

Acolhimento na Educação Básica de Paranaíba/MS durante a pandemia da Covid-19: um relato de experiência

Embracement in Basic Education in Paranaíba/MS during the Covid-19 pandemic: an experience report

Jeferson Camargo Taborda

Doutor em Psicologia da Saúde (UCDB), Mestre em Antropologia (UFGD) e em Psicologia (UCDB); Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (Professor), Campo Grande, MS, Brasil;
E-mail: jeferson.taborda@ufms.br; ORCID: 0000-0003-1564-3212

Arissa Shioya

Psicóloga (UFMS), Especialista em Psicopatologia e Saúde Mental (UNESC); Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto (Residente), São José do Rio Preto, SP, Brasil;
E-mail: arishioya19@gmail.com; ORCID: 0000-0003-4122-4257

Lucas Matheus Bento Rocha

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (Graduando em Psicologia), Paranaíba, MS, Brasil;
E-mail: lucasmatheus.bento@gmail.com; ORCID: 0009-0003-6921-0014

Luisa Pereira Rocha

Psicóloga (UFMS); FaCiência (Pós-graduanda), Araçatuba, SP, Brasil;
E-mail: luisaprocha.psico@gmail.com; ORCID: 0000-0002-2322-9145

Maria Eduarda Dias de Paula

Psicóloga (UFMS); Instituto de Pós-Graduação e Graduação (Neuropsicóloga), Matelândia, PR, Brasil;
E-mail: maria.psico.ufms@gmail.com; ORCID: 0000-0001-5211-215X

Sarah dos Santos Henrique

Psicóloga (UFMS); Faculdade da Região Serrana (Pós-graduada), Santa Maria de Jetibá, ES, Brasil;
E-mail: maria.psico.ufms@gmail.com; ORCID: 0000-0001-5211-215X

Silvana Calixto dos Santos

Psicóloga (UFMS), Paranaíba, MS, Brasil;
E-mail: silvanacalixto1212@gmail.com; ORCID: 0000-0002-4562-1164

Contribuição dos autores: JCT contribuiu para revisão crítica do conteúdo intelectual. LPR contribuiu para escrita do projeto e revisão crítica do conteúdo intelectual. SSH, AS, MEDP, LMBR e SCS contribuíram para coleta e análise de dados. Todos se responsabilizam pelo conteúdo do artigo.

Conflito de interesses: Os autores declaram não possuir conflito de interesses.

Fontes de financiamento: Próprio.

Recebido em: 23/02/2024

Aprovado em: 18/01/2025

Editor responsável: Frederico Viana Machado

Resumo: Objetivo: Relatar a experiência de estágio supervisionado realizado durante a pandemia da COVID-19 por discentes do curso de Psicologia de uma universidade pública do interior do estado de Mato Grosso do Sul. O estágio, realizado remotamente no ano de 2021 durante a pandemia da COVID-19, teve como objetivo acolher as demandas psicossociais de profissionais atuantes na Rede de Educação Básica do Estado, abrangendo professor(es), coordenador(es), diretor(es) e técnico(as) administrativos.

Caminho metodológico: Os encontros foram realizados pela plataforma Google Meet devido às restrições sanitárias. Os estagiários foram divididos em três duplas, como estratégia para abranger o maior número de participantes. Cada dupla acolheu em média 20 participantes. **Resultados:** Os encontros promoveram um espaço seguro para a expressão de emoções, possibilitando que os participantes compartilhassem suas vivências, desafios e estratégias de enfrentamento. **Conclusão:** O estágio não apenas contribuiu para a formação dos discentes, mas também ofereceu um suporte psicológico essencial durante um período de incerteza e estresse, evidenciando a importância do acolhimento psicossocial no contexto educacional.

Palavras-chave: Apoio Psicossocial; Pandemia por COVID-19; Educação.

Abstract: Objective: To report on the experience of a supervised internship carried out during the COVID-19 pandemic by students from the Psychology course at a public university in the interior of the state of Mato Grosso do Sul. The internship, conducted remotely in 2021 during the COVID-19 pandemic, aimed to address the psychosocial demands of professionals working in the State's Basic Education Network, including teachers, coordinators, principals, and administrative technicians. **Methodological process:** The meetings were held via the Google Meet platform due to health restrictions. The trainees were divided into three pairs as a strategy to reach the largest number of participants. Each pair welcomed an average of 20 participants. **Results:** The meetings provided a safe space for emotional expression, allowing participants to share their experiences, challenges, and coping strategies. **Conclusion:** The internship not only contributed to the trainees' education but also offered essential psychological support during a period of uncertainty and stress, highlighting the importance of psychosocial support in the educational context.

Keywords: Psychosocial Support; COVID-19 pandemic; Education.

