

AS IMPLICAÇÕES DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES EM IDADE ESCOLAR

Eduarda Santana dos Santos¹
Felipe Junior Pereira²
Lívia Dittz da Silva³
Msc.Sandileuza Pereira da Silva⁴

RESUMO

Devido ao aparecimento da Covid-19 se fez necessário instaurar o isolamento social para que toda a população se protegesse deste vírus. Com o decorrer da pandemia ocorreu o afastamento social de pessoas que estavam infectadas e das que permaneciam saudáveis. Com isso, foi preciso realizar o fechamento das escolas que, simultaneamente, gerou o distanciamento dos adolescentes na fase escolar, apresentando uma nova perspectiva sobre a importância da saúde mental e do desenvolvimento escolar dos adolescentes. Diante disso, é importante compreender que o isolamento social pode ocasionar mudanças comportamentais e psicológicas que podem afetar a saúde mental dos adolescentes. O presente trabalho procura entender como esta situação interfere na vivência dos adolescentes através de um questionário com vinte e três questões respondidas por setenta adolescentes com idade entre onze a dezessete anos residentes da Grande Vitória (Serra, Cariacica, Vitória, Vila Velha e adjacentes). Com o intuito de compreender quais os impactos causados pelo isolamento social nos adolescentes, com relação a sua vida acadêmica, aspectos psicológicos e comportamentais. O questionário foi analisado com as contribuições da terapia cognitiva comportamental e da psicologia escolar. Percebe-se que o isolamento social proporcionou mudanças psicológicas e acadêmicas na vivência desses adolescentes, tornando-os mais perceptíveis quanto ao ensino e questões relacionadas à saúde mental.

Palavras-chave: Isolamento Social. Saúde Mental. Adolescentes e Escolar.

Abstract: Due to the appearance of Covid-19, it was necessary to establish social isolation so that the entire population could be protected from this virus. With the course of the pandemic, people who were infected and those who remained healthy became socially alienated. As a result, it was necessary to close the schools, which simultaneously led to the distancing of adolescents during the school phase, presenting a new perspective on the importance of mental health and educational development for adolescents. Therefore, it is important to understand that social isolation can lead to behavioral and psychological changes that can affect the mental health of adolescents. The present work seeks to understand how this situation interferes in the adolescents' experience through a questionnaire with twenty-three questions answered by seventy adolescents aged between eleven and seventeen years old residing in Greater Vitória (Serra, Cariacica, Vitória, Vila Velha and adjacent

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

areas). In order to understand the impacts caused by social isolation on adolescents, in relation to their academic life, psychological and behavioral aspects. The questionnaire was analyzed with contributions from cognitive behavioral therapy and school psychology. It is noticed that social isolation provided psychological and academic changes in the experience of these adolescents, making them more noticeable in terms of teaching and issues related to mental health.

Keywords: Social isolation. Mental health. Adolescents and School.

1.INTRODUÇÃO

Ao observar o cenário recente em que estamos vivendo, acerca do SARS-CoV-2 (Covid-19), um vírus novo, em estudo, que se transformou em uma pandemia e tem afetado a vida da população propagando-se pelo ar e afetando principalmente o sistema respiratório de indivíduos infectados. Devido a esse vírus, foram criados protocolos como medida de prevenção ao contágio, entre eles, o isolamento social.

Sabemos que o isolamento social foi necessário, pois o vírus se propagava pelo ar, apresentando diversos sintomas na população como febre, falta de paladar, etc. A população foi orientada a ficar reclusa em suas residências e, com essa nova rotina, e com os impactos ocasionados pelo isolamento, como problemas de ordem física e mental, o comportamento e o desenvolvimento escolar das crianças e adolescentes, foram afetados.

O presente trabalho apresentou como objetivo apontar as mudanças comportamentais e psicológicas ocasionadas nos adolescentes com idades entre 11 a 17 anos que vivenciaram o isolamento social pela COVID-19 no ano de 2020 e, com isso, apresentar como esses adolescentes foram afetados em seus comportamentos pela perspectiva da psicologia escolar e da terapia cognitivo comportamental, mostrando também as diferenças de classes em relação à vida acadêmica durante este período.

Portanto, esta pesquisa visa demonstrar as implicações do isolamento social na saúde mental dos adolescentes de 11 a 17 anos, identificando quais as mudanças de comportamento que esses adolescentes apresentaram antes, durante e após este

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

período, compreendendo como a vida acadêmica dos adolescentes foi afetada devido ao isolamento social e descrevendo os impactos gerados nos relacionamentos interpessoais dos adolescentes devido ao isolamento social.

