

**PLANTÃO  
PSICOLÓGICO: O  
papel da promoção da  
saúde mental e o  
suporte emocional na  
adolescência**

**V CONGRE**

**V CONGRESSO  
MULTIPROFISSIONAL  
DA SAÚDE**

**PSYCHOLOGICAL  
ON-CALL SERVICE:  
The role of promoting  
mental health and  
emotional support in  
adolescence.**

**Alexandre dos Reis**

**Mendes<sup>1</sup>, Antônio José Figueiredo Oliveira<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Unis, Varginha, Minas Gerais, [alexandre.mendes1@alunos.unis.edu.br](mailto:alexandre.mendes1@alunos.unis.edu.br) <sup>2</sup>Unis, Varginha, Minas Gerais, [antonio.jose@professor.unis.edu.br](mailto:antonio.jose@professor.unis.edu.br)

## **RESUMO**

Esta pesquisa tem por objetivo investigar o papel do plantão psicológico enquanto promoção da saúde mental e no acolhimento das demandas emocionais de adolescentes no âmbito escolar. Caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa, que se fundamenta em autores clássicos e contemporâneos da Psicologia, como Rogers, Maslow, May, Papalia, Axline, Lane, Bock, Yamamoto, entre outros, além de estudos e legislações recentes. Dentro da fundamentação teórica, se discute o desenvolvimento psicossocial na adolescência, os impactos agravantes da pandemia da Covid-19, a ludoterapia, a abordagem Existencial-Humanista e a prática do plantão psicológico em escolas públicas. Dentre os resultados da análise, indicam o plantão psicológico não atuando apenas em situações emergenciais, como também na prevenção de sintomas, identificação de risco, promoção e autoconhecimento, contribuindo para as mudanças institucionais. Conclui-se, portanto, que o plantão psicológico se considera uma prática relevante para atuar na promoção da saúde mental no ambiente escolar, mas combate limitações relacionadas à falta de profissionais e de políticas públicas institucionalizadas.

**Palavras-chave: Adolescência. Plantão psicológico. Psicologia escolar. Saúde mental.**

## **1 INTRODUÇÃO**

Compreende-se que a adolescência é um dos períodos mais intensos do desenvolvimento humano, é uma etapa de intensas transformações físicas, cognitivas, emocionais e sociais, marcadas por descobertas e desafios que muitas das vezes podem comprometer o bem-estar e a saúde mental dos adolescentes. Os conflitos familiares, pressão social, bullying e uso de substâncias psicoativas e os impactos agravantes da pandemia da COVID-19 acarretam e favorecem o surgimento de transtornos de ansiedade e depressão (Nunes, 2022; OPAS, 2016).

Sob esta perspectiva, a escola é vista como um espaço estratégico aliada à saúde mental, considerando que se concentra em uma parte significativa da vida social e informativa da vida dos adolescentes. Entretanto, as instituições de ensino encontram dificuldades em lidar com as demandas emocionais complexas, eventualmente pela falta de profissionais especializados e ausências de políticas públicas efetivas e voltadas para o cuidado psicológico dos estudantes na educação básica.

O plantão psicológico, neste cenário, surge como uma modalidade de atendimento breve e pontual com o objetivo de oferecer escuta qualificada, acolhimento imediato e, conforme a necessidade, o encaminhamento para um atendimento especializado. Levando em consideração os princípios da Psicologia Humanista e interligando com a Psicologia Escolar Crítica, o plantão psicológico contribui para o fortalecimento do ambiente escolar no cenário de acolhimento e promoção à saúde mental.

A importância deste estudo se faz presente na discussão da competência dessa prática no contexto escolar, levando em consideração que os adolescentes estão

expostos a situações de sofrimento psíquico muitas vezes negligenciadas.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2023), a saúde mental é um estado de bem-estar em que o indivíduo reconhece suas próprias habilidades, lida com o estresse da vida, trabalha produtivamente e contribui com sua comunidade. Na perspectiva dos adolescentes, essa definição ganha contornos próprios, pois envolve também o sentimento de pertencimento, identidade e aceitação social (Silva & Sousa, 2022).

A saúde mental não se restringe à simples ausência de psicopatologias, mas sim à afirmação de um estado funcional. De acordo com a OMS (2023), ela envolve a consolidação de condições emocionais, sociais e cognitivas que dão ao adolescente o suporte para enfrentar os desafios cotidianos de maneira saudável. Assim, a saúde mental é evidenciada pela capacidade de sustentar um funcionamento psicológico equilibrado, mesmo em momentos de conflito emocional ou proximidade com um quadro patológico.

Diante do exposto, este trabalho se orienta pela seguinte pergunta: Qual é o papel do plantão psicológico na promoção da saúde mental e no acolhimento das demandas emocionais de adolescentes no contexto escolar? Como hipótese fundamenta-se a premissa de que o plantão psicológico, implementado nas escolas, destaca-se como recurso essencial para o acolhimento imediato das demandas emocionais dos adolescentes, contribuindo para a identificação precoce de problemas psicológicos e garantindo o fortalecimento do bem-estar e da saúde mental destes estudantes.

Portanto, este estudo tem como objetivo geral destacar a importância do plantão psicológico e na promoção da saúde mental de adolescentes no contexto escolar. E com objetivos específicos, destaca-se: reconhecer os principais fatores que influenciam a saúde mental na adolescência, examinar as contribuições da abordagem Existencial-Humanista para a prática do plantão psicológico, explorar os desafios e possibilidades da atuação do psicólogo escolar no plantão psicológico e analisar o papel da escola como espaço de acolhimento e promoção à saúde mental.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Fatores que influenciam a saúde mental na adolescência**

Diante das fases do desenvolvimento, a adolescência é, sem dúvidas, o período em que mais se intensificam as vulnerabilidades emocionais e sociais, deixando os jovens mais propícios a adquirirem os transtornos psíquicos. De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde (2016) metade dos transtornos mentais tem início antes dos 14 anos, porém muitos deles não recebem diagnósticos ou tratamento de forma adequada, o que causa o agravamento do quadro e o risco de aumento da exclusão social. O suicídio é apontado como a terceira principal causa de morte entre adolescentes, desta maneira, reforça a urgência de estratégias de prevenção e acolhimento.

