DESENVOLVENDO PROGRAMAS DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA: APOIO A PROFESSORES EM SALA DE AULA COM CRIANÇAS NEURODIVERGENTES

https://doi.org/10.5281/zenodo.17100312

GÓIS, Ana Leide Rodrigues de Sena[1]
SILVA, Géssica de Jesus[2]
SILVA, Gustavo Borges Jesus [3]
RAMALHO, Laís Regina Damacena[4]
ROCHA, Lívia dos Santos[5]

RESUMO

Este trabalho aborda a importância da implementação de programas de apoio psicológico voltados aos docentes que atuam em salas de aula com crianças neurodivergentes, com o objetivo de reduzir os impactos emocionais e melhorar a qualidade da educação. O estudo explora como o apoio psicológico pode contribuir para a saúde mental dos professores, criando um ambiente mais saudável e eficiente para a inclusão escolar. A pesquisa tem como objetivos principais identificar fatores geradores de estresse no cotidiano dos educadores, mapear estratégias de intervenção psicológica já aplicadas, e propor diretrizes para a criação de programas de apoio psicológico específicos para professores. A metodologia utilizada foi a pesquisa bibliográfica e qualitativa, com análise de estudos de caso, artigos acadêmicos e documentos de políticas públicas sobre saúde mental e educação inclusiva. Os resultados indicaram que o estresse e a sobrecarga emocional são comuns entre os docentes, afetando diretamente seu desempenho profissional e o ambiente escolar. Além disso, foi identificado que a falta de formação continuada em saúde mental para os professores e a ausência de programas estruturados de apoio psicológico agravam essas questões. A discussão sugeriu que a implementação de programas de apoio psicológico, integrando profissionais da saúde e da educação, é essencial para a melhoria do bem-estar dos professores e para a inclusão de alunos

[1] Graduada em Pedagogia pela Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA/CE); Mestre em Educação pela Universidade Federal do Tocantins (UFT/PPGE); Orientadora Educacional pela Secretaria Municipal de Educação SEMED - TO; Professora Mestre pela Faculdade de Colinas do Tocantins – FACT. E-mail: analeiderodriguesdesenagois@gmail.com

[2] Graduada em Pedagogia pela Faculdade Nova FAFIBE (Boa Esperança/MG); Pós-Graduada em Educação Física e Psicomotricidade pela Faculdade Famart (Itaúna/MG); Pedagoga no Município de São Félix do Xingu – PA. E-mail: gustavotcm33@gmail.com

[3] Graduado em Psicologia pela Faculdade de Colinas do Tocantins (FACT/TO); Pós-Graduado em Análise do Comportamento Aplicada ao Autismo (ABA) e Neuropsicologia pela Faculdade Líbano (São Paulo/SP); Psicólogo Educacional no Município de Ourilândia do Norte - PA. E-mail: psi.gustavosilva@gmail.com

[4] Aluna do Curso de Graduação Bacharelado em Psicologia da Faculdade de Colinas do Tocantins - FACT. E-mail: reginalais12@hotmail.com

[5] Aluna do Curso de Graduação Bacharelado em Psicologia da Faculdade de Colinas do Tocantins - FACT. E-mail: liviasantos32@gmail.com

neurodivergentes. Conclui-se que as diretrizes propostas são fundamentais para criar um ambiente de trabalho mais saudável e inclusivo, sendo necessária a colaboração de todos os atores envolvidos para garantir o sucesso dessas intervenções.

Palavras-chave: Neurodivergência. Apoio Psicológico. Docentes.

ABSTRACT

This study addresses the importance of implementing psychological support programs for teachers working in classrooms with neurodivergent children, aiming to reduce emotional burdens and improve the quality of education. The research explores how psychological assistance can contribute to the mental health of educators, fostering a healthier and more effective environment for school inclusion. The main objectives are to identify stress-generating factors in teachers' daily routines, map existing psychological and institutional intervention strategies, and propose guidelines for the development of psychological support programs specifically aimed at teachers. The methodology used was bibliographic and qualitative research, including case studies, academic articles, and public policy documents related to mental health and inclusive education. The findings indicated that stress and emotional overload are common among teachers, directly impacting their professional performance and the overall school climate. Moreover, the lack of continuous training in mental health and the absence of structured support programs were found to exacerbate these issues. The discussion suggested that the implementation of psychological support initiatives—integrating health and education professionals—is essential for improving teachers' well-being and fostering the inclusion of neurodivergent students. It is concluded that the proposed guidelines are crucial to creating a healthier and more inclusive work environment, requiring the collaboration of all stakeholders to ensure the success of such interventions.

Keywords: Neurodivergence. Psychological Support. Teachers.

1. INTRODUÇÃO

O avanço das discussões sobre inclusão escolar tem imposto reformulações profundas na atuação docente e nas estruturas educacionais, especialmente em relação às crianças neurodivergentes. Atualmente, crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), dislexia e outras condições que compõem o espectro da neurodiversidade são cada vez mais identificadas nas salas de aula da educação básica brasileira. Essa realidade desafia o sistema educacional a construir ambientes inclusivos, adaptados e acolhedores, em conformidade com os preceitos da Constituição Federal de 1988 e da Lei nº 13.146/2015 (Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência), que preconizam o tratamento humanizado e correto a todas as crianças neurodivergentes.