Neste panorama em que o mundo tem vivido, é importante entender como os adolescentes foram afetados e quais comportamentos eles adquiriram no decorrer da pandemia. Devido a isto, é essencial o acolhimento e o entendimento sobre a adolescência com ações que trilhem uma nova perspectiva em suas vidas.

Com as intervenções necessárias para o caso em questão: impactos na saúde mental e no desenvolvimento de adolescentes, busca-se em artigos e trabalhos científicos com o foco no isolamento social pela perspectiva da TCC. A terapia cognitiva comportamental auxilia nesse processo, pois ela aborda os comportamentos e a cognição do ser humano e, com a conexão da psicologia escolar, será possível entender como proceder com tais comportamentos e reações.

2.MÉTODO

Este trabalho constitui-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica e de pesquisa quantitativa. Compreendendo que a pesquisa bibliográfica tem o foco em construir um trabalho, artigo ou outros mecanismos de informação com artigos científicos, livros já encontrados e estruturados, o seu propósito é auxiliar na construção do trabalho e desenvolvimento das teorias encontradas (GIL, 2002).

Conforme Creswell, (2010, p.21), “Os métodos quantitativos envolvem o processo de coleta, análise, interpretação e redação dos resultados de um estudo,” entendendo assim o procedimento a ser realizado acima.

O grupo em questão, elaborou um questionário cujo objetivo é identificar como o isolamento interferiu nos relacionamentos pessoais e interpessoais, desenvolvimento, conhecimento e aprendizado escolar desses indivíduos. Ao todo, foram realizadas vinte duas perguntas estruturadas fechadas obtendo um total de setenta participantes e, a partir dessas respostas, realizamos uma análise de comparativos entre as classes sociais e descrevemos os pontos encontrados

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

correlacionando-os com os aspectos do comportamento, desenvolvimento escolar, saúde mental e abordagem da terapia cognitiva comportamental.

3.REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 COVID -19 E ISOLAMENTO SOCIAL

O coronavírus, também conhecido como SARS-Cov (Covid-19), é um vírus infeccioso que se encontra em estudo, a rápida contaminação entre os indivíduos se dá devido à sua forma de propagação ser pelo ar e por contato com pessoas e objetos contaminados. Desta forma, em contexto mundial, a população foi afetada sendo necessário uma nova realidade e instituindo uma pandemia. Contudo, não é a primeira enfrentada, visto que de 1918 a 1920, surgiu a gripe espanhola que trouxe medo, preocupações e indecisões com o futuro, aumentando os índices de mortalidade e matando milhões de pessoas (GOULART, 2005).

A endemia é uma doença que acontece em um típico território e, a pandemia, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), é definida como uma doença que se dissemina por todos os continentes, vinculando-a com a emergência, afetando a vida, ambientes, locais e necessita de um atendimento imediato, pois pode gerar diversas mortes e um luto coletivo que se define em “[...] uma forma de sofrimento caracterizada por um rearranjo de nossas relações com o mundo e com nós mesmos diante da subtração de um objeto ao qual estivemos em parte significativa de nossa existência [...]” (VERZTMAN; ROMÃO-DIAS, 2020, p.11).

O vírus da Covid-19, conhecido cientificamente como SARS-CoV-2, transmite informações importantes acerca de sua intitulação científica. O Sars (Severe Acute Respiratory Syndrome) está relacionado com a dificuldade do portador da síndrome em respirar. A Cov condiz com o grupo familiar a que o vírus pertence e o numeral ligado à sua intitulação científica, essa conexão também aconteceu com outra variante do coronavírus em 2002 que quase se propagou (LANA et al, 2020).

A OMS, em 31 de dezembro de 2019, recebeu alerta sobre casos graves de pneumonia, na cidade de Wuhan, na República Popular da China. Os casos estavam

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

relacionados com uma variante do coronavírus que se propagava de forma rápida e que atingia os seres humanos (LANA et al, 2020).

Como em um mundo globalizado é muito difícil que a ameaça viral fique restrita em um só país, em pouco tempo a situação do COVID-19 se tornou pandêmica, ocasionando grande letalidade em países que demoraram a adotar medidas sanitárias restritivas, infelizmente inevitáveis nesse tipo de calamidade social (BITTENCOURT, 2020.pg 3).