Nunes (2022) ressalta que pressões sociais, bullying, consumo de substâncias psicoativas, o uso excessivo de redes sociais e os conflitos familiares estão entre os elementos que mais incidem em comprometer a saúde mental dos adolescentes. De certa forma, estes fatores elevam os índices de ansiedade e depressão, e também impactam diretamente a autoestima e o rendimento escolar.

Ademais, pesquisas recentes demonstram que o uso intensificado das tecnologias e das redes sociais tem sido um fator cada vez mais presente na aflição acometidos pelos jovens. A exposição a comparações sociais, como os padrões de beleza inalcançáveis e a pressão por aceitação tanto no ambiente virtual quanto no ambiente real, aumentam consideravelmente os sentimentos de inadequação e solidão (Nunes, 2022).

Mediante esta vertente, o plantão psicológico é uma estratégia bastante viável, pois possibilita a identificação precoce desses fatores de risco supracitados e promove espaços de maior reflexão coletiva. Como ressalta Gomes (2012), em momentos de crise, a escuta imediata pode impedir o agravamento dos transtornos.

### **2.2 Prevalência de transtornos mentais na adolescência**

Pesquisas de âmbito global apontam que o crescimento significativo da prevalência de transtornos mentais entre adolescentes tem refletido a uma realidade preocupante para a saúde pública e para a educação, por consequência. Parafraseando Nunes (2022), os transtornos mais recorrentes nessa faixa etária são de ansiedade e depressão, seguidos por transtornos alimentares, transtornos de déficit de atenção, hiperatividade (TDAH) e dificuldades de aprendizagem, como dislexia e discalculia.

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2016), os transtornos representam 16% da carga global de doenças em adolescentes de 10 a 19 anos. Desta forma, fica evidente a gravidade do problema e traz o alerta para a necessidade de estratégias preventivas e de intervenção precoce, especialmente na escola, onde é o espaço de maior convivência deste público.

As crises emocionais que não são acolhidas na adolescência podem evoluir, na

maioria dos casos, para quadros crônicos na vida adulta, comprometendo a autonomia, a inserção social e a qualidade de vida (Gomes, 2012). Diante deste fato, ressalta a importância de atitudes em prol do plantão psicológico, no qual quando implementado, acolhe as crises nos momentos em que ela surge de forma rápida e imediata.

A identificação precoce e o acolhimento imediato são estratégias eficazes que reduzem a prevalência do agravamento desses transtornos mentais. Diante das menções, a escola, por meio da intervenção de psicólogos em serviços como o plantão psicológico, garante um espaço privilegiado contendo a escuta e o encaminhamento especializado (quando necessário), a fim de minimizar os impactos negativos que esses transtornos impactam no desenvolvimento acadêmico, emocional e social dos adolescentes.

### **2.3 Problemas psicológicos no ensino fundamental II**

Compreende-se que o Ensino Fundamental II se configura como uma etapa de grandes transformações para os estudantes, pois é um período de grandes transições para os alunos. Além das mudanças físicas e hormonais, nessa fase, como mencionado, os jovens enfrentam novas exigências acadêmicas, sociais e familiares, impactando diretamente o estado emocional.

Dentro desta amplitude, Nunes (2022) complementa que a pressão escolar, juntamente com a cobrança por desempenhos, atua como um fator de risco, causando sentimentos de incapacidade e fracasso entre os adolescentes. A ausência de suporte emocional adequado, muitas das vezes, aumentam as chances de evasão, baixo rendimento e a diminuição da motivação. Em contextos de vulnerabilidade social, nos quais há a escassez de recursos e a ausência de práticas de atenção plena e compreensiva se tornam um empecilho para a construção de um ambiente escolar significativamente acolhedor e sensível às necessidades emocionais dos estudantes.

Baseando-se nas relações de violência, exclusão ou falta de acolhimento, o espaço onde os adolescentes estão inseridos proporciona o agravamento do mal estar desses indivíduos. Em outro contexto, quando existe a prática de suporte e escuta, a escola passa a ter o papel protetivo e transformador. Neste âmbito, a intervenção psicológica se torna uma estratégia eficaz para lidar com as demandas emergentes, promovendo ao estudante um espaço seguro onde ele possa expressar suas angústias de forma garantida.

Em relação às falhas e fragilidades estruturais do sistema educacional, na família e na sociedade, Lane (1989) ressalta que o sofrimento psicológico não deve ser entendido apenas como um fenômeno existencial, mas situa-se nas contradições sociais e de caráter institucional em que o sujeito está inserido. Esta é uma crítica que possibilita compreender os problemas vivenciados pelos adolescentes no Ensino Fundamental II, entretanto é importante frisar a importância do reconhecimento e da intervenção nos problemas psicológicos emergentes nessa etapa escolar que garante não só o sucesso acadêmico, mas também uma boa saúde mental.

### **2.4 Desenvolvimento psicossocial na adolescência**

De acordo com Erik Erikson (1976) a adolescência é uma etapa relacionada com o estágio de identidade versus confusão de papéis, na qual o jovem busca validação em torno da pergunta: “Quem sou eu?”. Este processo de construção de identidade é considerado a principal tarefa psicossocial da adolescência e influencia diretamente a autoestima, a autonomia e os projetos da vida.

Papalia e Feldman (2013, p. 418) identificaram em seus estudos que:

Marcia (1979, apud Papalia & Feldman) distinguiu quatro estados de identidade: a realização da identidade, a exclusão, a moratória e a difusão da identidade. As quatro categorias diferem de acordo com a presença ou ausência de crise [período de tomada de decisão consciente relacionada à formação da identidade] e de compromisso [investimento pessoal em uma ocupação ou sistema de crença].