Apesar das garantias legais, há um distanciamento entre o discurso normativo e a prática pedagógica, pois os professores frequentemente se deparam com demandas complexas sem formação adequada. Além da necessidade de práticas pedagógicas diferenciadas, enfrentam dificuldades emocionais ao atender crianças com necessidades específicas, impactando diretamente seu bem-estar e eficácia profissional. A falta de apoio institucional e psicológico é, portanto, um obstáculo à efetiva implementação da educação inclusiva. Nesse contexto, programas de intervenção psicológica para o suporte docente são essenciais para valorizar o profissional da educação, promovendo a saúde mental dos professores e fortalecendo suas práticas pedagógicas frente aos desafios da diversidade.

A construção de redes de apoio emocional e técnico no ambiente escolar é uma questão de política pública educacional e de respeito aos direitos fundamentais de educadores e educandos, reconhecendo o direito à educação de qualidade para todos, previsto no artigo 205 da Constituição Federal. Contudo, esse direito não pode ser dissociado da garantia de condições dignas de trabalho para os docentes. Nesse sentido, o Estado deve assegurar políticas intersetoriais que integrem saúde mental, educação e assistência social como pilares de um sistema educacional realmente inclusivo. A ausência dessas políticas configura, inclusive, violação ao princípio da dignidade da pessoa humana, basilar no ordenamento jurídico brasileiro.

A necessidade de desenvolver programas de apoio psicológico para professores que atuam com crianças neurodivergentes justifica-se pela sobrecarga emocional diária desses profissionais, que, segundo Ischkanian et al. (2022), pode desencadear quadros de esgotamento físico e mental. Isso compromete não apenas a saúde do docente, mas também o desenvolvimento pedagógico dos estudantes. Em contrapartida, docentes emocionalmente amparados têm maior probabilidade de desenvolver práticas mais empáticas, acolhedoras e inovadoras em sala de aula. Diante dessa questão, o presente artigo se propõe a responder: como os programas de intervenção psicológica podem apoiar professores no enfrentamento dos desafios pedagógicos e emocionais em salas de aula com crianças neurodivergentes?

A partir dessa problemática, busca-se compreender o papel das ações psicológicas institucionais no fortalecimento da prática pedagógica inclusiva e na promoção do bem-estar docente, porém para que a compreensão seja realizada de forma correta, foram delineados os objetivos gerais e específicos relacionados à temática em questão.

Sendo assim, é visto que o objetivo geral desta pesquisa é analisar a efetividade de programas de intervenção psicológica direcionados ao apoio de professores da educação básica que atuam com alunos neurodivergentes. Como objetivos específicos, propõe-se: Identificar os fatores geradores de estresse e angústia emocional no cotidiano dos docentes, mapear as estratégias de intervenção psicológica e institucional aplicadas nas redes públicas e privadas e propor diretrizes para a implementação de programas de apoio psicológico com respaldo técnico e jurídico

A metodologia adotada será qualitativa e exploratória, com base em revisão de literatura sistemática de artigos publicados entre 2015 e 2025, onde serão utilizadas as bases de dados utilizadas serão SciELO, LILACS, BVS e Google Acadêmico, junto a seleção de estudos que abordem a relação entre saúde mental docente, inclusão escolar e neurodiversidade, bem como documentos legais que subsidiem a fundamentação jurídica da pesquisa. A abordagem metodológica contempla a interdisciplinaridade entre os campos da Psicologia, Educação e Direito.

A escolha da abordagem qualitativa justifica-se pela natureza subjetiva e complexa do objeto de estudo, que envolve experiências individuais, relações institucionais e práticas pedagógicas em constante transformação, além de possibilitar a interpretação dos sentidos, compreender contextos e propor estratégias que respeitem a realidade dos profissionais da educação. A análise será fundamentada à luz de referenciais teóricos contemporâneos e do marco legal brasileiro vigente.

Portanto, considera-se que investir em políticas de apoio psicológico aos professores é não apenas uma estratégia de valorização profissional, mas uma exigência ética e legal para a concretização do direito à educação inclusiva (Queiroz, 2025). Sendo assim, este trabalho, ao reunir argumentos jurídicos, pedagógicos e psicológicos, visa contribuir para o debate público sobre a responsabilidade do Estado e das instituições de ensino na formação e cuidado com os profissionais que lidam com as múltiplas expressões da neurodiversidade na escola.

2. OS DESAFIOS EMOCIONAIS DOS DOCENTES NA EDUCAÇÃO INCLUSIVA

O ambiente escolar, principalmente em contextos de inclusão de crianças neurodivergentes, é uma das arenas mais complexas para a atuação docente. A legislação brasileira, com destaque para a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) e a

Constituição Federal, assegura o direito à educação inclusiva, mas, na prática, os professores enfrentam sérios desafios para cumprir essa determinação de forma eficaz (Duque *et al*., 2024).