Os sintomas encontrados nos infectados pela Covid-19 de acordo com a OMS, estão relacionados a: indícios gripais, como mal estar, coriza, tosse, dores de garganta, febres, dores no corpo, falta de ar. Pode ser classificados com níveis assintomáticos, leves que são sintomas considerados não específicos como tosse ou coriza, casos moderados sendo os sintomas mais específicos que estão ligados a cefaleias, febres e casos graves quando relaciona-se com dores no tórax e casos críticos quando estão em quadro de sepse que leva a síndrome do desconforto respiratório agudo (MINISTÉRIO DE SAÚDE, 2021 apud FARO et al, 2020).

Com o propósito de uma redução da disseminação do novo coronavírus, o Ministério da Saúde propôs medidas que auxiliam no processo de contenção da COVID-19, além das medidas farmacológicas que envolvem: internações, medicações orais e a vacina, estão incluídas no planejamento medidas de distanciamento social, etiquetas respiratórias, higienização, utilização de máscaras de forma obrigatória e isolamento e quarentena (AQUINO et al, 2020).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda como medidas não farmacológicas para controlar a doença a quarentena, o isolamento de pessoas com sintomas e o distanciamento social adicionalmente, são recomendados o uso de máscaras faciais e a higienização das mãos. Há evidências de que as medidas não farmacológicas são eficazes no controle da transmissão do COVID-19 (GARCIA et al, 2020.pg 2).

Com o agravamento da pandemia da Covid-19, foi necessário adotar novas medidas de contenção para propagação do vírus, intitulado então através da Organização Mundial De Saúde a medida de isolamento social.

O país decretou estado de calamidade pública dia 18 de março e dois dias depois declarou conhecimento de transmissão comunitária em todo o território nacional. O Ministério da Saúde, a partir de então, passou a

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

recomendar medidas de isolamento social para toda a população brasileira (SCHUCHMANN et al 2020. p.4).

O isolamento é uma medida que têm a finalidade de distanciar as pessoas que estão doentes das que não estão apresentando sintomas do Covid-19, com o intuito de reduzir a transmissão e infecção, evitando a proliferação do vírus, contudo para os assintomáticos a identificação dos sintomas não será tão eficaz (AQUINO, 2020).

De acordo com a OMS, o intuito dessa medida é evitar as aglomerações que podem ocasionar a maior propagação do vírus. Agindo com o distanciamento dos indivíduos que apresentam sintomas e das pessoas consideradas saudáveis, proporcionando, desde o primeiro caso, medidas para dissipar o vírus.

Segundo essa perspectiva, encontram-se definições sobre o isolamento social, como por exemplo: Isolamento Social Vertical e/ou mitigação e isolamento social horizontal e/ou supressão. Os dois detêm as mesmas funções, que é conter o vírus (SCHUCHMANN, et al 2020). A supressão, efetua ações para auxiliar outros processos em andamento, com a intenção de eliminar o vírus e proteger a população. Não ocorre de imediato, entretanto, faz parte do distanciamento (WERNECK; CARVALHO, 2020).

E a mitigação ou o isolamento vertical fala sobre a intenção de

[...] fazer com que a população aumente sua imunidade com a epidemia, levando a um eventual declínio no número de casos e na transmissão. Em outras palavras, não se espera uma interrupção completa da propagação da doença, mas sim uma redução do impacto dessa epidemia na saúde (SCHUCHMANN et al., 2020, p.6).

De acordo com o Ministério da Saúde, Portaria nº 356, foi considerada a Declaração de Emergência em Saúde Pública de Importância Internacional pela Organização Mundial da Saúde em 30 de janeiro de 2020, em decorrência da Infecção Humana pelo novo coronavírus (COVID-19).

Art. 1º desta Portaria regulamenta o disposto na Lei nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020, que estabelece as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional em decorrência da Infecção Humana pelo coronavírus (COVID-19) (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

No Art. 3º a medida de isolamento objetiva a separação de pessoas sintomáticas ou assintomáticas, em investigação clínica e laboratorial, de maneira a evitar a propagação da infecção e transmissão local (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

O Art. 5º relata que o descumprimento das medidas de isolamento e quarentena previstas nesta portaria acarretará em responsabilizar aqueles que não cumprirem o mandamento, nos termos assegurados em lei (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

Neste contexto, a praticabilidade do isolamento social durante a pandemia resulta na exposição do sofrimento de uma grande parte da população, causados pelas exacerbadas preocupações como: problemas ligados à economia e a explosão de notícias, bem como outras questões pertinentes à realidade de cada uma das pessoas que mantêm relações no cotidiano. Fatores como esses podem ocasionar a manifestação ou o agravamento de sintomas psicológicos como a ansiedade, o estresse e a depressão (ORNELL et al apud MAGALHÃES; GARCIA, 2021).