Essa discussão leva a entender que a difusão da identidade é caracterizada pela ausência de compromissos claros; a moratória, em que o adolescente experimenta diferentes papéis e valores sem defini-los de forma definitiva; a exclusão quando há aceitação de papéis impostos por terceiros e a realização da identidade, onde o jovem atinge maior clareza e coerência de si mesmo.

Além do mencionado, cabe destacar que os fatores como gênero, etnia, religião, classe social e contexto cultural exercem grandes influências nestes processos. Os adolescentes pertencentes aos grupos minoritários, por sua vez, enfrentam maiores dificuldades na consolidação da identidade, devido às pressões externas, ao preconceito e à exclusão (Papalia; Feldman, 2013). Diante desses fatores, a escola é uma aliada na promoção do suporte necessário para minimizar os efeitos dessas desigualdades.

Bock (2007) e Lane (1989), relacionados à Psicologia Crítica, agregam que o desenvolvimento psicossocial não pode ser compreendido de forma isolada ou como

uma tarefa individual. Segundo eles, a identidade do sujeito é construída mediante as relações sociais, no contato cultural e nas condições em que vivem. Assim sendo, adolescentes inseridos em ambientes hostis, marginalizados, em favor da pobreza, da violência e da exclusão social, de certa forma, enfrentarão desafios significativamente maiores em sua trajetória identitária.

Essas contribuições comprovam que suporte psicológico oferece o espaço de escuta qualificada a favor do diálogo, autoconhecimento e a reflexão das próprias escolhas. O plantão contribui para diminuir os aspectos negativos relacionados a estes ambientes hostis, dando voz e importância para esses adolescentes, contribuindo para o fortalecimento da identidade. Além disso, ao relacionar a perspectiva Humanista com a Psicologia Crítica, favorece a expansão do campo de atuação indo além do sofrimento individual e reconhecendo os impactos das condições sociais e institucionais no desenvolvimento socioemocional dos adolescentes.

## **2.5 A ludoterapia como alternativa no pós-covid**

A pandemia da Covid-19 trouxe impactos significativos à saúde mental de crianças e adolescentes, agravando os impactos dos sentimentos de medo, insegurança, luto, isolamento social e dificuldades de adaptação ao ensino remoto. Estudos demonstram que durante este período os índices de ansiedade, depressão, irritabilidade e dificuldades de socialização aumentaram drasticamente, tornando evidente a necessidade urgente de estratégias terapêuticas voltadas ao acolhimento dessas demandas emergenciais, principalmente ao retorno às aulas presenciais (Vale, 2022 apud Oliveira et al.).

Diante deste cenário, a ludoterapia entra em vigor como uma alternativa eficaz, pois o brincar como recurso terapêutico pode favorecer a expressão de sentimentos e conflitos internos. De acordo com Axline (1972), pioneira e importante pesquisadora na área da ludoterapia humanista, o brincar estabelece a linguagem natural da criança e do adolescente, garantindo que ela comunique, por meio de símbolos e metáforas, aquilo que não consegue expressar verbalmente. Ao oferecer este recurso, o terapeuta possibilita condições para que este público elabore suas experiências emocionais, tornando-o capaz de desenvolver recursos de enfrentamento.

Muitas crianças e adolescentes enfrentam dificuldades de reinserção social e adaptação à rotina escolar. Oliveira et al. (2022) reforça que a ludoterapia tem mostrado resultados eficazes no alívio da ansiedade, na reconstrução de vínculos sociais e na readaptação escolar, oferecendo aos estudantes o retorno gradual nos processos de aprendizagem, em um ambiente seguro e acolhedor. Ademais, a ludoterapia contribui fortemente para a intensificação da autoestima e para a redução de sintomas internalizantes (como tristeza e retraimento) e externalizantes (como agressividade e irritabilidade).

Na interpretação da psicologia escolar, enquanto o plantão oferece a escuta imediata, a ludoterapia possibilita a elaboração de reconhecimento de emoções por meio de brincar, possibilitando o equilíbrio e a readaptação social. Dessa forma, ambos se complementam.

A ludoterapia atua também como uma estratégia preventiva, ao possibilitar que a criança respeite e entenda as perdas e mudanças decorrentes da pandemia, antes que estas se estendam para um quadro clínico agravante. Valle (2022, apud Oliveira et al, 2023) ressalta que a ludoterapia deve ser entendida muito além da intervenção clínica, mas também como forma de promoção de saúde mental no espaço escolar, sobretudo permitindo que os alunos desenvolvam resiliência e habilidades socioemocionais.

Desta forma, no cenário pós-covid, a ludoterapia veio para agregar o trabalho positivo já realizado pelo plantão psicológico.

## **2.6 Terapia Existencial-Humanista na mediação de conflitos**

A abordagem Existencial-Humanista tem uma contribuição importante na psicologia contemporânea ao propor um entendimento por parte do ser humano em sua totalidade, considerando suas experiências subjetivas, sua liberdade de escolha e sua busca por sentido. Diferenciando das perspectivas reducionistas que focam apenas nos sintomas, essa abordagem entende o sofrimento como parte da existência humana, criando o vínculo de modo que cada sujeito se relaciona consigo mesmo com os outros e com o mundo (Barbosa, et al., 2024).

Carl Rogers (1971), um dos principais representantes do humanismo, ressalta que a mudança terapêutica acontece em clima de aceitação incondicional positiva, empatia e congruência. O terapeuta mantendo essa postura, possibilita que o cliente se sinta valorizado e capaz de desenvolver o seu potencial. Este processo Rogers denominou de tendência atualizante. Na perspectiva da adolescência, essa cultura livre de julgamentos é fundamental, uma vez que os jovens vivenciam crises identitárias e emocionais, quando acolhidas, beneficia o crescimento e a autonomia.

Rollo May (1983), no que lhe cabe, realça que a ansiedade existencial é inerente,

principalmente em transição na fase da adolescência, pois é nessa incidência que surgem os questionamentos de identidade, futuro e escolhas. Segundo o autor, o objetivo da terapia não é eliminar a ansiedade, mas possibilitar ao cliente a possibilidade de enfrentar de maneira construtiva, transformando-a em oportunidades de criatividade e fortalecimento humano.