INTRODUÇÃO

O mês de dezembro de 2019 tornou-se um marco na história da humanidade, devido à identificação do primeiro caso de Coronavírus, uma doença causada pelo vírus SARS-CoV-2. Na segunda semana de março de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarava a pandemia da COVID-19¹. Com isso, o isolamento social passou a ser medida estritamente necessária para minimizar a contaminação causada pelo vírus responsável pela doença. Durante vários meses ainda não se sabia ao certo o modo de contaminação, posteriormente confirmado como sendo propagado pelas vias orais e nasais. Neste contexto de isolamento, medidas sanitárias foram desenvolvidas para uma nova maneira de viver em todos os âmbitos sociais.

Dentre essas medidas, podemos citar:

[...] o incentivo à higienização das mãos, à adoção de etiqueta respiratória e ao uso de máscaras faciais caseiras; e medidas progressivas de distanciamento social, com o fechamento de escolas e universidades, a proibição de eventos de massa e de aglomerações, a restrição de viagens e transportes públicos, a conscientização da população para que permaneça em casa, até a completa proibição da circulação nas ruas, exceto para a compra de alimentos e medicamentos ou a busca de assistência à saúde^{2:2424}.

Esta situação dramática resultou em milhares de mortos mundo afora. “O cenário desenhado pela pandemia de Covid-19 tem alcances inimagináveis e imprevisíveis”^{3:4}. No Brasil, foram registrados até agosto de 2023, 705.170 mortos pela Covid-19⁴.

Diferentes tipos de desastres afetam de modo em maior ou menor grau o estado emocional do ser humano. Uma enorme angústia foi vivenciada pelos brasileiros devido à falta de conhecimento aprofundado acerca da propagação e dos sintomas do vírus. Mesmo que veículos de comunicação confiáveis como publicações do Ministério da Saúde e da OMS tenham alertado à população acerca dos riscos e maneiras de prevenção, também acompanhamos o surgimento de inúmeras informações falsas sobre o fenômeno, as chamadas *fake news*⁵. Ainda de acordo com os autores, a

produção dessas informações de caráter pessimista e sensacionalista diminuiu a confiança da população acerca do que o vírus poderia ocasionar.

Levando em consideração o impacto da saúde mental na população brasileira devido ao contexto supracitado, os profissionais da educação formam uma categoria profissional muito afetada, visto que sofreram uma transformação radical no exercício de sua atividade. O isolamento social propiciou uma nova maneira de lecionar as aulas, na qual os docentes em curtíssimo prazo tiveram que adaptar os processos de ensino-aprendizagem da modalidade presencial para as plataformas virtuais, as chamadas Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs). A respeito disso, pesquisas apontam que:

“[...] os professores precisaram se adaptar rapidamente a um novo processo de ensino, para o qual a maioria não estava preparada, necessitando repensar suas práticas pedagógicas, aprender a manusear novos equipamentos, aplicativos, programas de computador, assim como ser responsável pela própria formação, já que não se trata de uma mera transposição da atividade da aula presencial para o ambiente virtual”^{6:11}.

No caso específico deste relato de experiência, tudo começou quando a Secretaria Municipal de Educação de Paranaíba (MS) entrou em contato com o curso de Psicologia da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), solicitando apoio e acolhimento psicológico para a comunidade escolar do município. Dentre as demandas estavam as dificuldades na continuidade de rotinas do processo ensino-aprendizagem e o acompanhamento das atividades dos alunos, além de outros efeitos danosos decorrentes da pandemia. Os professores do curso trataram de adaptar seus estágios para lidar com esta nova realidade.

METODOLOGIA

O presente trabalho é um relato de experiência sobre atividades de estágio realizadas no ano de 2021 ainda durante o período pandêmico. Entende-se por relato de experiência uma “expressão escrita de vivências, capaz de contribuir na produção de conhecimento das mais variadas temáticas”^{7:63}.

A intervenção contou com seis estagiários, divididos em três duplas, que realizaram atendimentos remotos através da plataforma digital *Google Meet*, mediados pelo Serviço-Escola de Psicologia do campus de Paranaíba

(CPAR/UFMS), atendendo a demanda levantada pela Secretaria Municipal de Educação do município a respeito da sobrecarga de trabalho e adoecimento psíquico dos profissionais de educação abrangendo professor(es), coordenador(es), diretor(es) e técnico(as) administrativos. As atividades tiveram os seguintes objetivos: acolher profissionais da comunidade escolar do município de Paranaíba durante o período pandêmico e oferecer apoio e acolhimento aos profissionais afetados pela urgência de reinventar novos modos e técnicas de trabalho de ensino e aprendizagem devido à pandemia. Também foi possível desenvolver atividades psicoeducativas e dinâmicas de grupo a fim de buscar possibilidades de enfrentamento do impacto negativo do isolamento social e, ainda, intervir e acolher os afetos com o propósito de desenvolver estratégias de prevenção e promoção da saúde.