Alguns desses indicadores foram atrelados a um maior número de sintomas de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), transtornos de ansiedade e afetos negativos após o final do isolamento social. Desta forma, as perdas financeiras e as estigmas, bem como outras condições adversas ocasionadas pelo isolamento social, foram identificadas como fatores de risco quanto ao desenvolvimento de transtornos mentais e de afetos negativos prolongados (MAGALHÃES; GARCIA, 2021. p.7).

3.1.2 ISOLAMENTO SOCIAL EM ADOLESCENTES

O Isolamento Social atingiu a todos independentemente da idade, proporcionando uma mudança brusca na rotina dos adolescentes, gerando novos meios de viver, se deparando com novos desafios, visto que é importante observar o crescimento e desenvolvimento do adolescente no decorrer do isolamento social e os novos fatores que precisam de atenção absoluta, pois tais fatores apresentam um modo de resolução que impossibilita o alcance de comportamentos adaptativos e dessa forma, pode atrapalhar desenvolvimento no decorrer da vida do adolescente (CARVALHO,2006).

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

Pela perspectiva de Vygotsky, a adolescência é uma fase em que o sujeito lida com conflitos, dessa forma ocorre a transição estrutural que ocasiona o amadurecimento. Esses conflitos são desencadeados por determinantes sociais, pois, o grupo em que se encaixa ou pretende se encaixar que se modifica por estar em constantes exigências, objetivos, projeção social, pontos que pleiteiam o desenvolvimento intelectual do adolescente (VIOLA, 2017 apud VYGOTSKY et al,1991).

Quando falamos desse isolamento social nas vidas dos adolescentes estamos falando de mudar toda a sua rotina e vida, afastando dos vínculos sociais e apagando toda uma vivência construída, para viver novas formas de se comunicar e reinventar formas de fazer seus afazeres (CARVALHO,2006).

O viver em família foi reescrito e tornou-se necessária uma aproximação, contudo esta convivência gerou conflitos familiares, estresse emocional, dificuldades de relacionamento entre as partes, precisando se adaptar a esse novo contexto vivenciado através do isolamento pela pandemia da Covid-19

[..] o fato de que as pessoas de menor renda, além de mais expostas aos problemas financeiros ocasionados pela pandemia da COVID-19, também estão mais vulneráveis a serem afetadas por problemas de saúde física e psicológicos associados à reclusão necessária no período de isolamento social. Esses elementos que impactam na percepção e na intenção de adotar o auto isolamento levam a preocupação de por quanto tempo as pessoas continuarão permanecendo isoladas e quais medidas podem ser tomadas para contribuir na redução dos impactos, sejam financeiros, ou na saúde física e mental (BEZERRA et al, 2020, p.9).

Com isso, o medo, a angústia, preocupação e algumas emoções foram geradas durante o isolamento social, em toda a população principalmente nas crianças e adolescentes, pois nesses momentos além do receio do que pode acontecer com aquele que se ama, eles estão em processo de desenvolvimento e com isso vão perdendo o contato e suas interações sociais, que é o ápice para desenvolvimento do adolescente (FERREIRA et al, 2013).

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

3.1.3 ISOLAMENTO SOCIAL NA ÁREA ESCOLAR

Diante do contexto do isolamento social, foi necessário encerrar as atividades escolares ocorrendo o afastamento dos estudantes do ambiente escolar e de suas relações, com seus colegas, professores e o ambiente externo, dificultando o aprendizado e suas interações sociais (FERREIRA et al, 2013).

[...] Sobretudo em contexto escolar, pode ser entendido como um padrão comportamental persistente e que causa mal-estar, caracterizado por uma baixa frequência e duração de interações sociais [...] as crianças socialmente isoladas poderão estar em risco na aquisição de linguagem, valores morais e modo expressar sentimentos de agressividade, sendo que as consequências negativas podem persistir ao longo do tempo. (CARVALHO, 2006, p.1)

O ambiente escolar vai além do ensino curricular que é realizado. Os professores são agentes da instituição educativa tendo um papel fulcral na interatividade e na sociabilidade em relação aos alunos. Com o isolamento, acabou surgindo esse rompimento de aproximação e dificultando um vínculo social e afetivo (CARVALHO, 2006). Mediante a este contexto, o MEC (Ministério da Educação), que é responsável pelas diretrizes da educação no Brasil, apresentou instruções de como deveriam ser as atividades escolares para as instituições escolares privadas e públicas de todo o Brasil, propondo então novos meios de ensino para alcançar os alunos (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2020).