Reconhece-se, portanto, que a inclusão escolar de crianças com transtornos do neurodesenvolvimento, como o Transtorno do Espectro Autista (TEA) e o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), demanda uma adaptação contínua da prática pedagógica, o que, por vezes, sobrecarrega o professor emocionalmente (Almeida *et al*., 2025).

No contexto jurídico, o direito à educação inclusiva está consolidado no artigo 205 da Constituição Federal, que estabelece a educação como direito fundamental, e na LDB (Lei nº 9.394/96), que, em seu artigo 58, determina a adaptação do currículo e das metodologias de ensino para atender alunos com deficiência (Brasil, 1996). No entanto, a implementação efetiva dessas normas enfrenta obstáculos consideráveis, especialmente no que se refere à capacitação dos professores e ao apoio emocional necessário para que cumpram suas funções de maneira adequada, como observado por Queiroz (2025), ao apontar que mesmo na legalidade da inclusão, o suporte psicológico para os docentes ainda é insuficiente, gerando elevados níveis de estresse e exaustão.

A realidade da sala de aula, especialmente em escolas públicas, revela um cenário de sobrecarga, no qual os docentes precisam desempenhar múltiplas funções: além do ensino convencional, lidam com a gestão de comportamentos desafiadores, proporcionam atendimentos individuais e adaptam suas metodologias para crianças com necessidades especiais. Esse acúmulo de funções contribui para o desenvolvimento de estresse, ansiedade e, em muitos casos, o esgotamento profissional. Souza, Carballo e Lucca (2023) relatam que a falta de preparação e a ausência de apoio emocional adequado podem ser fatores críticos na jornada do professor.

O estresse docente não é um fenômeno novo, pois é evidenciado em estudos anteriores, como o de Ischkanian *et al*. (2022), que evidencia que os professores que lidam com alunos neurodivergentes apresentam níveis mais elevados de ansiedade, tensão e cansaço emocional do que os demais. Tal questão acontece em parte, porque a preparação pedagógica dos docentes nem sempre é adequada para lidar com as especificidades dos alunos com necessidades especiais (Budgardt, 2023).

Em consonância à questão supracitada, Duque *et al*. (2024) ressaltam que a formação continuada, embora necessária, muitas vezes é insuficiente, pois não oferece uma abordagem integral que inclua o cuidado psicológico do educador, onde se vê em diversos estudos como o

do autor, que a legislação brasileira prevê que a formação dos professores deve ser contínua e adequada às demandas da educação inclusiva.

No entanto, muitos docentes ainda enfrentam dificuldades para acessar cursos de capacitação que abordem, de forma específica, as metodologias para o atendimento de crianças com transtornos do neurodesenvolvimento, fato que segundo Moraes, Bahia e Pena (2019), volta-se ao fato de que a formação que não contempla as necessidades emocionais e psicológicas dos professores acaba deixando de lado um aspecto fundamental do processo educativo: o bem-estar do educador, que é imprescindível para a qualidade do ensino.

A dificuldade em lidar com a diversidade cognitiva das crianças é um dos principais fatores que geram o estresse entre os professores. Isso é corroborado por Silva (2016), que afirmou que o suporte psicológico adequado é crucial para que o professor consiga desenvolver suas atividades sem prejudicar sua saúde emocional. O estresse contínuo pode levar a sintomas de *burnout*, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização profissional, conforme descrito por Coutinho e Alcantara (2021) o *burnout* é um dos maiores riscos que os professores enfrentam no cotidiano escolar, e sua ocorrência compromete gravemente a qualidade do ensino.

No campo jurídico, a LDB e a Constituição Federal não se limitam a garantir o direito à educação inclusiva, mas também estabelecem que o Estado deve proporcionar as condições adequadas para que isso se concretize (Brasil, 2015). Isso inclui, segundo Almeida *et al.* (2025), o fato de que a oferta de apoio psicológico e a capacitação contínua dos educadores sejam corretamente implementados, mas mesmo com tal implementação, ainda não são suficientes, gerando-se um descompasso entre a teoria e a realidade da educação inclusiva no Brasil.

A falta de suporte psicológico contínuo é um dos principais pontos de falha nas políticas públicas voltadas à educação inclusiva e sobre tal questão, Queiroz (2025) ressalta que a educação inclusiva demanda não só adaptações pedagógicas, mas também a criação de um ambiente emocionalmente saudável tanto para os alunos quanto para os professores. Isso requer a integração entre a educação e a psicologia escolar, com políticas que contemplem tanto a saúde mental dos educadores quanto as necessidades educacionais dos alunos.

Portanto, é fundamental que se desenvolvam programas de apoio psicológico contínuo para os professores, com o intuito de diminuir os níveis de estresse e proporcionar uma abordagem pedagógica mais efetiva. Sobre essa questão Duque *et al*. (224) ressaltam que junto aos programas, se vê que tal apoio deve ser visto como um direito do docente, alinhando-se

com as políticas de saúde pública que garantem a saúde mental da população, conforme previsto na Política Nacional de Saúde Mental (PNSM).