A primeira estratégia foi a realização de um levantamento de pessoas interessadas em participar, a partir do envio de um formulário *online* à Rede Estadual de Educação e encaminhado à comunidade escolar. Dentre as pessoas respondentes constavam homens e mulheres de diversos cargos e funções, como professores, diretores e coordenadores.

Como proposta de atuação, os estagiários utilizaram o método das Oficinas de Intervenção Psicossocial⁸. Nesta modalidade de oficina realizam-se atividades grupais de caráter psicoeducativo que acolhem os afetos dos participantes através de técnicas, dinâmicas e rodas de conversa. As atividades incluíam desde técnicas lúdicas até discussão de materiais audiovisuais. As expressões afetivas foram majoritariamente captadas por meio de expressões verbais, com o compartilhamento de sentimentos, sensações e desejos manifestados pelos participantes e acolhidos pelos estagiários de psicologia. Os encontros não foram gravados, de forma que os estudantes realizaram anotações pontuais a fim de direcionar falas de acordo com as demandas apresentadas, mantendo o objetivo do encontro.

Como estratégia de abranger o maior número de participantes, os estagiários foram divididos em três duplas. Cada dupla acolheu em média 20 participantes. No primeiro encontro, todas as duplas foram orientadas a apresentar os objetivos da atividade e a importância do sigilo sobre os conteúdos abordados. Após estes esclarecimentos iniciais, os estagiários convidaram os participantes a propor os temas que gostariam de trabalhar

durante os encontros. É importante ressaltar que os diferentes grupos formados não tiveram o mesmo número de encontros, portanto o termo “proposta” será utilizado ao referir-se às atividades desenvolvidas em grupos diferentes.

Para a apresentação dos membros, as duplas de estagiários escolheram uma dinâmica “quebra-gelo”, a “Dinâmica da Teia”⁸, como estratégia para o grupo construir minimamente um vínculo inicial. Devido à necessidade do uso das tecnologias para a realização dos encontros, a dinâmica precisou ser reformulada, de forma que o uso do barbante como instrumento conector de perguntas e respostas foi substituído por uma sequência de perguntas feitas oralmente pelos estagiários e respondidas pelos participantes.

A segunda proposta teve como objetivo investigar as demandas dos grupos. As duplas de estudantes utilizaram-se de diferentes instrumentos mediadores, como músicas e dinâmicas capazes de propiciar momentos de reflexão, frente ao contexto de pandemia, sobre organização da rotina de trabalho, vivências, desafios e gostos pessoais. As principais dinâmicas escolhidas foram “Relógio do Cotidiano”⁸ e “Curtograma”⁹.

Redes sociais como *Twitter* e *Instagram* serviram de ferramenta para o desenvolvimento da terceira proposta. Foram utilizadas para encontrar imagens e frases que indicavam falas e comentários sobre a visão de usuários da internet em relação à função da escola e do trabalho do professor. Estagiários selecionaram o conteúdo encontrado nas redes anteriormente e compartilharam com os grupos a fim de promover uma discussão sobre reconhecimento e valorização do trabalho.

Uma avaliação de afazeres diários e administração do tempo foi proposta por uma das duplas em seu quarto encontro, utilizando como instrumento a dinâmica “Estrela de Cinco Pontas”^{8:164}: “os participantes desenham uma estrela de cinco pontas. A estrela contém, em seu centro, uma questão (ou pergunta, ou palavra) sobre a qual se desenvolverá uma reflexão”. A seguir, em cada uma das pontas podem ser colocadas questões que se pretende trabalhar. No nosso caso, o objetivo foi levar os participantes a uma reflexão sobre o que deu certo e errado, o que pode ser evitado e feito para reduzir erros e identificar melhorias. Os participantes utilizaram uma folha de papel,

na qual escreveram o que deveriam “começar a fazer; parar de fazer; continuar a fazer; fazer menos e fazer mais”.

A quinta proposta teve como objetivo geral trabalhar questões relacionadas à autoestima. Os estagiários elaboraram a proposta, solicitando que fossem ditas cinco (5) frases, e a cada frase os participantes deveriam rasgar um pedaço de papel, equivalente ao quanto a frase citada era importante. E depois, foram ditas outras cinco (5) frases, na qual os participantes deveriam “reconstruir” o papel, encontrando o valor da frase equivalente aos pedaços de papéis que antes haviam sido cortados.