A princípio foi o ensino híbrido que é formado por salas de aulas online, onde alunos e professores deveriam utilizar a tecnologia como o celular, computador ou tablet, para acessarem e participarem das aulas. Porém, não obtiveram o alcance desejado, pois em áreas sociais de baixa renda não possuem esse acesso para conseguir participar desse formato de aulas (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2020).

A proposta a princípio encheu os olhos tanto dos alunos quanto dos professores, mas não obtiveram o alcance desejado pelo fato do Brasil ser um país no qual cada região possui realidades específicas, e suas redes de ensino pública muitas vezes não têm como manter esse ideal proposto, tendo também situações na

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

qual crianças e adolescentes não possuem acesso ao meio tecnológico, portanto não conseguiam assistir e participar das aulas online (COUTO; CRUZ, 2020)

Sendo assim, adicionaram transmissões na rede de televisão, com as matérias para auxiliar no ensino dos alunos. Entretanto, voltou ao mesmo problema, pois nem todas as pessoas tinham acesso à televisão ou não apresentavam tempo hábil para acompanhar. Então veio a proposta da entrega de atividades impressas aos alunos, pela instituição de ensino, após a realização, devem ser devolvidas para correção (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2020).

O ensino híbrido, a princípio, teve um bom alcance na rede privada por ser frequentado por pessoas de classe sociais no qual tem o contato diário com tecnologias. Sendo assim, o ensino remoto foi mantido e este não foi tão afetado quanto da forma das redes públicas, na qual os alunos não têm o mesmo acompanhamento de ensino (SILVA; NETO; SANTOS, 2020).

O ensino remoto proposto para a educação abrange uma nova forma de comunicação, utilizando meios tecnológicos para assim transmitir o conhecimento aos alunos. Contudo, este modo de ensino apresenta algumas barreiras para o desenvolvimento dos alunos que possuem esses meios como: suas redes de apoio, acessos tecnológicos dentre aqueles que não possuem condições de desenvolver de forma mais eficaz com o ensino remoto (COUTO; CRUZ, 2020).

Além da dificuldade para conseguir fazer o ensino chegar ao aluno também surgiu uma dificuldade de comunicação com os responsáveis, pois alguns não tiveram a disponibilidade de trabalhar em casa, e tendo assim que ir ao trabalho deixando seu filho em casa e sem tempo de dar atenção ou de se comunicar com a escola (SILVA; NETO; SANTOS, 2020).

A comunicação entre a escola e a família sempre foi muito importante no desenvolvimento do aluno e, agora passando por este período de isolamento a comunicação tem que ser ainda mais presente. Porém, muitas vezes em rede de ensino público, não é possível ter esta comunicação com os responsáveis, pois estão atarefados por situações de necessidade de conseguirem adquirir algo em casa. Já

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

nas redes de ensino particular, os responsáveis estão mais presentes e cobram mais dos seus filhos pelo fato do investimento (COUTO; CRUZ, 2020).

O que tornou possível a volta às aulas presenciais foi o avanço da vacinação que possibilitaria então um novo meio de ensino no ambiente escolar, onde os alunos de suas respectivas salas foram divididos em dois grupos sendo A e B: quando um determinado grupo estivesse na escola, o outro estaria em casa com atividades passadas pelos professores, para assim todos terem aula presencial e com um risco menor da transmissão do vírus (JORNAL DA USP, 2021).

Com o avanço no processo de vacinação contra a Covid-19, os profissionais da educação foram vacinados e tal ação se aproximou da população de até 11 anos, trazendo assim, o retorno às aulas presenciais com a capacidade em 100%. Buscando seguir com os procedimentos de segurança e distanciamento como o afastamento das carteiras, o uso de máscaras e de álcool para higienização (RIBEIRO et al, 2020).

O intuito é organizar e controlar os procedimentos de segurança e educação, durante esse retorno, dessa forma o MEC criou um Painel de Monitoramento da Educação Básica no Contexto da Pandemia. Esse painel possibilita que o MEC tenha informações do andamento das aulas, efetuando publicações quanto às ações do MEC em resposta à pandemia, sendo uma junção de dados coletados neste período pandêmico (RIBEIRO et al, 2020).

3.1.4 SAÚDE MENTAL

Saúde mental é um estado de tranquilidade, é considerado um bem estar que a pessoa consegue desfrutar e apreciar sua vida, trabalhando, e contribuindo com a sociedade e ao mesmo tempo administrando suas emoções e comportamentos, ao atuar com reciprocidade ao lidar com sentimentos positivos, negativos e as frustrações encontradas em suas relações e contextos de vida (FARO et al, 2020).

