**SECRETARIA DA SAÚDE REALIZA AÇÕES DE SAÚDE MENTAL EM ESCOLA**

A Secretaria Municipal da Saúde de Saltinho, através do psicólogo Alisson Maurício Monteiro, em parceria com a EEB Emília Boos Laus Schmidt, realizou atividades de orientação para estudantes e familiares sobre saúde mental, abordando questões emocionais, relações sociais e familiares, desenvolvimento do diálogo e da comunicação acerca de problemas recorrentes na realidade dos estudantes.

A atividade iniciou em 22 de maio de 2017, em diálogo com professores da escola acerca das dificuldades emocionais apresentadas pelos estudantes no contexto escolar, levantamento de informações e planejamento das ações a serem realizadas. Por parte dos professores, foi proposta atividade “Cartas”, na qual estudantes e familiares trocam cartas entre si, expressando seus sentimentos, favorecendo o diálogo familiar. O psicólogo deu suporte à atividade, realizando atividades de grupo em três momentos diferentes:

* Um anterior à escrita das cartas, no dia 31 de maio, discutindo com osestudantes acerca da saúde mental e comunicação, realizando levantamento acerca dos problemas emocionais mais relevantes e identificação do perfil da rede de suporte emocional dos estudantes; Cabe destacar que no levantamento de informações realizado, os problemas mais citados pelos estudantes foram irritabilidade, tristeza, necessidade de desabafar, baixa auto estima, bem como os problemas familiares. Na identificação da rede de suporte emocional, os vínculos de amizade predominaram como referência para 67% os estudantes, sendo a família a segunda referência mais citada.
* O segundo momento foi realizado com os familiares, no dia 12 de agosto, em que se realizou palestra sobre a família na contemporaneidade e a importância do diálogo na relação familiar, nessa data também foram entregues as cartas dos estudantes aos familiares presentes;
* O terceiro momento foi novamente com os estudantes, no dia 22 de agosto, data em que receberam as cartas escritas pelos familiares, tendo sido realizada palestra sobre projeto de vida, em parceria com o palestrante Vilson Cechetti.

Transversal à esses momentos realizados, o psicólogo realizou atendimentos individuais de acordo com a necessidade apresentada por estudantes e familiares, com o objetivo de acolher as demandas por suporte psicológico.

Como avaliação das ações realizadas, considera-se importante a abertura de espaços para discussão e acolhimento das questões de saúde mental, tanto para estudantes quanto para os familiares, a fim de ampliar a compreensão acerca da saúde e suas implicações no cotidiano. Percebe-se que as atividades realizadas favoreceram o fortalecimento dos vínculos familiares, assim como possibilitaram reflexão acerca do papel de cada um no suporte emocional das pessoas com quem convive, seja na família ou na escola.

# Quem pediu ajuda, pediu por que:

- Por dúvidas quanto a como proceder diante de problemas/situações.

- Problemas emocionais: irritabilidade, tristeza, necessidade de desabafar, baixa auto estima

- Perda de amigo/familiar; luto.

- Para aprender algo / Dificuldades em conteúdos da escola.

- Problemas familiares.: desentendimentos, brigas,

- Problemas/ dificuldades no trabalho:

- Situação de violência sofrida/ Bullying

- Problemas de saúde

- Situação de perigo: afogamento

- Recebeu sem pedir 03

# Não recebeu: 03

# Quem ajudou?

- Amigo/a ; colegas

- Mãe

- pai

- Pais

- Família

- Companheiro/a:

- Filho/a

- Amigo virtual

- Irmão

- Tio/a

- Primo/a

- Professor/a

- Psicólogo/a

- Chefe

# Se não pediu ajuda, por quê?

- Por timidez, vergonha;

- achar que ninguém poderia ajudar;

- achar que estava errado e ninguém compreenderia seus motivos;

- Por saber enfrentar sozinho/ Preferir agir sozinho.

- Por buscar auxílio na religião/ Deus.

- Dificuldades em confiar nas pessoas

- Por ser fechado, guardar para si e não gostar de demonstrar o que sente, dificuldades em se expressar.

# Se já ajudou alguém, como?

- Diálogo, Aconselhando; ouvindo o outro; Compreendendo e não julgando.

- Acolhendo o choro, desabafo: abraço

- Dando carinho

- Emprestando coisas; compartilhando;

- Prestando serviços voluntariamente

- Ensinando algo

- Doando roupas;

- Buscando alegrá-la.

- Orientando.

- Silêncio

- Auxílio em questão de saúde, Primeiros socorros;

- Respeitando

- Se colocando à disposição