Para o último encontro, preparou-se momentos de socialização de sentimentos, opiniões e pareceres sobre o projeto de estágio desenvolvido. Desta forma, os estagiários puderam receber um feedback sobre o trabalho.

RESULTADOS

Primeiro relato de experiência: “Tem aluno que já me perguntou ‘você só dá aula? Não trabalha?’”.

O primeiro relato apresenta a atividade da dupla de estagiários coordenada pelos acadêmicos A. S. e L. M. R. Os encontros ocorreram no período de maio a junho de 2021.

Para a apresentação dos membros foi realizada a “Dinâmica da Teia”⁸, reformulada com o propósito de ser realizada via *online*. Ela envolvia que os participantes se apresentassem, respondendo perguntas que os auxiliassem nas suas apresentações, tais como: “Seu nome? Quanto tempo de magistério? O que esperavam das oficinas?”, entre outras. Após a sua apresentação o participante escolhia outro indivíduo para que ele se apresentasse logo em seguida e assim por diante.

Num segundo momento, foi feita a “Dinâmica do Relógio do Cotidiano”⁸. Nessa dinâmica os coordenadores incentivaram os participantes a pensar e falar para o grupo a respeito de como estão organizadas suas rotinas em meio a pandemia. Todos os membros apresentaram, em suma, rotinas muito parecidas: muito tempo dedicado ao trabalho em frente do computador ou WhatsApp, seja para preparação de aula ou responder alunos/pais/responsáveis, sobrando pouco tempo para o lazer. Uma das

participantes relatou o quanto seus dedos doem de tantas horas que passa trabalhando.

No final, os coordenadores encaminharam um formulário com a pergunta “Quais temáticas seriam importantes de serem abordadas nos próximos encontros?” para que os membros respondessem e a demanda do grupo fosse definida.

No segundo encontro os coordenadores apresentaram e discutiram com o grupo a música “Paciência” do cantor Lenine. Os membros trouxeram trechos da música para elucidar seus pensamentos e sentimentos que estão vivenciando neste período pandêmico. O trecho da canção "O mundo vai girando cada vez mais veloz" foi amplamente destacado pelas participantes, fazendo referência ao sentimento de pressa e sufoco vivido pelas docentes.

Ao pedir para que os membros relacionassem a música com o momento atual, a frase: “Enquanto todo mundo espera a cura do mal” foi, de acordo com os participantes, uma representação direta para o sentimento de que todos esperam logo a cura do Covid-19 com a vacinação da população.

Após esse momento, os facilitadores deram sequência ao encontro aplicando uma Dinâmica nomeada “Quando me sinto”. Essa dinâmica teve como objetivo fazer com que o grupo falasse a respeito de suas emoções e sentimentos sobre a pandemia e quarentena. A falta de ética das pessoas foi o ponto mais discutido na raiva. Além disso, os membros relataram sobre o medo de perder alguém e/ou contrair a doença, como os seus maiores medos.

No terceiro encontro trabalhou-se com a dinâmica chamada foto-imagens⁸. A atividade consiste em apresentar frases comuns do cotidiano para serem debatidas. Uma das frases dizia: “Você só dá aula? Não trabalha?”. Uma das participantes disse que essa frase remetia a um sentimento de tristeza sem fim. Outra frase dizia: “O professor não quer voltar a trabalhar.” Os membros pontuaram que os relatos de que os professores não estavam trabalhando e não querendo voltar às salas de aulas são totalmente errados, uma vez que, nessa pandemia estavam trabalhando muito mais do que no período presencial.

Para o encerramento desse encontro, os coordenadores discutiram e trouxeram informações acerca da Síndrome de *Burnout*, pontuando a necessidade de conversar sobre os seus problemas e caso precisem, buscar ajuda profissional.

No quarto e último encontro, foram trabalhadas perguntas guias e dinâmicas de encerramento. As perguntas guias faziam com que os membros refletissem sobre alguns pontos positivos, sobre aspectos pessoais e profissionais.

Em seguida, será apresentado o segundo relato de experiência.

Segundo relato de experiência: “Desde as dinâmicas anteriores, tenho pensado mais sobre as coisas que venho fazendo.”

O segundo relato de estágio foi realizado no período de agosto a dezembro de 2021 conduzido pela acadêmica M. E. e outro estagiário.

O primeiro encontro foi realizado com cinco (5) participantes, em que a proposta do estágio foi apresentada, bem como as questões relacionadas ao sigilo e confiabilidade. Por fim, estagiários acolheram as queixas dos participantes. Os participantes relataram sobre a sobrecarga de trabalho vivenciada, a preocupação com os seus alunos, devido ao prejuízo de aprendizagem e a vontade manifestada por voltar às atividades presenciais, mesmo com as preocupações decorrentes do vírus.