Porém, de acordo com Magalhães; Garcia (2021, p.8),

As emergências de saúde pública podem afetar a saúde, segurança e bem-estar de indivíduos e comunidades por causa de perdas econômicas,

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

fechamentos de postos de trabalho e escolas, emprego inadequado de recursos para assistência médica e distribuição deficiente das necessidades.

A pandemia do coronavírus tem atravessado todo o tecido social, no qual praticamente nenhuma área da vida coletiva ou individual tem sido poupada, e isto vem se repercutindo na área da saúde mental. Em situações como estas, o número de pessoas psicologicamente afetadas, costuma ser maior que o de pessoas acometidas pela infecção, sendo estimado que um terço da metade da população possa apresentar consequências psicológicas e psiquiátricas caso não recebam cuidados adequados (CEPEDES; ORNELL et al., apud LIMA, 2020).

Esses acontecimentos são gerados através do contato com o outro, com as formas que cada indivíduo possui para lidar com os relacionamentos interpessoais, e isso é ocasionado devido a intensidade dos fatores gerados pela pandemia da covid-19 que tem afetado a saúde mental de toda população, tanto em seus processos de relação, quanto de vida profissional.

O aumento dos sintomas psíquicos e dos transtornos mentais durante a pandemia pode ocorrer por diversas causas. Dentre elas, pode-se destacar a ação direta do vírus da Covid-19 no sistema nervoso central, as experiências traumáticas associadas à infecção ou à morte de pessoas próximas [...] (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

O distanciamento, modificou os padrões de comportamento da sociedade, com o fechamento das escolas, pausas profissionais, e novas medidas para atuar e viver nessa pandemia da Covid-19, dificultando assim, o contato e a interação entre as pessoas, que é um método necessário para a saúde mental (FARO et al, 2020).

O convívio prolongado dentro de casa aumentou o risco de desajustes na dinâmica familiar. Somam-se a isso as reduções de renda e o desemprego, que pioram ainda mais a tensão sobre as famílias. E, ainda, as mortes de entes queridos em um curto espaço de tempo, juntamente à dificuldade para realizar os rituais de despedida, dificultando a experiência de luto e impedindo a adequada ressignificação das perdas, aumentando o estresse (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

Há três fatores importantes que são considerados estratégias quando se menciona a SM (Saúde Mental): às equipes multidisciplinares, a comunicação clara, (pois nesse momento é o necessário para que todos consigam absorver e compreender as informações passadas), e os serviços de telessaúde com

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

atendimento psicológico, sendo o psicólogo essencial para auxiliar nesse contexto (PEREIRA et al, 2020).

3.1.5 CONSEQUÊNCIAS DO ISOLAMENTO SOCIAL EM ADOLESCENTES

O isolamento social trouxe alguns problemas ligados à saúde mental entre os adolescentes trazendo à tona problemas estressores como por exemplo o estresse tóxico que ocorre em ambientes caóticos. O estresse tóxico se refere a um nível de estresse forte, frequente e com ativação prolongada do organismo, sem a presença de mecanismos de proteção que possam amenizar os efeitos negativos dos eventos estressores, podendo gerar hiper vigilância e exaustão nos indivíduos que vivem nesses contextos (LINHARES; ENUMO, 2020).

O estresse tóxico pode causar hiperatividade nos circuitos neuronais que controlam as respostas de medo, provocando uma interpretação no cérebro de ameaça, que pode levar a respostas de agressão como defesa (LINHARES; ENUMO, 2020).

A intenção do isolamento social era evitar a transmissão da Covid-19, com isso os adolescentes foram afastados das escolas afetando o vínculo interpessoal e educacional, além de proporcionar um sofrimento psicológico e físico.

Com o isolamento social, foi possível observar que os adolescentes que apresentaram contextos estressores demonstram um nível alto de cortisol, hormônio que administra o estresse, em contrapartida aquelas que não estavam no isolamento não apresentavam. Essas alterações estão ligadas ao sistema nervoso e imunológico, e fazem referência às emoções, aprendizagens, memória e desenvolvimento (SLOPEN et al; GAAG et al apud LINHARES; ENUMO, 2020).

Com a pandemia da Covid-19, os adolescentes e seus responsáveis, apresentam novas perspectivas relacionadas a situações estressoras que podem estar relacionadas com a rotina e problemas enfrentados diariamente, as quais ameaçam a capacidade de enfrentamento adaptativo (LINHARES; ENUMO,2020).