A implementação de programas de apoio psicológico nas escolas, no entanto, enfrenta desafios. Um deles é o orçamento das escolas, especialmente nas redes públicas, que muitas vezes não contempla recursos suficientes para contratar profissionais qualificados e implementar esses programas. Além disso, a resistência de algumas instituições de ensino em investir em programas psicossociais para docentes reflete a falta de percepção sobre a importância desses programas para a qualidade da educação.

A criação de núcleos de apoio psicológico nas escolas é uma solução possível para atender a essa demanda (Souza; Carballo.; Lucca, 2023). Esses núcleos, compostos por psicólogos e outros profissionais da saúde, podem oferecer suporte contínuo para os docentes, além de trabalharem tanto na prevenção quanto no tratamento do estresse e das dificuldades emocionais, como ressaltado por Moraes, Bahia e Pena (2019) que em seu artigo enfatiza o fato de que essa abordagem á tem sido adotada com sucesso em algumas escolas particulares, porém ainda carece de uma maior adesão nas redes públicas.

Para Santos (2025), é imprescindível que as políticas públicas educacionais, especialmente as voltadas para a inclusão, considerem o impacto psicológico do trabalho docente e a necessidade de um suporte adequado para que os professores possam exercer suas funções com qualidade e saúde mental. Sendo assim, pela concepção de Silva (2016), reconhece-se que o Estado tem o dever jurídico de garantir um ambiente escolar saudável, o que implica em assegurar o direito ao cuidado emocional dos educadores, como preconizado na Constituição e na LDB.

Em questão disso, Almeida *et al*. (2025) ressalta que a promoção de um ambiente inclusivo não se restringe à inclusão de alunos, mas também deve abranger a inclusão de docentes, reconhecendo suas necessidades emocionais e garantindo que eles tenham acesso ao apoio psicológico necessário para lidar com as demandas do cotidiano escolar. Sendo assim, o autor salienta em que o sucesso da educação inclusiva depende de um equilíbrio entre as necessidades dos alunos e o bem-estar dos educadores.

3. ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA E INSTITUCIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR

A educação inclusiva é um desafio crescente para as escolas, especialmente no que diz respeito ao apoio psicológico tanto para os alunos neurodivergentes quanto para os professores. A implementação de estratégias de intervenção psicológica no ambiente escolar tem sido fundamental para promover o bem-estar dos docentes e dos estudantes, de forma a garantir que a inclusão seja, de fato, efetiva (Vicente; Julião; Cyrne, 2019). As abordagens psicológicas podem aliviar os fatores estressores que afetam os educadores, além de fornecer suporte emocional contínuo para todos os envolvidos (Santos, 2025).

O contexto educacional brasileiro, com a Lei Brasileira de Inclusão (Lei nº 13.146/2015), impõe uma responsabilidade significativa sobre os sistemas de ensino, exigindo que as escolas adaptem seus processos pedagógicos e estruturais para garantir a participação de alunos com deficiências. No entanto, a efetividade dessa política depende, em grande parte, do suporte psicológico adequado para que os professores possam lidar com os desafios do cotidiano escolar sem prejudicar sua saúde mental. A pressão por resultados educacionais, somada à escassez de recursos e à falta de capacitação, muitas vezes culmina em altos índices de estresse e *burnout* entre os docentes.

Reconhece-se então que uma das principais estratégias de intervenção psicológica no ambiente escolar é a implementação de programas de apoio psicossocial que visem à prevenção do sofrimento emocional, onde se vê que a formação continuada de professores, com ênfase na educação emocional, é uma das práticas mais eficazes para reduzir o estresse docente e promover um ambiente inclusivo. (Lima; Carvalho; Stascxak, 2022)

Ainda sobre essas questões, Souza e Moraes (2019), ressaltam que esses programas têm se mostrado fundamentais para capacitar os educadores a lidarem com as dificuldades emocionais que surgem quando eles precisam adaptar suas práticas pedagógicas para atender às necessidades de alunos neurodivergentes e, junto a isso também reconhecem que o suporte psicológico institucional, como a presença de psicólogos nas escolas, é uma estratégia essencial para auxiliar os docentes na gestão emocional de suas atividades.

Em questão da legislação, reconhece-se que o trabalho de psicólogos escolares não deve se limitar ao atendimento dos alunos, mas também deve abranger os educadores, proporcionando espaços para que possam expressar suas dificuldades e emoções em um ambiente seguro e acolhedor, o que pode ser visto nas premissas da legislação brasileira, conforme disposto no artigo 3º da Lei nº 13.146/2015, que prevê a criação de condições para a plena participação de todos no ambiente educacional (Brasil, 2015).

Ademais, Moraes, Bahia e Pena (2019) ressaltam que o desenvolvimento de grupos de apoio e rodas de conversa entre os docentes tem se mostrado uma ferramenta eficaz para o enfrentamento do estresse emocional, pois, reconhecem que essas estratégias promovem a troca de experiências entre os professores e permitem que se identifiquem e compartilhem práticas pedagógicas que favoreçam a inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais.