Como descrito por um dos professores sobre suas atividades na pandemia, “eu passava o dia dando aula, preenchendo relatórios, atendendo pais e ainda precisava cuidar das tarefas da casa e família, é claro que tive certo receio com a volta às aulas presenciais, mas as coisas não estavam boas de forma remota”. Se o burocrático atrapalhava os professores com sobrecarga, a baixa devolutiva por parte dos alunos os desmotivou, bem como a ausência de muitos pais na vida escolar dos alunos dificultava a realização dessas atividades. Dizem com pesar, que perdiam horas planejando uma aula para apenas dois ou três alunos assistirem em turmas com mais de 20 alunos.

No segundo encontro foi utilizada a dinâmica chamada Curtograma⁹ com tópicos divididos em quadrantes, referentes às afirmativas “gosto e faço; gosto e não faço; não gosto e faço e não gosto e não faço”. Tratava-se de solicitar o seu preenchimento visando socializar os gostos e as opiniões pessoais entre os participantes.

Uma das participantes citou “Ah, na opção não gosto e faço eu coloquei passar roupa, meu Deus, como odeio esse afazer doméstico, porém, tenho que fazer”. Outra participante emitiu o seguinte comentário: “Na parte do gosto e não faço, eu coloquei exercício físico, eu gosto muito, porém, não tenho tempo para fazer sequer uma caminhada”. Os participantes apresentam-se imersos em seus trabalhos que por vezes tem pouco tempo para realizar atividades de lazer, ou para ficar com suas famílias.

No terceiro encontro foi realizada a dinâmica “Estrela de Cinco Pontas”⁸. Com ela, os participantes preencheram em uma folha de papel o que precisavam e gostariam de começar a fazer, parar de fazer, continuar a fazer, fazer menos e fazer mais.

Uma das participantes citou “tenho realizado dois empregos e cuidado da casa, preciso deixar de fazer algo”. Observamos que eles reconheceram a sobrecarga de trabalho, visto que alguns deles descreveram o desejo de passar mais tempo com suas famílias, embora essa dificuldade esteja presente desde o início da pandemia. Afirmaram, portanto, que aos poucos, estão se estabilizando com a retomada das atividades presenciais.

Durante o quarto encontro foi realizado o fechamento das atividades orientadas, a reflexão sobre seu cotidiano e prioridades de tempo. Esse encontro foi divertido para os professores, que foram muito comunicativos e puderam se expressar através do objetivo da dinâmica de fazer com que eles se imaginassem no futuro, especificamente daqui a 10 anos, em 2031. Foram orientados a imaginar desde como estaria seu corte de cabelo, até o quintal de sua casa, e então a imaginação fluiu. Nessa dinâmica houve um ótimo debate sobre como vivemos e como nossas prioridades se associam às nossas atividades diárias.

Um dos participantes apresentou uma fala que foi apoiada pelos demais, em que dizia: “Desde as dinâmicas anteriores, tenho pensado mais sobre as coisas que venho fazendo, acredito que, estou um pouquinho mais perto de atingir a pessoa que me vejo em 10 anos, pois venho cuidando um pouco mais do que faço”.

No quinto encontro foi realizada uma dinâmica voltada para autoestima, da qual os estagiários construíram a proposta. Pedia-se que fossem ditas cinco (5) frases, e a cada frase os participantes deveriam rasgar um pedaço de papel, equivalente ao quanto a frase citada era importante. E depois, foram ditas outras cinco (5) frases, na qual os participantes deveriam “reconstruir” o papel, encontrando o valor da frase equivalente aos pedaços de papéis que antes haviam sido cortados. Alguns participantes compreenderam a dinâmica sob a perspectiva da saúde do corpo. Já outros, interpretam como uma frase referente a estética. Entretanto, em uma dinâmica em que as frases deveriam ser avaliadas por seu impacto nos participantes, ficou as questões relacionadas à estética, não tiveram grande impacto se comparadas às emoções deles referentes à carreira profissional ou aos seus familiares.

O sexto encontro foi realizado como fechamento das atividades, momento para receber o feedback dos participantes e apresentar um resumo dos encontros. Num primeiro momento foi solicitado que compartilhassem seus sonhos. A grande maioria citou uma melhor qualidade para os familiares. Em seguida, foi solicitada a “entrega” de um presente uns aos outros na forma de elogio apresentando os pontos positivos dos colegas durante os encontros. Eles ficaram felizes com o momento, no qual puderam conhecer uns aos outros e compartilhar um pouco de sua vida e a interação entre eles.

Vale destacar o comentário de uma das participantes: “Amei a dupla, são atenciosos, sociáveis, carinhosos, participativos, simpáticos, lindos, inteligentes, comprometidos, atentos, participativos, competentes, enfim, excelentes profissionais”.