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

Compreende-se que em relação à ciência juntamente com estudos semelhantes que podem auxiliar nos casos da Covid-19 e com essa estrutura podem averiguar quais os impactos do vírus no comportamento e no psicológico do indivíduo. Dessa forma, essa pesquisa pode ajudar a encontrar meios de lidar com os impactos causados no desenvolvimento dos adolescentes (JIAO et al; apud LINHARES; ENUMO,2020).

O estudo apontou que, em uma amostra de 320 adolescentes de 11 a 18 anos de idade, de ambos os sexos, os problemas emocionais e comportamentais prevalentes foram os seguintes: distração, irritabilidade, agitação, medo de fazer perguntas sobre a epidemia, querer ficar agarrados aos familiares, dentre outros. Esses problemas se associaram a pesadelos, falta de apetite e desconforto físico [...] (LINHARES; ENUMO, 2020).

De modo geral, é encontrado nos adolescentes, o sedentarismo mediante o isolamento social, contudo é orientado que os mesmos realizem atividades físicas, tentem se movimentar em suas casas, coloquem cronogramas para organização, evitar o uso excessivo da tecnologia, realizando todo esse processo com a comunicação entre o adulto e adolescentes (LIMA, 2020).

Dentro das consequências do isolamento social, é importante falar sobre os transtornos alimentares ligados ao abuso de comida, pois vemos que a adolescência é a população mais suscetível para desenvolver transtornos alimentares, tendo em vista que é um período onde acaba por trazer consequências de insatisfação aos jovens com seu próprio corpo, devido às mudanças físicas, questões sociais e aos padrões de beleza que são idealizados, tornando-se de extrema urgência a detecção e tratamento precoce deste problema (MAUCH et al, 2020).

Outro problema dentro do isolamento social é o consumo de mídia social feito por adolescentes. Um estudo que foi realizado em 2007 trouxe que em momentos de ócio existe uma influência direta na autoimagem e no autoconceito, visto que este período é entendido como um momento de maior liberdade para satisfazer desejos e necessidades pessoais que foram frustrados no cotidiano. Um outro estudo realizado

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

em 2007 trouxe a ideia de que a maior quantidade de acesso a redes sociais aumentou significativamente a chance de insatisfação corporal. Ou seja, um período muito longo de ócio pode ser prejudicial para a saúde mental dos adolescentes. Hoje em dia, nota-se que os jovens fazem o uso de redes sociais no meio domiciliar (MAUCH et al, 2020).

Com o isolamento social causado pela quarentena, os adolescentes tiveram uma pausa em suas atividades de rotina como por exemplo: as escolas, academias, festas etc. Tendo em vista que muitos jovens que se encontram em suas residências obtiveram uma redução em suas atividades de lazer disponíveis, nesse sentido acredita-se que muitos deles acabam por abusar das redes sociais tendo em vista que a utilização das redes sociais é uma forma de lazer.

3.1.6 A PSICOLOGIA ESCOLAR NOS IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL

De acordo com o Conselho Federal de Psicologia, o psicólogo atua em um contexto clínico, social e na saúde pública. E nessa nova realidade, este profissional precisará reinventar suas formas de comunicação e lidar com a tecnologia em prol do paciente que precisa de um acolhimento e entendimento do que está passando. O psicólogo, neste momento, atua com o intuito de promover a saúde e o desenvolvimento daqueles que foram afetados psicologicamente pela Covid-19 (CRP-AL, 2020).

Com a necessidade de combater a Covid-19, e compreender sobre a nova realidade enfrentada pela população mundial, fez com que o psicólogo fosse colocado como essencial e como estratégia tanto para a equipe de saúde mental, quanto em outros aspectos, como atendimentos escolares, com uma junção entre desenvolvimento e mente (PEREIRA et al, 2020).

Dentre as áreas de atuação do psicólogo, encontra-se a Psicologia Escolar, atuação essa que está interligada com área clínica, e a saúde mental, mediante o processo de escolarização em prol dos indivíduos e do ambiente escolar, voltando para os problemas encontrados e as causas institucionais com o foco no desenvolvimento humano e aprendizagem (ANTUNES, 2008).

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

Nesse sentido, a Psicologia Escolar é entendida como um campo de atuação profissional do psicólogo e, também, de produção científica, caracterizado pela inserção da Psicologia no contexto escolar, sendo que o objetivo principal deste campo é mediar os processos de desenvolvimento humano e de aprendizagem, contribuindo para sua promoção (OLIVEIRA; ARAÚJO, 2009, p. 651).