Segundo Silva *et al*. (2016), esses encontros proporcionam momentos de acolhimento e ajudam a reduzir a sensação de solidão e de sobrecarga que muitos educadores enfrentam, porém, se ressalta que uma abordagem institucional, conforme Souza, Carballo e Lucca (2023), envolve a criação de políticas públicas que integrem saúde mental e educação.

Onde é visto que a formação de uma rede de apoio psicossocial dentro das escolas, envolvendo psicólogos, assistentes sociais e outros profissionais da saúde, tem se mostrado uma estratégia eficaz para garantir que tanto os docentes quanto os alunos recebam o suporte necessário (Oliveira; Santos, 2024). Junto a essa questão, Santos (2024), ressalta que a articulação entre os diferentes profissionais da saúde e da educação resulta em uma abordagem mais integrada e eficaz, que favorece a inclusão e a adaptação das metodologias de ensino.

No campo jurídico, é imprescindível que as escolas, especialmente as públicas, implementem políticas de saúde mental para os educadores, conforme preconizado pela Constituição Federal e pela LDB. A Constituição, no artigo 6º, reconhece a educação como um direito fundamental, e a LDB, no artigo 58, prevê que as escolas devem garantir a adaptação curricular para alunos com deficiência. No entanto, para que esses direitos sejam efetivamente cumpridos, é necessário um suporte emocional adequado para os profissionais da educação, o que envolve o desenvolvimento de programas de assistência psicológica.

A legislação sobre a saúde ocupacional, incluindo a Lei nº 8.213/1991, que dispõe sobre os planos de benefícios da Previdência Social, também pode ser utilizada para garantir os direitos dos professores no que se refere ao cuidado com sua saúde mental. A sobrecarga emocional decorrente das exigências do ambiente escolar pode gerar problemas como ansiedade, depressão e síndrome de *burnout*, tornando essencial a criação de políticas públicas que integrem cuidados com a saúde mental dos docentes.

Segundo Marreiro (2020), se vê que muitas outras intervenções ganham força nas escolas as quais incluem programas de mindfulness, que visam melhorar o bem-estar emocional dos professores por meio de técnicas de meditação e relaxamento. Onde segundo o autor, essas

demonstram a eficácia absoluta no controle do estresse e na promoção da saúde mental, sendo recomendadas por especialistas da área psicológica para a gestão emocional dos educadores.

Segundo Santos e Silva (2024), os programas como esses contribuem para o aumento da empatia e da paciência no trato com alunos neurodivergentes, favorecendo a inclusão além disso, salienta-se que a parceria entre instituições de ensino e universidades também pode resultar em programas de apoio psicológico mais eficazes.

Reconhece-se sob essa perspectiva que os psicólogos em formação podem realizar atendimentos supervisionados aos docentes, o que permite o acolhimento psicológico gratuito, além de proporcionar experiência prática para os futuros profissionais da psicologia, o que para Gatti *et al*. (2019), também promoverá a troca de saberes e a construção de soluções práticas e inovadoras para os desafios enfrentados pelos educadores.

Uma questão central a ser discutida é a resistência de algumas instituições em adotar tais estratégias, seja por falta de recursos financeiros, seja pela falta de conscientização da importância do cuidado psicológico no ambiente escolar, dada a importância relacionada à criação de campanhas de sensibilização sobre a importância da saúde mental para os docentes e a promoção de políticas públicas eficazes são fundamentais para garantir a implementação dessas práticas (Gatti et al., 2019).

A implementação de programas de apoio psicológico é, portanto, uma necessidade urgente e não apenas uma medida paliativa, como destacam Demarzo *et al*. (2020), ao reconhecer o que o apoio psicológico contínuo não só melhora a saúde mental dos professores, mas também reflete positivamente na qualidade do ensino e no processo de inclusão dos alunos neurodivergentes.

Em última análise, a adoção dessas estratégias de intervenção psicológica e institucional no ambiente escolar pode contribuir para a criação de um ambiente educacional mais saudável, inclusivo e produtivo, pois, é reconhecido pela visão de Santos e Pereira (2018) que a inclusão de crianças com necessidades especiais depende não apenas de adaptações pedagógicas, mas também de um cuidado contínuo com a saúde emocional de todos os envolvidos no processo educativo, especialmente os professores.

4. PROPOSTA DE DIRETRIZES PARA A IMPLEMENTAÇÃO DE PROGRAMAS DE APOIO PSICOLÓGICO A DOCENTES

O ambiente escolar é um local de grande pressão para os docentes, especialmente quando se trata da inclusão de alunos neurodivergentes, o que de acordo com Almeida (2025), volta-se ao fato de que os profissionais enfrentam desafios constantes, como a sobrecarga de tarefas pedagógicas, a falta de apoio institucional e os altos índices de estresse.

Por isso, a implementação de programas de apoio psicológico se torna essencial para promover a saúde mental dos professores, além de garantir que eles possam desempenhar suas funções de forma mais eficaz e com qualidade, onde, são propostas diretrizes embasadas nas literaturas consultadas para este estudo em decorrência das necessidades específicas dos educadores e nas demandas legais e institucionais (Souza; Moraes, 2019).