Terceiro relato de experiência: “Eu saio desses encontros mais leve, consigo expor o que eu sinto e vocês me ajudam a entender cada vez mais esses sentimentos.”

O terceiro estágio foi realizado pela dupla S. H. e S. C. A atividade foi realizada em outra escola municipal de Paranaíba (MS) entre maio e junho de 2021.

No primeiro encontro, percebeu-se que os participantes estavam tímidos, contudo, a utilização de dinâmicas contribuiu para que os participantes se sentissem mais tranquilos em relação a abrir suas câmeras e microfones, assim como sentiram-se à vontade em contar sobre seu humor e pensamentos durante a pandemia.

Surgiram falas acerca da sobrecarga de atividades laborais, na qual a que mais chamou a atenção das acadêmicas em relação ao tema foi: “Neste momento estou sentindo que sou uma grande máquina quebrada, sou obrigada a fazer mil coisas e mesmo assim não é o suficiente”, outra fala em relação à sobrecarga foi: “estou tão atarefada que mal consigo comer, não consigo cuidar nem das tarefas domésticas ultimamente”, tais falas contribuíram na coleta de demandas que precisavam ser trabalhadas no grupo.

No segundo encontro participaram 6 professores, 4 mulheres e 2 homens. Contudo, ao dar início a dinâmica “Relógio do Cotidiano”⁸, 5 participantes deixaram a sala e restou somente 1 participante. A professora iniciou então sua fala acerca da dinâmica, ressaltou sua condição utilizando a seguinte fala: “não tenho muito tempo disponível no meu dia por conta das atividades da escola, mas eu sempre procuro deixar uma hora para caminhar com meu filho”, a mesma ainda ressaltou que devemos deixar um tempo para fazer algo que gostamos, “nosso corpo tem limites que devemos respeitar para não ficarmos doentes, sempre temos que planejar uma atividade que gostamos para relaxar a cabeça”.

No terceiro encontro compareceram 5 professores, sendo 3 mulheres e 2 homens. Neste encontro as acadêmicas perceberam maior interação por parte dos professores que compartilharam experiência acerca de seus sentimentos. Um dos participantes compartilhou uma parte de sua vida que ele mesmo caracterizou como “delicada”: “eu tenho crises constantes de

ansiedade e uma vez não consegui controlar minhas pernas, fiquei muito frustrado com isso, não queria admitir que essa situação estava acontecendo comigo, eu estava na escola dando aula quando isso aconteceu e eu acabei batendo na mesa com força e gritando com uma das minhas alunas”. Ao terminar seu relato, uma de suas colegas afirmou sentir a mesma coisa por conta da constante pressão em produzir.

No quarto e último encontro compareceram 5 professores, 3 mulheres e 2 homens. Neste encontro os professores relataram motivos de gratidão, uma das professoras relatou “eu estou muito feliz e grata no momento, porque descobri que meu pai não está com Covid-19”, todos nesta hora demonstraram felicidade acerca do motivo de gratidão de sua colega de trabalho.

Outro professor trouxe que “eu sou grato por que estou vendo meus alunos progredirem na vida e conquistar seu espaço no mundo e eu pude ter a honra de participar da vida deles”, todos relataram seus motivos de gratidão e ao final os professores demonstraram satisfação em relação às oficinas, pois elas lhes proporcionaram um lugar seguro que pudessem falar e ser ouvidos.

Uma das participantes disse a seguinte fala em relação às oficinas: "eu saio desses encontros mais leve, consigo expor o que eu sinto e vocês me ajudam a entender cada vez mais esses sentimentos”, outra afirmou “esses encontros trouxeram a tranquilidade que eu precisava”. As acadêmicas perceberam que ao chegar próximo do horário de encerrar o encontro os professores começaram maior interação e uma das professoras verbalizou “eu não quero que acabe, vamos terminar com gostinho de quero mais”.

DISCUSSÃO

A prática docente sempre foi marcada por desafios que vão além das atividades pedagógicas, pois envolve uma série de questões estruturais, políticas e sociais que impactam diretamente o cotidiano do professor. A desvalorização profissional, as condições inadequadas de trabalho, a sobrecarga de tarefas e o adoecimento docente são aspectos frequentes apontados na literatura. Os professores têm enfrentado uma desvalorização significativa de sua profissão, agravada por ambientes de trabalho inadequados e uma falta de incentivo à atualização profissional. Além disso,

a escassez de materiais e equipamentos de apoio às aulas tem prejudicado o desenvolvimento de uma prática pedagógica de qualidade¹⁰.