Ademais, Abraham Maslow (1970), colabora para esse referencial ao propor a hierarquia das necessidades indo além das (básicas, fisiológicas e de segurança), até a autorrealização. À medida que as necessidades fundamentais como o pertencimento à autoestima não são atendidas, o sujeito tende a apresentar desafios internos e relacionais. O apoio psicológico baseado no humanismo pode, entretanto, cooperar como recurso que garante o acolhimento das necessidades supracitadas.

No campo Existencial-Humanista, o entendimento de homeostase refere-se ao equilíbrio interno e ao ajustamento saudável diante das adversidades. Fundamentado neste campo, beneficia o equilíbrio emocional ao favorecer o suporte imediato, garantindo o alívio de tensões e amparando os recursos internos enfrentados. Barbosa et al. (2024) aponta que alcançar a homeostase não significa ausência de sofrimento, mas sim a capacidade de lidar com as vulnerabilidades e desenvolver recursos de enfrentamento. No ambiente escolar, isso demonstra a possibilidade de o adolescente encontrar o apoio necessário para lidar com as suas emoções, reorganizando-as para fortalecer sua identidade e reintegrar seu bem-estar diante das crises do cotidiano.

Na prática existencial, o plantão psicológico se constitui como um espaço de presença autêntica e encontro humano. O psicólogo, ao se colocar de forma genuína, favorece que o adolescente reconheça e atribua sentido às suas vivências, sem julgamentos. Essa postura dialógica e empática aproxima-se dos princípios de Rogers (1971) e May (1983), promovendo o crescimento e a consciência de si no aqui e agora da experiência.

No estudo de Meira & Castro (2023), constatou-se que o atendimento em formato de plantão psicológico, em escolas públicas, sob o viés da psicologia fenomenológico-existencial, possibilita que adolescentes atualizem suas vivências de crise a partir de uma escuta centrada no aqui-agora, favorecendo o reconhecimento de possibilidades de ser-possível. Este achado fortalece a articulação entre a prática do plantão e a abordagem existencial-humanista.

Perches (2009) investigou como o atendimento de plantão psicológico, a partir da Abordagem Centrada na Pessoa, mobiliza atitudes de empatia, congruência e aceitação incondicional, essenciais à promoção de uma mudança psicológica significativa.

Reforçando esse ponto, Schmidt (2004) enfatiza que o plantão psicológico, enquanto prática fundamentada em uma escuta acolhedora e imediata, traduz os princípios da abordagem humanista e existencial para o campo aplicado. A autora destaca que essa modalidade favorece a democratização do acesso ao cuidado psicológico e promove a experiência do encontro autêntico entre terapeuta e cliente, o que possibilita ao sujeito ressignificar sua vivência e ampliar a consciência de si. Nesse sentido, a prática do plantão psicológico se alinha à concepção de cuidado centrado na pessoa, tal como defendido pela Psicologia Humanista, e reafirma o valor do diálogo como instrumento de promoção da saúde mental no contexto educativo.

## **2.7 Plantão psicológico em escolas da rede pública**

O plantão psicológico nas escolas da rede pública constitui-se como uma variante de atendimento breve, fundamentado no modelo de clínica ampliada, onde o psicólogo se disponibiliza em acolher as demandas imediatas e emergenciais que emergem dentro do ambiente escolar. A proposta é marcada pelo “aqui e agora”, na escuta qualificada e na possibilidade de intervenção em apenas um encontro, embora possa se estender em alguns casos (Mahfoud, 1999).

Em Minas Gerais, experimentos têm demonstrado a relevância dessa prática. Nos estudos de Queiróz e Castro (2024), em um relato de experiência realizado em uma escola da rede pública estadual do norte do estado, destacam que o plantão psicológico concedeu o acolhimento de adolescentes de 11 a 17 anos em situações de fragilidade social. Os atendimentos foram marcados por demandas relacionadas à ansiedade, crises de pânico, automutilação e dificuldades de adaptação às mudanças da adolescência. Questões ligadas à sexualidade, gravidez precoce e conflitos familiares surgiram também como temas que atravessam a construção da identidade dos adolescentes.

Como afirmam os autores, a presença dos plantonistas não apenas ofereceram um espaço de escuta individualizada, como também funcionou como uma forma de diagnóstico institucional, permitindo que a escola identificasse demandas recorrentes que impactaram diretamente o processo educativo. Além do atendimento pontual, a intervenção psicológica possibilitou reflexões acerca do papel da escola como espaço de acolhimento, capaz de contribuir para a promoção da saúde mental dos estudantes em meio às fragilidades socioeconômicas (Queiróz; Castro, 2024).

Por conseguinte, aponta-se que o plantão psicológico nas escolas públicas de Minas Gerais se apresenta como um recurso importante tanto no tratamento de crises individuais quanto na construção de estratégias institucionais mais sensíveis às necessidades emocionais dos adolescentes. Apesar dos desafios relacionados à falta de recursos e sobretudo o encargo da rede escolar, sua implementação denota-se eficaz e de grande valia em prol do resguardo ao agravamento de sofrimentos psíquicos e na promoção do bem-estar estudantil.

### **3 MATERIAL E MÉTODOS**

O presente trabalho trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa exploratória, fundamentada na análise de livros, artigos científicos, dissertações e documentos institucionais referentes à saúde mental na adolescência e o plantão psicológico no contexto escolar.

Conforme Gil (2019), a pesquisa bibliográfica compreende-se no levantamento, seleção metódica e análise de materiais já publicados. Complementando, Lakatos e Marconi (2017) ressaltam que essa modalidade de investigação possibilita o aprofundamento à discussão teórica e a construção das interpretações a partir de diferentes autores, propiciando a consonância do tema discorrido por diferentes ideias.

A abordagem qualitativa foi escolhida justamente por possibilitar a análise descritiva e interpretativa do fenômeno estudado, favorecendo a compreensão do sentido atribuído às práticas de plantão psicológico na escola, em detrimento da quantificação dos dados.