O primeiro passo para um programa de apoio psicológico eficaz é a realização de um diagnóstico institucional, que deve mapear os principais fatores de estresse e as condições de trabalho dos docentes, considerando os ambientes físico e emocional. Para tanto, devem-se aplicar questionários e realizar entrevistas com os professores, visando identificar os principais obstáculos ao seu bem-estar, o que permitirá traçar um plano de ação específico que contemple as necessidades mais urgentes dos educadores.

Em paralelo, é fundamental que as escolas ofereçam treinamentos e capacitações periódicas para os profissionais da educação. Esses treinamentos devem incluir temas relacionados à gestão do estresse, à educação emocional e ao autocuidado (Vicente; Julião; Cyrne, 2019). Como afirmam Demarzo *et al*. (2020), professores bem treinados em aspectos emocionais são mais capazes de identificar e lidar com seus próprios desafios psicológicos, o que reflete diretamente na sua prática pedagógica a qual deve ser obrigatória para todos os docentes, com foco no desenvolvimento de habilidades que fortaleçam sua saúde mental e seu relacionamento com os alunos neurodivergentes.

Ademais, é importante que o apoio psicológico não seja restrito a momentos pontuais de crise, mas sim que seja contínuo e que possa ocorrer através de programas de apoio psicológico que poderão ser estruturados para oferecer um suporte constante aos docentes, com sessões de terapia, grupos de apoio e momentos de escuta ativa (Moraes; Bahia. Pena, 2019).

Para isso, é necessário que a escola possua profissionais de psicologia capacitados e disponíveis para atender aos educadores sempre que necessário, onde se ressalta que a presença de psicólogos escolares facilita o processo de identificação precoce de sinais de estresse e exaustão, permitindo uma intervenção rápida e eficaz (Santos, 2024).

Além disso, é essencial que a direção da escola se envolva ativamente no desenvolvimento e implementação desses programas, onde se vê segundo Marreiro (2020) sobre a importância do apoio emocional para o sucesso das iniciativas de apoio psicológico. Diante dessa questão, Carvalho (2016) ressalta que as lideranças escolares devem estar cientes da importância da saúde mental dos professores e devem demonstrar comprometimento com a criação de um ambiente acolhedor e seguro. Sendo assim, reconhece-se que a implementação de programas de apoio psicológico também precisa ser apoiada por uma gestão que compreenda os impactos da saúde emocional na qualidade do ensino e na inclusão escolar (Demarzo *et al*., 2020).

Uma das diretrizes mais importantes para a implementação de programas de apoio psicológico é a criação de um ambiente que promova a escuta ativa e o acolhimento. Esse espaço deve ser caracterizado por uma comunicação aberta e sem julgamentos, onde os professores possam expressar suas dificuldades sem medo de retaliação. A criação de espaços seguros dentro da escola, onde os educadores possam compartilhar suas angústias, é fundamental para reduzir os níveis de estresse e prevenir o *burnout*.

Outro aspecto relevante é a integração dos programas de apoio psicológico com as políticas educacionais de inclusão, demonstrada pela compreensão de que a Lei Brasileira de Inclusão (Lei nº 13.146/2015) estabelece que as escolas devem promover um ambiente inclusivo, o que implica atender também às necessidades emocionais dos educadores que lidam com a inclusão de alunos com deficiências.

Em termos práticos, a proposta de diretrizes inclui a realização de reuniões periódicas entre psicólogos escolares e a equipe pedagógica, a fim de discutir questões emocionais que afetam o ambiente escolar (Souza; Carballo; Lucca, 2023). Além disso, devem ser promovidas ações coletivas de enfrentamento do estresse, como grupos de apoio entre os professores e programas de mindfulness, para ajudar os educadores a desenvolverem estratégias pessoais de resiliência, onde, sobre tal questão , Silva e Melo (2024) ressaltam que a prática de mindfulness tem sido cada vez mais adotada nas escolas como uma ferramenta eficaz no combate ao estresse e no aumento da empatia, o que beneficia tanto os professores quanto os alunos.

Além disso, os programas de apoio psicológico devem ser estruturados para permitir que os docentes possam fazer uso de suas licenças de saúde mental quando necessário. Nesse caso, o apoio institucional envolve não apenas a oferta de recursos psicológicos, mas também a compreensão da necessidade de tempo para que os educadores possam se recuperar de

períodos de estresse intenso. A legislação trabalhista brasileira, conforme estabelecido pela Lei nº 8.213/1991, oferece apoio aos trabalhadores que necessitam de licença médica devido a transtornos emocionais, e as escolas devem estar preparadas para respeitar esses direitos.

Outra diretriz importante destacada por Santos (2024), é a criação de políticas de acolhimento para novos professores, que muitas vezes enfrentam um período de adaptação complicado e, por vezes, solitário. O apoio psicológico a esses profissionais no início de sua carreira é fundamental para evitar o estresse precoce e promover a integração deles à comunidade escolar. A mentoria, onde professores mais experientes podem orientar os novatos, é uma estratégia eficaz que deve ser integrada ao programa de apoio psicológico (IEPS, 2023).