Com a pandemia da COVID-19, esses desafios foram intensificados, e os professores tiveram que assumir novas responsabilidades que ultrapassaram o planejamento pedagógico tradicional. Os docentes passaram a se configurar como produtores de atividades, conteúdos e vídeos, o que exigiu o desenvolvimento de habilidades que extrapolavam sua função original⁶. A necessidade de dominar ferramentas tecnológicas, editar vídeos, criar postagens e lidar com as Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) tornou-se uma exigência. Esse acúmulo de funções, somado à pressão pela adaptação rápida ao ensino remoto, gerou um sentimento de impotência e angústia, especialmente para aqueles que não possuíam suporte adequado para enfrentar essa transição.

Além das exigências técnicas, os impactos emocionais e psicológicos desse novo cenário não podem ser ignorados. A saúde mental dos docentes foi profundamente abalada tanto pela vida cotidiana quanto pelas novas demandas impostas pelo trabalho¹¹. O isolamento social agravou o sentimento de solidão entre os professores, que, afastados de suas interações espontâneas no ambiente escolar, perderam uma dimensão importante de troca e aprendizagem coletiva. O apoio emocional, portanto, torna-se essencial nesse contexto para auxiliar os professores a superarem o sofrimento psicológico gerado pelas pressões da pandemia.

Esse cenário dialoga diretamente com o relato de experiência descrito no arquivo enviado, que apresenta o trabalho de apoio psicológico oferecido a professores e demais profissionais da educação de Paranaíba/MS durante a pandemia. As oficinas de intervenção psicossocial, realizadas remotamente pelos estagiários do curso de Psicologia, visavam justamente acolher as demandas emocionais desses profissionais, que se encontravam sobrecarregados e fragilizados devido ao contexto da pandemia. As dinâmicas utilizadas nas oficinas, como as discussões sobre rotinas de trabalho e a reflexão sobre sentimentos, ofereceram aos docentes um espaço seguro para expressar suas angústias e desafios, promovendo o suporte necessário para enfrentar as dificuldades do momento.

Portanto, o suporte psicossocial oferecido durante a pandemia desempenhou um papel fundamental na manutenção da saúde mental dos professores, que enfrentavam uma sobrecarga de funções e a fragilidade emocional decorrente do isolamento social e das novas demandas tecnológicas. Assim, o acolhimento oferecido pelas oficinas relatadas no arquivo reafirma a importância de estratégias de apoio emocional e a necessidade de políticas voltadas para o bem-estar dos profissionais da educação em tempos de crise, e ressalta a importância de adaptações metodológicas para garantir a efetividade das intervenções psicossociais em contextos remotos¹². Cabe ressaltar que o exercício do psicólogo está para além de “receitas prontas”¹³.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização do estágio no curso de Psicologia é um dos momentos mais importantes para a formação dos acadêmicos. No entanto, este grupo de estudantes precisou enfrentar a pandemia da Covid-19, um evento histórico que dizimou milhares de vidas em todo o mundo.

Surgiram diversas incertezas e questionamentos acerca da realização de Oficinas Grupais de intervenção psicossocial no modo *online*: como conduzir um grupo por atendimento remoto? Como não o tornar mais uma atividade que sobrecarregue os seus participantes? Como construir um espaço de acolhimento através de uma singela câmera? Foram vários os obstáculos, mas acreditamos que ainda assim conseguimos realizar um bom trabalho.

Os resultados obtidos neste relato de experiência revelam uma série de desafios enfrentados pelos profissionais da educação durante a pandemia da COVID-19, especialmente no que tange à sobrecarga de trabalho e ao impacto na saúde mental. Esses desafios foram agravados pela rápida transição para o ensino remoto e pela dificuldade em equilibrar a vida pessoal e profissional, como apontado nos relatos dos participantes.

A utilização de ferramentas tecnológicas, como a plataforma *online* do *Google Meet*, e as dinâmicas psicoeducativas mostraram-se fundamentais para proporcionar um espaço de acolhimento e reflexão aos professores, coordenadores e demais profissionais da educação. Observou-se que os encontros permitiram aos participantes compartilhar suas angústias e

estratégias de enfrentamento, reforçando a importância de espaços de escuta ativa e acolhimento emocional.

O impacto das dinâmicas propostas, como o "Relógio do Cotidiano"⁸ e o "Curtograma"⁹, foi positivo, promovendo reflexões sobre a organização da rotina e a gestão de tempo, aspectos fundamentais para o bem-estar dos profissionais durante o período de isolamento social. A discussão de temas como a Síndrome de *Burnout* também destacou a necessidade de intervenções voltadas para a saúde mental, sobretudo em contextos de alta demanda laboral.

