

“CAFÉ COM A PSI”: ESTRATÉGIAS DE CUIDADO E ESCUTA COM PROFESSORES NO CONTEXTO ESCOLAR

CARLOS EDUARDO GOMES DA SILVA (Universidade de Pernambuco)
CAMILLA ALVES DOS SANTOS (Secretaria de Educação de Pernambuco)
CRISTIANA DE CASTRO LACERDA GOMES (Secretaria de Educação de Pernambuco)
DORIELE SILVA DE ANDRADE COSTA DUVERNOY (Universidade de Pernambuco)

No exercício da profissão, os professores podem apresentar sintomas de estresse, ansiedade, depressão e burnout, os quais podem estar relacionados à sobrecarga de trabalho, às condições precárias de atuação e à falta de valorização profissional, além da exposição a diversas formas de violência no ambiente escolar. Esses elementos evidenciam a necessidade de ações voltadas à promoção da saúde mental dos docentes, bem como a relevância da atuação da Psicologia Escolar. Este trabalho apresenta a ação “Café com a Psi”, desenvolvida em uma escola da rede pública estadual de Pernambuco, com foco na promoção da saúde mental dos professores. A iniciativa configura-se como um espaço coletivo de escuta, acolhimento e diálogo, no qual os profissionais podem compartilhar vivências, desafios do cotidiano escolar e estratégias de enfrentamento, diante das demandas emocionais da prática docente. Realizado em encontros periódicos, o “Café com a Psi” favorece a construção de vínculos entre os participantes, o fortalecimento do sentimento de pertencimento e a valorização da fala dos educadores, muitas vezes atravessados por sobrecarga e desgaste emocional. Destaca-se que, **nessa vivência**, partilham-se não apenas experiências, mas também a fala, o tempo, a mesa e o pão, configurando um espaço simbólico de cuidado, convivência e humanização das relações. A mediação da psicóloga escolar contribui para qualificar as discussões, promovendo reflexões sobre cuidado de si, relações interpessoais e manejo de situações de conflito no ambiente escolar. Como resultados iniciais, observam-se maior abertura ao diálogo, fortalecimento do apoio mútuo entre os docentes e impactos positivos no clima institucional. Conclui-se que a ação se constitui como uma estratégia potente de cuidado com os profissionais da educação, repercutindo de forma significativa na qualidade das relações e no processo educativo.

Palavras-chave: Psicologia escolar. Professores. Saúde mental. Prevenção.

Referências

FACCI, Marilda Gonçalves Dias. O adoecimento do professor frente à violência na escola. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 31, n. 2, p. 130-142, 2019.

MADALOZZO, Magda Macedo et al. Saúde mental dos professores e possibilidades de intervenções: uma revisão da literatura. **Revista Latinoamericana Ambiente & Saúde**, v. 7, n. 4 (especial), p. 41-48, 2025.

SOUZA, Maira Cazeto Lopes de; CARBALLO, Fábio Peron; LUCCA, Sérgio Roberto de. Fatores psicossociais e síndrome de burnout em professores da educação básica. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 27, p. e235165, 2023.