O procedimento metodológico seguiu três etapas, sendo elas: levantamento bibliográfico, consultada em bases de dados científicas e seguras (SciELO, PePSIC e Google Acadêmico) e em livros de referência da Psicóloga Humanista e da Psicologia Escolar Crítica; seleção criteriosa dos materiais, sempre buscando por pesquisas recentes, priorizando estudos nacionais sobre a saúde mental na adolescência e intervenções em contexto escolar e, por último, a análise interpretativa do conteúdo, procurando identificar os pontos de convergência e divergência entre autores e seus impactos para a prática do plantão psicológico. Os artigos selecionados priorizaram produções que dialogam com a abordagem Existencial-Humanista, uma vez que essa perspectiva sustenta o entendimento da saúde mental como expressão da liberdade, autenticidade e busca de sentido, especialmente na adolescência.

Visto que se trata de uma pesquisa de caráter teórico-bibliográfico, não houve coleta de dados empíricos junto a participantes ou por meio de mecanismo de recolhimento de dados. Em virtude disso, não se aplicam procedimentos éticos de consentimento sigiloso de informações pessoais, dado que todo o material utilizado já se encontra em domínio público.

Dentre as limitações da pesquisa apresentada, enfatiza-se a ausência de estudos de campos, o que restringe a análise ao nível teórico. Todavia, essa limitação não compromete a relevância do estudo, pois pode servir de base para futuras investigações na área.

### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

#### **4.1 Contribuições da Psicologia Humanista (Rogers, Maslow e May)**

A Psicologia-Humanista é considerada a “terceira força” da psicologia após a Psicanálise e o Behaviorismo, de forma essencial para pensar no plantão psicológico escolar. Carl Rogers (1971) defende a ideia de que o processo de desenvolvimento humano é conduzido pela tendência atualizante, ele acredita que a capacidade de cada indivíduo, em condições favoráveis torna-o mais pleno e possibilita o crescimento. Dessa forma o papel do psicólogo em um plantão escolar é criar um ambiente facilitador, baseado em aceitação incondicional, empatia e congruência.

Em suas palavras, Rogers (1997, p.38) ressalta: “se posso proporcionar um certo tipo de relação, a outra pessoa descobrirá dentro de si a capacidade de utilizar essa relação para crescer, e mudança e desenvolvimento pessoal ocorrerão.” Esse conceito é primordial no atendimento a adolescentes em crise, pois de certa forma o plantão psicológico não tem por objetivo impor soluções prontas, mas permite a criação de um espaço seguro para que o jovem encontre recursos internos para enfrentar suas questões.

Maslow (1970), por sua vez, contribui para a compreensão da importância do plantão escolar. Baseando-se em sua teoria da hierarquia das necessidades expõe que adolescentes só conseguirão investir nos objetivos de autorrealização quando suas necessidades básicas como segurança, pertencimento e autoestima estiverem satisfeitas. Nos contextos de vulnerabilidade, como é o caso de muitas escolas públicas de Minas Gerais, as necessidades nem sempre são atendidas devidamente. O plantão psicológico deve funcionar como um espaço de recomposição, garantindo segurança emocional e apoio social.

Já Rollo May (1982), ressalta que adolescência é uma fase em que a ansiedade existencial se torna mais nítida, diante das decisões sobre identidade, sexualidade e

futuro. Para May (1982), a coragem não se refere à ausência do medo ou da ansiedade, mas ressalta a capacidade de enfrentá-los e viver plenamente apesar de sua presença. Sob essa perspectiva, o plantão psicológico possibilita a ajuda para ressignificar a parte constitutiva da vida, estimulando o crescimento pessoal.

Dessa forma, mediante os autores supracitados, a Psicologia Humanista possibilita uma base sólida e consistente para compreender o plantão psicológico como prática de acolhimento, escuta e fortalecimento da subjetividade juvenil, reforçando que cada adolescente é um ser único em processo de construção.

#### **4.2 Perspectiva da Psicologia Escolar Crítica (Lane, Bock, Yamamoto)**

Entrando no campo de discussão da Psicologia Escolar Crítica, esta surgiu no Brasil como contraponto a práticas que reduzem o sofrimento escolar a ‘problemas individuais do aluno’. Lane (1989) contrapõe que os fenômenos psicológicos só são compreendidos nas relações sociais e históricas em que se produzem. Desta forma, cabe ressaltar que as dificuldades escolares e emocionais não podem ser consideradas meras falhas internas do adolescente, mas refletem também as condições sociais, culturais e políticas da escola.

Bock (2007) reitera que a Psicologia Escolar necessita romper com um modelo clínico tradicional e adotar um papel de transformação institucional, garantindo a atuação de forma crítica nas contradições que atravessam o espaço escolar. Segundo a autora, o psicólogo escolar deve ultrapassar a mera função restrita de diagnóstico individualizado e atuar de forma preventiva e participativa.

De acordo com Yamamoto (1987), enfatiza que a Psicologia no Brasil foi, dentro da história, marcada por práticas voltadas ao atendimento individualizado e à adaptação do sujeito a contextos repressores. A Psicologia Escolar procura superar essas limitações, dirigindo-se para a análise das condições institucionais e sociais que afetam a vida escolar. Dentro deste entendimento, há a abertura de espaços para a compreensão do plantão psicológico não apenas como atendimento individual, mas como prática competente de identificar as demandas coletivas e as fragilidades estruturais, como já mencionado.

Essa visão é perceptível em experiências relatadas em Minas Gerais. Queiróz e Castro (2024, p. 6) ressaltam que:

O plantão psicológico apresenta-se como uma alternativa de acolhimento imediato, que contribui não apenas para a escuta de sofrimentos individuais, mas também para a identificação de questões coletivas que atravessam o espaço escolar.

Entretanto, a Psicologia Escolar Crítica destaca que o plantão psicológico deve ser pensado não de forma isolada, mas enquanto integrante de um projeto maior de transformação social e educacional, capaz de ampliar os direitos e cidadania dos adolescentes.

