosto de 2018.

MEDEIROS, Palloma Prates; BITTENCOURT, Felipe Oliveira. **Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular.** Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia. V. 10, n. 33, 2017.

SANTOS, Mariana Deienno Luis; GALDEANO, Luzia Elaine. **Traço e Estado de ansiedade de estudantes de Enfermagem na realização de uma prova prática.** Revista Mineira de Enfermagem, v.13, n.1, p. 76-83. Belo Horizonte: jan/mar/2009.

## ANEXO 01 – Formulário para Levantamento do Clima Escolar

### INSTRUÇÃO:

Em relação às frases abaixo, marque a alternativa que melhor expressa seu sentimento sobre elas, seguindo a legenda seguinte:

|        |              |          |                    |       |
|--------|--------------|----------|--------------------|-------|
| 5      | 4            | 3        | 2                  | 1     |
| Sempre | Quase sempre | Às Vezes | Pelo Menos uma vez | Nunca |

| Frases  | Alternativas |   |   |   |   |
|---|--------------|---|---|---|---|
|   | 5            | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 01. Minha sala de aula é um lugar agradável                           |              |   |   |   |   |
| 02. Gosto dos meus colegas de sala                                    |              |   |   |   |   |
| 03. Tenho prazer em estar na sala de aula                             |              |   |   |   |   |
| 04. Tenho amigos (as) na sala de aula                                 |              |   |   |   |   |
| 05. Tenho bons colegas de sala de aula                                |              |   |   |   |   |
| 06. Já me envolvi em discussões na minha sala de aula                 |              |   |   |   |   |
| 07. Bullying também pode ser praticado em minha sala de aula          |              |   |   |   |   |
| 08. Já presenciei alguém praticando bullying em minha sala de aula    |              |   |   |   |   |
| 09. Já me envolvi em práticas de bullying em minha sala de aula       |              |   |   |   |   |
| 10. Sinto-me uma vítima de bullying em minha sala de aula             |              |   |   |   |   |
| 11. Já saí da aula muito chateado, pensando em não mais voltar        |              |   |   |   |   |
| 12. Já saí da aula pensativo e triste por ter chateado alguém na sala |              |   |   |   |   |
| 13. Já saí da aula satisfeito porque “não levei desaforo pra casa”    |              |   |   |   |   |
| 14. Sinto-me bem aceito em minha sala de aula                         |              |   |   |   |   |
| 15. Sou uma pessoa tolerante  |              |   |   |   |   |
| 16. Compreendo e aceito a diversidade das pessoas                     |              |   |   |   |   |
| 17. Aceito meus colegas de sala, independentemente de suas limitações |              |   |   |   |   |
| 18. Consigo compreender as dificuldades de meus colegas da sala       |              |   |   |   |   |
| 19. Sinto que todos compreendem minhas dificuldades em sala de aula   |              |   |   |   |   |
| 20. Sinto-me sozinho (a) na sala de aula                              |              |   |   |   |   |
| 21. Sinto-me importante em minha sala de aula                         |              |   |   |   |   |

## Anexo 02 – Fotos de Realização do Projeto

