Por outro lado, as dificuldades técnicas e emocionais relacionadas ao ambiente virtual também foram evidentes, como apontado pela tímida participação de alguns profissionais em determinados encontros. Isso reflete a complexidade de criar um ambiente acolhedor por meio de plataformas digitais.

De forma geral, os encontros conseguiram atingir seu objetivo principal: fornecer apoio emocional e psicológico aos profissionais da educação de Paranaíba/MS, permitindo-lhes expor suas emoções e construir estratégias de enfrentamento para lidar com o estresse e a sobrecarga de trabalho. O estágio supervisionado contribuiu não apenas para a formação dos estagiários de Psicologia, mas também para a promoção da saúde mental em um contexto de crise sem precedentes.

Essa experiência reforça a relevância de estratégias de apoio psicossocial em tempos de pandemia e destaca a importância de se desenvolver políticas educacionais e de saúde mental que contemplem o bem-estar dos profissionais da educação. O relato também sugere que o uso contínuo de ferramentas como oficinas de intervenção psicossocial pode ser uma estratégia eficaz para lidar com crises futuras, sejam elas sanitárias, econômicas ou sociais.

REFERÊNCIAS

1. Serviços e Informações do Brasil [Internet]. OMS classifica coronavírus como pandemia. 2020 [citado 5 dez. 2023]. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2020/03/oms-classifica-coronavirus-como-pandemia>

2. Aquino EM, Silveira IH, Pescarini JM, Aquino R, Souza-Filho JA, Rocha AD, et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. *Cienc Amp Saude Colet* [Internet]. 2020 [citado 5 dez. 2023];25(suppl 1):2423-46. doi:10.1590/1413-81232020256.1.10502020.
3. Quadros LC, Cunha CC, Uziel AP. Acolhimento psicológico e afeto em tempos de pandemia: práticas políticas de afirmação da vida. *Psicol Amp Soc* [Internet]. 2020 [citado 5 dez. 2023];32:e020016. doi:10.1590/1807-0310/2020v32240322.
4. Poder 360. Brasil tem 705.170 mortes por complicações da covid [Internet]. 2023 [citado 20 out. 2024]. Disponível em: <https://www.poder360.com.br/coronavirus/brasil-tem-705-170-mortes-por-complicacoes-da-covid/>
5. Vasconcelos SE, Dias PE, Bitencourt HK, de Carvalho JP, Quadros ED, Viviani MM, et al. Impactos de uma pandemia na saúde mental: analisando o efeito causado pelo COVID-19. *Rev Eletr Acervo Saude* [Internet]. 2020 [citado 5 dez. 2023];12(12):e5168. doi:10.25248/reas.e5168.2020.
6. Pereira EC, Ramos MF. A saúde dos professores no contexto da pandemia da covid-19: uma revisão integrativa da literatura. *Rev Cienc Amp Ideias* [Internet]. 2023 [citado 5 dez. 2023];e23142182. doi:10.22407/2176-1477/2023.v14.2182.
7. Afonso L. *Oficinas em dinâmica de grupo: um método de intervenção psicossocial*. Belo Horizonte: Edições do Campo Social; 2002. 151 p.
8. Mussi RF, Flores FF, Almeida CB. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Prax Educ* [Internet]. 2021 [citado 5 dez. 2023];17(48):1-18. doi:10.22481/praxisedu.v17i48.9010.
9. Andrade SG. *Teoria e prática de dinâmica de grupo: jogos e exercícios*. São Paulo: Casa do Psicólogo; 1999.
10. de Medeiros ELB, Aires M, Nogaró A. Prática pedagógica do professor e a pandemia da Covid-19: desafios, resignificação e aprendizado. *RCH* [Internet]. 2024 [citado 8 out. 2024];25(1):224-45. Disponível em: <https://revistas.fw.uri.br/revistadech/article/view/4639>
11. Dias AV, Sônego F. Educação em tempos de pandemia: como fica a saúde mental dos professores? [trabalho de conclusão de especialização]. Alegrete: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha; 2021. 23 p. Disponível em: <https://arandu.iffarroupilha.edu.br/handle/itemid/386>
12. Paparelli RB, Nogueira-Martins MC. Psicólogos em formação: vivências e demandas em plantão psicológico. *Psicologia* [Internet]. 2007 [citado 5 dez. 2023];27(1):64-79. doi:10.1590/s1414-98932007000100006.
13. Marasca AR, Yates DB, Schneider AMA, Feijó LP, Bandeira DR. Avaliação psicológica online: considerações a partir da pandemia do novo coronavírus (COVID-19) para a prática e o ensino no contexto a distância. *Est Psicol (Campinas)* [Internet]. 2020 [citado 10 out. 2024];37:e200085. doi:10.1590/1982-0275202037e200085.