#### **4.3 Pontos de convergência e divergência entre as abordagens**

Compreende-se que as abordagens Humanista e Crítica, apresentam-se importantes pontos de convergência. Ambas consideram que a escuta, o acolhimento e a valorização da subjetividade são essenciais no atendimento ao adolescente. Ademais, ambas abordagens entendem a escola como um espaço privilegiado de incentivo ao equilíbrio emocional, na qual deve ir além da simples função de transmissão de conteúdos acadêmicos.

Entretanto, suas ênfases se diferem. Enquanto a Psicologia Humanista dirige-se a experiência individual, no potencial de autorrealização e na necessidade de um ambiente acolhedor para o crescimento, a Psicologia Escolar Crítica se destaca pelas condições sociais e institucionais que produzem sofrimentos, compreendendo o adolescente não apenas como sujeitos de escolhas, todavia como ser histórico situado em contextos de desigualdades.

De forma prática, a abordagem Humanista predispõe-se a focar na relação terapêutica, garantindo que o adolescente se sinta aceito e ouvido. Já a abordagem Crítica, busca transformar as condições escolares e sociais que geram o sofrimento. A ênfase em suas diferenças, de certa forma, não deve ser considerada excludentes, mas complementares. A Humanista tem o papel de fortalecer o acolhimento individual e a auto percepção, enquanto a Crítica amplia o olhar para o contexto institucional e social.

Dessa maneira, no plantão psicológico escolar, essas perspectivas destacadas tendem a dialogar de modo produtivo: o acolhimento individual oferecido ao adolescente deve sempre estar em articulação com as reflexões sobre as contradições sociais e escolares que marcam sua experiência.

#### **4.4 Desafios e possibilidades do plantão psicológico escolar**

A implementação do plantão psicológico em escolas públicas enfrenta diversos desafios. Dentre os principais, encontra-se a escassez de psicólogos na rede básica de

ensino, uma realidade que limita a promoção de serviços de saúde mental. Além do mencionado, a falta de políticas públicas consistentes e eficazes que garantam a presença de psicólogos em todas as escolas, conforme prevê a Lei nº 13.935/2019, mas que infelizmente ainda não foi implementada em sua totalidade.

Um outro desafio persistente neste cenário, se enquadra na resistência da comunidade escolar, onde muitas das vezes decorrem de falta de informação sobre o papel do psicólogo. Dentre os casos, professores e gestores escolares enxergam o plantão como responsabilidade exclusiva e pertencente aos profissionais de psicologia, quando, na verdade, deveria caber a articulação de um trabalho coletivo da escola. Inclusive, a ausência de espaços físicos adequados e a sobrecarga institucional dificultam a realização dos atendimentos.

Embora apareçam essas dificuldades, as possibilidades são significativas. O suporte psicológico pode contribuir, como mencionado anteriormente, para a prevenção de agravantes dos casos citados. Acrescenta-se que este pode fortalecer a escola como espaço de acolhimento, ampliando vínculos e relações saudáveis entre estudantes, professores e famílias. Como enfatizam Queiróz e Castro (2024), a prática se mostrou eficaz no caso apontado no Norte de Minas Gerais, ao atender adolescentes em situações de vulnerabilidade e permitir a identificação precoce das demandas recorrentes.

Sobre outra ótica positiva, esta prática de escuta pode exercer atuação como instrumento de promoção da cidadania, uma vez que ajuda a escola a refletir sobre sua função social e educativa. Ao articular a perspectiva Humanista (acolhimento individual) com a Crítica (transformação institucional), o plantão se estabelece como prática que integra cuidado, prevenção e transformação social.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

### **5.1 Relevância do plantão psicológico**

O plantão psicológico, discutido ao longo deste trabalho, consiste em um mecanismo de acolhimento de escuta rápida voltado para as crises da adolescência. Divergente dos modelos tradicionais de atendimento no qual requerem agendamento e progressividade, o plantão traz consigo a promoção de oferecer um suporte imediato, reduzindo a sensação de isolamento e a fragilidade que os jovens estão à mercê. No cenário da vulnerabilidade social, presentes nos adolescentes em diversas escolas da rede pública mineira torna-se uma característica de bastante significado, considerando que a rede de atenção à saúde mental é importante, mas nem sempre consegue de forma ágil e eficiente atender as demandas crescentes.

Levando em consideração o ponto teórico, a importância do plantão se baseia em duas grandes vertentes: a Humanista, que evidencia a escuta empática e o acolhimento pleno, e a Crítica, que posiciona o sofrimento escolar dentro dos fatores sociais e históricos. Dessa forma, essa combinação de abordagens considera que o plantão não se restringe ao momentâneo, mas se torna importante o favorecimento de um espaço de reflexão, crescimento pessoal e transformação institucional.

Ademais, a importância da prática discutida é observada em seus impactos preventivos. Estudos relatam que intervenções breves e bem conduzidas diminuem a incidência de casos graves, como a depressão, automutilação e intenções suicidas, ao promover um primeiro suporte antecedendo ao agravamento das situações. Neste âmbito, o plantão psicológico colabora não apenas para o bem-estar individual, como também para saúde coletiva cooperando na redução dos índices de evasão escolar, baixo rendimento acadêmico e conflitos interpessoais. Portanto, sua importância ultrapassa o campo clínico e se torna uma estratégia pedagógica e social.

### **5.2 Identificação de demandas no ambiente escolar**

Um dos fatores de maior significado do plantão psicológico é a sua utilidade como um instrumento de identificação de demandas. Ao garantir um espaço de escuta livre, o psicólogo tem conhecimento de narrativas que emergem no contexto escolar, sendo propiciadas nesse ambiente. Demandas como violência doméstica, negligência, bullying, conflitos de identidade e ansiedade relacionada ao desempenho escolar são necessidades que aparecem com maior frequência reiterando que o sofrimento do aluno não está desvinculado de sua inserção social, cultural e familiar.