Uma vez que os programas de apoio psicológico estejam implementados, é necessário realizar avaliações periódicas para medir sua eficácia, como preconizado por Marreiro (2020) ao ressaltar que tais avaliações devem ser realizadas de forma anônima, a fim de garantir a honestidade das respostas dos professores.

A coleta de feedback é essencial para que as escolas possam ajustar suas abordagens e metodologias de apoio, garantindo que os programas atendam às reais necessidades dos educadores, onde é visto que as avaliações poderão ser feitas por meio de questionários de satisfação, entrevistas e análise dos dados de absenteísmo por questões psicológicas (Santos; Ferreira, 2024).

É importante também que os programas de apoio psicológico sejam baseados em evidências científicas, onde a escolha das técnicas e intervenções deverá ser fundamentada nos estudos recentes que comprovem sua eficácia no contexto escolar (Queiroz, 2025). Sobre tal questão, Santos (2024), ressalta que a utilização de intervenções baseadas em práticas validadas pela psicologia, como a terapia cognitivo-comportamental e o treinamento de habilidades emocionais, aumenta as chances de sucesso dos programas e garante que o suporte fornecido aos docentes seja de alta qualidade.

De encontro a essas questões, Moraes, Bahia e Pena (2019) defendem o fato de que é essencial que as políticas de apoio psicológico estejam integradas com as políticas de saúde pública, criando uma rede de apoio mais ampla para os docentes. Sendo assim, de acordo com o Instituto de Estudos para Políticas de Saúde (IEPS, 2023), reconhece-se que a parceria entre a Secretaria de Educação e as Secretarias de Saúde é fundamental para garantir que os programas sejam acessíveis e sustentáveis a longo prazo, o que poderá proporcionar um

acompanhamento mais eficaz dos educadores e garantir que eles recebam o suporte necessário de forma contínua.

Por fim, a implementação dessas diretrizes deve ser vista como uma prioridade para as instituições educacionais, onde se vê sob a concepção de Demarzo *et al*. (2020) que as escolas, ao priorizarem a saúde mental de seus docentes, estão criando um ambiente mais inclusivo, saudável e produtivo, o que beneficia diretamente os alunos, especialmente os neurodivergentes, além de garantir que os educadores tenham acesso a apoio psicológico contínuo não só melhora a qualidade do ensino, mas também promove uma cultura de cuidado e respeito dentro das escolas.

5.CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa sobre a implementação de programas de apoio psicológico a docentes, especialmente no contexto de inclusão de crianças neurodivergentes, evidenciou a importância de oferecer suporte contínuo e estruturado aos profissionais da educação. A sobrecarga emocional e os desafios enfrentados pelos professores tornaram-se um fator crítico na qualidade do ensino, refletindo diretamente na aprendizagem dos alunos. Assim, reconheceu-se que a criação de estratégias efetivas de apoio psicológico, tanto individuais quanto coletivas, é uma medida indispensável para promover a saúde mental dos educadores e, consequentemente, melhorar o ambiente escolar. Junto a isso, demonstrou-se a importância de conhecer as legislações e os direitos do professor e dos alunos neurodivergentes a fim de traçar um plano terapêutico correto.

Além disso, a conscientização sobre a saúde mental dos docentes deve ser vista como um investimento estratégico para a melhoria da qualidade do ensino, com impacto direto no desenvolvimento acadêmico e social dos alunos. O sucesso dos programas de apoio também dependerá da avaliação contínua de sua eficácia, o que permitirá ajustes nas estratégias adotadas, garantindo a eficácia a longo prazo. Dessa forma, as escolas deverão ser espaços de cuidado e aprendizado, onde tanto os educadores quanto os alunos podem se desenvolver de forma plena e equilibrada.

Por fim, este estudo contribuiu para a construção de um olhar mais atento sobre a saúde mental no ambiente escolar e reforça a necessidade de políticas públicas que promovam, de forma ampla e integrada, o apoio psicológico no contexto educacional. Considera-se que esses

avanços devem ser discutidos continuamente a fim de aprimorar as abordagens e práticas existentes, garantindo que todos os indivíduos, educadores e alunos, sejam tratados com a dignidade e o suporte que necessitam para um desenvolvimento saudável e sustentável.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, Alzileide Lograd*o et al*. Desafios na inclusão de crianças com TEA. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 17, n. 3, p. e7780-e7780, 2025.

BRASIL. **Lei nº 8.213, de 24 de julho de 1991.** Dispõe sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, ano 129, n. 142, p. 1, 25 jul. 1991. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8213cons.htm. Acesso em: 12 abr. 2025

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 5 out. 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 12 abr. 2025.

BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996.** Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, p. 27833, 23 dez. 1996. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm. Acesso em: 17 abr. 2025.

BRASIL**. Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015. Institui** a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Diário Oficial da União, Brasília, DF, 7 jul. 2015. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm. Acesso em: 17 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Rede de Atenção Psicossocial (RAPS).** Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/desmad/raps. Acesso em: 17 abr. 2025.

BUDGARDT, Luísa Eduarda Ibrahim. **Estratégias de ensino para crianças com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade.** 2023.Trabalho de Conclusão de Curso. CEUB – EAD, 2023.

CARVALHO, Álvaro et al. **Saúde mental em saúde escolar:** Manual para a promoção de competências socioemocionais em meio escolar. Editora DGS- PT., 2016

COUTINHO, Lais Soares; ALCANTARA, Vanessa Carine Gil. **Síndrome de Burnout em professores na rede pública de ensino do Estado do Rio de Janeiro.** Editora Amplla, Rio de Janeiro, 2021.b

DEMARZO, M. et al. **Mindfulness para profissionais de educação:** práticas para o bem-estar no trabalho e na vida pessoal. São Paulo: Editora Senac, 2020.

DUQUE, Rita de Cássia Soares et al. Avanços e Desafios na Formação Docente para a Educação Inclusiva. **Reflexões Sobre a Educação: Fundamentos, Políticas, Teorias e Desafios para o Século XXI**, p. 109, 2024.

GATTI, Bernadete et al. **Professores do Brasil:** novos cenários de formação. Edições Unesco, 1ª Edição, 2019.

INSTITUTO DE ESTUDOS PARA POLÍTICAS DE SAÚDE (IEPS). **10 Ações para políticas de saúde mental nas escolas.** 2023. Disponível em: https://ieps.org.br/wp-content/uploads/2023/04/10-acoes-politicas-saude-mental-nas-escolas-executivo-legislativo.pdf. Acesso em: 19 abr. 2025.

ISCHKANIAN, Simone Helen Drumond et al. A educação inclusiva: a formação docente para (re)pensar as proativas efetivas em sala de aula. **Ensino E Aprendizagem**, p. 47, 2022.

LIMA, Edgar Nogueira; CARVALHO, Scarlett O'Hara Costa; STASCXAK, Francinalda Machado**.** O sofrimento psíquico docente e as políticas públicas. **Revista Educação e Inovação**, Fortaleza, v. 11, n. 2, p. 45-60, 2022.

MARREIRO, Débora de Lima. Mindfulness em contexto escolar: uma nova perspectiva na atividade docente. **COGNITIONIS Scientific Journal**, v. 3, n. 1, p. 1-7, 2020.

MORAES, Milena Souza das Chaves; BAHIA, Pablo Queitroz; AMANAJÁS PENA, Heriberto Wagner. Estresse no cotidiano do professor: influência no processo ensino e aprendizagem. **Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo**, n. junio, 2019.

OLIVEIRA, Erik Cunha de; SANTOS, Marcos Antônio Almeida. Políticas públicas em saúde mental e trabalho docente: uma revisão crítica da literatura**. Revista Contemporânea,** v. 4, n. 10, p. 33-50, 2024.

QUEIROZ, Lucas Matheus Martins Queiroz. **Uma visão da literatura:** saúde mental do professor na e após a COVID-19. 2025. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. 2025.

SANTOS, Diego da Silva Teles dos. A ausência de psicólogos e os desafios psicossociais na escola pública: um relato de experiência. **Revista Educação Pública,** Rio de Janeiro, v. 24, n. 45, 10 dez. 2024.

SANTOS, José Arthur da Silva; FERREIRA, Hugo Monteiro. A escuta sensível de adolescentes atravessada por uma perspectiva docente no programa Pode Falar. **Debates em Educação,** v. 16, n. 38, p. e16574, 2024.

SANTOS, M. A.; SILVA, J. F. Promoção de saúde mental no contexto escolar: potências e desafios. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 34, e34077, 2024. Disponível em: https://repositorio.unb.br/handle/10482/52019.

SANTOS, Renata Almeida. **Bem-estar, saúde mental e readaptação funcional:** um estudo bioecológico sobre a percepção de gestores da SEEDF. 2025. 186 f., il. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação) - Universidade de Brasília, Brasília, 2025.
SILVA, M. L. D. et al**.** Stress em professores de educação física frente à inclusão de alunos com necessidades especiais. In**: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – CONEDU, 3.,** 2016, João Pessoa. Anais [...]. João Pessoa: Realize Editora, 2016.

SILVA, Rayra; MELO, Rayra Silva. **O papel da gestão escolar em benefício da saúde mental dos professores do ensino superior no âmbito do IFPB-campus João Pessoa.** João Pessoa: Instituto Federal da Paraíba, 2024.

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

SOUZA, Maria Aparecida de; MORAES, Ana Lúcia de. Formação continuada de professores: a questão psicossocial. **Cadernos de Pesquisa,** São Paulo, v. 49, n. 172, p. 123-140, 2019.

VICENTE, Débora da Silva; JULIÃO, Elionaldo Fernandes; CYRNE, Renata Vieira Carbonel (Orgs.). **Políticas públicas de educação no Brasil:** reflexões políticas e pedagógicas. Rio de Janeiro: Ministério Público do Estado do Rio de Janeiro; Universidade Federal Fluminense, 2019.

Data de início da submissão: 01 de março de 2024

Data final para submissão: 31 de maio de 2024