O reconhecimento dessas demandas não pode ser compreendido apenas como um levantamento de problemas individuais, mas deve-se considerar um diagnóstico institucional e de caráter comunitário. O reconhecimento dos padrões de sofrimento que são comuns em diferentes estudantes, faz com que a escola passe a reconhecer e a enxergar de forma mais ampla os desafios presentes em seu cotidiano. Desta maneira, abre espaço para ações pedagógicas e preventivas, como rodas de conversa, projetos de mediação de conflitos, campanhas de conscientização sobre saúde mental e a articulação dos serviços externos de saúde e de assistência social.

Outro aspecto importante é que a prática de escuta viabiliza um canal de comunicação importante entre alunos e gestão escolar. Na maioria das vezes os

estudantes sentem-se negligenciados em suas demandas emocionais, e esta prática garante um espaço de reconhecimento de suas vozes. Esse mecanismo democrático reforça o papel da escola como instituição que não apenas ensina, como também escuta e valoriza seus sujeitos, dessa forma, a identificação das demandas vai muito além da prevenção de crises evoluindo para um elemento de estruturação para construção de um ambiente educacional mais justo, inclusivo e sensível.

### **5.3 A escola como espaço de acolhimento**

Ao longo deste trabalho, muito se falou no papel da escola não sendo apenas a função de transmitir conhecimentos formais, sobretudo, a escola é um espaço de socialização, construção de identidade e de vivências emocionais intensas e constantes. Neste contexto, reconhece-se o papel de espaço de acolhimento e competências fundamentais para as instituições educativas, especialmente no Brasil, onde muitas das vezes a escola é o único ambiente acessível a crianças e adolescentes em situações de marginalização.

O atendimento de apoio emocional garante essa compreensão ao criar um espaço de escuta e acolhimento dentro do ambiente escolar. A atuação do psicólogo concretiza a ideia de que o ambiente escolar precisa cuidar do intelecto, mas da mesma importância, também do bem-estar emocional dos alunos. A amplitude desta função não pode ser compreendida como sobrecarga, mas como um investimento estratégico no processo educativo.

Dessa forma, ao propiciar um ambiente de apoio, a escola fortalece laços comunitários. Professores, gestores e famílias são levados a repensar suas práticas, formalizando uma postura de promoção da participação. Isso evidencia uma cultura menos punitiva e mais integrativa, em que o cuidado e a solidariedade se tornam valores indissociáveis. Contudo, o plantão psicológico estende a sua contribuição para não apenas acolher crises, mas para transformar e estender o próprio papel da escola, solidificando-a como espaço integral de formação humana.

### **5.4 Fatores de riscos e proteção na adolescência**

A adolescência, como bem observado, carrega consigo um período de intensas transformações biológicas, cognitivas e emocionais, contrapondo o desejo de autonomia e a necessidade de pertencimento. Essa fase é marcada por múltiplos fatores de riscos, que comprometem o desenvolvimento saudável do jovem.

Todavia, o estudo também destacou que a adolescência não pode ser vista apenas sobre a ótica da vulnerabilidade. É cabível destacar que existem fatores que reduzem os riscos e promovem a resiliência. Constituem-se elementos que intensificam o desenvolvimento dos adolescentes, sendo eles: relações familiares saudáveis, vínculos de amizade significativos, aumento da autoestima e o acesso a serviços de apoio psicológico. A responsabilidade da escola, diante dessas vertentes, é criar condições para que esses fatores sejam impulsionados, seja por meio de ações, projetos pedagógicos inclusivos, ou por meio de práticas de escuta segura.

Nesta inserção, o plantão fortalece os fatores de proteção, encorajando a autonomia, o autoconhecimento e a construção de mecanismos de enfrentamento saudáveis.

### **5.5 Implicações práticas e sugestões para pesquisas futuras**

As repercussões práticas deste trabalho são múltiplas. Em primeiro lugar, denota-se a urgência da consolidação de políticas públicas que favoreçam a presença de psicólogos nas escolas em conformidade com a Lei Nº 13.935/2019. Sem a efetivação dessa legislação, o plantão psicológico se restringe a experiências pontuais ou apenas vinculadas a projetos universitários, sem ampliar a necessária abrangência para a transformação da realidade escolar brasileira.

Outro destaque prático refere-se à necessidade de capacitação da comunidade escolar. Professores e gestores devem estar cientes, sensibilizados e descabidos de preconceitos para receber e compreender a missão do plantão e colaborar com ele, tendo ciência do cuidado emocional e da responsabilidade de toda a instituição. Além disso, orienta-se a criação de parcerias entre escolas, universidades e serviços de saúde, a fim de estender a rede de suporte ao estudante, transformando o plantão em um ponto de partida para progredir para o acompanhamento contínuo.

No contexto de pesquisas futuras, o tema tem suas possibilidades. Estudos progressivos poderiam investigar o impacto do plantão psicológico no ambiente acadêmico, na redução da evasão escolar e no fortalecimento de competências socioemocionais. Pesquisas de caráter comparativo entre diferentes regiões de Minas Gerais (entre escolas com e sem a efetivação do plantão psicológico) estariam aptas a oferecer dados mais concretos sobre essa efetividade. Com toda a escuta da comunidade escolar como um todo adentrando família e professores, levaria novas perspectivas sobre os desafios e a potencialidade dessas habilidades. Em conclusão, seria importante

a exploração de metodologias inovadoras, como a criação de serviços de prontidão psicológica, virtuais ou híbridos, levando em consideração as transformações digitais no pós-pandemia.

Com base nas informações apresentadas, ficou evidente que o papel do plantão psicológico no contexto escolar configura-se como uma prática de promoção à saúde mental, desempenhando a escuta imediata de crises e a prevenção de agravos. Ele proporciona suporte individualizado, potencializa fatores de proteção, reconhece demandas coletivas e favorece mecanismos para transformar a escola em um ambiente de cuidado e integração. Muito mais do que uma intervenção, o serviço executa a função de relacionar saúde e educação, e possibilita que os adolescentes recebam apoio nas mais diversas experiências de sofrimento e que evoluam recursos para lidar com essa fase cheia de transformações.

Em síntese, esta revisão bibliográfica evidenciou que o plantão psicológico constitui uma prática relevante para a promoção da saúde mental na adolescência. A partir da perspectiva Existencial-Humanista, compreende-se que cuidar do adolescente implica reconhecer seu potencial de autoconhecimento e transformação. Espera-se que estudos futuros ampliem a análise empírica dessas práticas, fortalecendo políticas públicas voltadas ao bem-estar emocional nas escolas.

#### **ABSTRACT (em Inglês)**

This research aims to investigate the role of psychological support services in promoting mental health and addressing the emotional needs of adolescents in schools. This is a qualitative bibliographical study, based on classic and contemporary psychology authors such as Rogers, Maslow, May, Papalia, Axline, Lane, Bock, and Yamamoto, among others, as well as recent studies and legislation. The theoretical framework discusses psychosocial development in adolescence, the worsening impacts of the COVID-19 pandemic, play therapy, the existential-humanist approach, and the practice of psychological support services in public schools. The results of the analysis indicate that psychological support services not only serve emergency situations but also contribute to symptom prevention, risk identification, and self-awareness promotion, contributing to institutional change. Therefore, it is concluded that psychological support services are considered a relevant practice for promoting mental health in schools, but they address limitations related to the lack of professionals and institutionalized public policies.

**Keywords:** Adolescence. Psychological duty. School psychology. Mental health.

#### **REFERÊNCIAS**

AXLINE, Virginia Mae. **Ludoterapia: a dinâmica interna da criança**. Belo Horizonte: Interlivros, 1972.

BARBOSA, Ana Paula et al. A terapia existencial humanista, como um novo paradigma na mediação de conflitos em pacientes com transtornos psicológicos de ansiedade e depressão, em busca de homeostase e saúde mental. In: SILVA, Rômulo Terminelis da (org.). **Processos psicoterapêuticos: abordagens clínicas em psicologia**. Rio de Janeiro: Eritaya, 2024. p. 139-162.

BOCK, Ana Mercês Bahia; GONÇALVES, Maria da Graça Marchina; FURTADO, Odair (orgs.). **Psicologia sócio-histórica: uma perspectiva crítica em psicologia**. 3. ed. São Paulo: Cortez, 2007.

BRASIL. **Lei nº 13.935, de 11 de dezembro de 2019**. Dispõe sobre a prestação de serviços de psicologia e de serviço social nas redes públicas de educação básica. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 12 dez. 2019. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/ Ato2019-2022/2019/Lei/L13935.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ Ato2019-2022/2019/Lei/L13935.htm) . Acesso em: 15 set. 2025.

COSTA MEIRA, Janderson; BENTES DE CASTRO, Ewerton Helder; BENTES DE CASTRO, Ewerton Helder. O adolescer, a escuta, a fala e o ser-possível de alunos no plantão psicológico. *Amazonica — Revista de Psicopedagogia, Psicologia Escolar e Educação*, v. 16, n. 1, p. 51-70, 2023. Disponível em: [https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/amazonica/article/view/11488?utm\\_source=chatgpt.com](https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/amazonica/article/view/11488?utm_source=chatgpt.com) . Acesso em 10 nov. 2025.

ERIKSON, Erik H. **Identidade: juventude e crise**. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

GIL, Antonio Carlos. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008. **Métodos e técnicas de pesquisa social**

GOMES, Fernanda Maria Donato. Plantão psicológico: atendimentos em situações de crise. **Vínculo — Revista do NESME**, v. 9, n. 2, p. 18–26, 2012. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-24902012000200004](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902012000200004). Acesso em: 15 set. 2025.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

LANE, Silvia T. M.; CODO, Wanderley (orgs.). **Psicologia social: o homem em movimento**. 8. ed. São Paulo: Brasiliense, 1989.

MAHFOUD, Miguel (org.). **Plantão psicológico: novos horizontes**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999.

MASLOW, Abraham H. **Motivação e personalidade**. 2. ed. Nova York: Harper & Row, 1970.

MAY, Rollo. **A coragem de criar**. Tradução de Aulyde Soares Rodrigues. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1982.

NUNES, M. V. **Quais os principais perigos à saúde mental dos jovens na atualidade?** Hospital Santa Mônica, São Paulo, 5 mai. 2022. Disponível em: <https://hospitalsantamonica.com.br/quais-sao-os-principais-perigos-a-saude-mental-dos-jovens-na-atualidade/>. Acesso em: 11 nov. 2024.

OLIVEIRA, Wanda Mendes de; FERNANDES, Fausto Rocha. Ludoterapia como uma alternativa de auxílio às crianças no combate à ansiedade no retorno às aulas presenciais pós-pandemia. **Cadernos da Fucamp**, v. 22, n. 55, p. 155–172, 2023. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/3021/1850>. Acesso em: 15 set. 2025.

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). **Saúde mental dos adolescentes**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>. Acesso em: 15 set. 2025.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth Duskin. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PERCHES, Tatiana Hoffmann Palmieri. **Plantão psicológico: o processo de mudança psicológica sob a perspectiva da psicologia humanista**. 2009. Tese (Doutorado) – PUC, São Paulo, 2009.

QUEIRÓZ, Emanuel Ribeiro de; CASTRO, Sara França. Plantão psicológico em uma escola pública: vulnerabilidade e adolescência. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 11, p. 01-09, 2024. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/6465>. Acesso em: 15 set. 2025.

ROGERS, Carl. **Tornar-se pessoa**. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1997.

SCHMIDT, Maria Luísa Sandoval. Plantão psicológico, universidade pública e política de saúde mental. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 21, n. 3, p. 173-192, 2004. DOI: 10.1590/s0103-166x2004000300003. Acesso em: 10 nov. 2025.

YAMAMOTO, Oswaldo Hajime. **A crise e as alternativas da psicologia**. São Paulo: Edicon, 1987.