O Psicólogo Escolar lida com os fatores que cercam o ambiente escolar, tanto do meio no qual o aluno está inserido como também o meio externo que faz parte da vivência do aluno (ANTUNES,2008).

Diante do Isolamento Social, o psicólogo escolar se depara com o afastamento dos alunos do seu meio escolar, dificultando a comunicação com estes, que por estarem em casa, começaram a desenvolver um nível de estresse maior pelo fato da mudança de rotina, surgindo também dificuldades de aprendizagem e de socialização (CARVALHO, 2006).

A ação de comunicação do psicólogo entre escola, família e aluno tem como papel ser uma ponte e buscar ajudar o aluno nas demandas que o atrapalham no seu dia a dia (ANDALO,1984).

Com os alunos distantes da sala de aula, o trabalho do psicólogo escolar tenta meios de exercer o seu trabalho, tendo uma comunicação com os demais funcionários da instituição de ensino para que assim possa ter conhecimento sobre os alunos e quais necessitam de uma atenção mais rápida. Assim, ele busca comunicar o indivíduo, através de ligações, tentando, se possível, marcar encontros para acompanhar, para buscar uma ligação com o indivíduo e com a família. (DUGNANI; SOUZA, 2011).

Diante de todo o contexto encontrado, as tecnologias são vistas como a forma de comunicação entre os profissionais e os alunos, para que haja uma interligação entre os meios “possibilitando trocas conversacionais, realização de atividades remotas, fruição cultural, contribuindo, assim, com o isolamento social” (CRP-AL, 2020. p.11).

O uso da tecnologia para o auxílio nas trocas em aula e em direcionamentos, é importante, porém “as trocas afetivas, e as formas de nos relacionarmos jamais

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

poderão ser substituídas pela mediação tecnológica, pois é no outro e com o outro que nós reconhecemos e somos inseridos no sistema social, na cultura” (CRP - AL, 2020.p.16).

Diante das adaptações curriculares, estruturais e didáticas a serem realizadas no atual momento de crise, a Psicologia Escolar e Educacional insere-se nesse processo de mediação e discussão para propor caminhos, orientar percursos e provocar inquietações num esforço de diálogo com a comunidade escolar e com a categoria para que, frente às novas demandas, tais profissionais encontrem orientação e respaldo para sua atuação ética e comprometida com equidade, justiça social e a inclusão de todos os sujeitos (CRP - AL, 2020.p.17)

De acordo com o CRP- AL, 2020. p.17, “a Psicologia Escolar e Educacional, frente a essa diversidade de cenários, não apresenta um modelo genérico de atuação, sendo necessário estar atenta ao contexto em que o/a psicólogo/a está inserido/a”.

A psicologia escolar, dessa forma, busca observar o estudante como um aluno-problema e passa a analisar toda a realidade daquela instituição. A princípio podemos citar questões como: localização e estrutura da escola, recursos (financeiro, humano, material...), os profissionais e sua relação com os alunos, o ambiente sócio familiar daquele estudante, a cultura, dentre outros detalhes que interferem positivamente ou negativamente no processo de desenvolvimento, embora ainda existam instituições que enxerguem o psicólogo escolar a partir das concepções iniciais da profissão (CRP - AL, 2020.p.21).

Neste período pandêmico no qual os alunos tiveram que retornar às aulas, o psicólogo escolar teve que lidar com demandas na qual surgiram pelo fato dos alunos estarem no isolamento social, chegando à instituição de ensino com dificuldades na aprendizagem, interação social e concentração. Sendo assim, o psicólogo escolar tem uma ação mais presencial auxiliando na construção de conhecimento do aluno, trabalhando juntamente com os demais profissionais para assim ter um avanço no conhecimento e na interação do aluno (AMÉLIA, 2020).

Além do aluno, o psicólogo escolar se depara com a demanda de acompanhar os profissionais do âmbito escolar que estão retornando ao trabalho em um período de preocupação com a saúde, além do cansaço e exaustão por trabalharem em outros meios sem ser o de ir na instituição de ensino (AMÉLIA, 2020).

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

3.1.7 CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL NAS AÇÕES DA PSICOLOGIA ESCOLAR

Quando se fala da ligação entre o isolamento social e os adolescentes na interface escolar, é entendido que os mesmos apresentam alguns comportamentos, que são atribuídos a notas irregulares, pouca interação social com os indivíduos próximos e que podem atrapalhar o seu desenvolvimento (CARVALHO, 2006).

Diante disso os adolescentes apresentam diversas formas de comunicação e de interação, e precisam constantemente visualizar as informações apresentadas, pois não possuem outra forma devido o isolamento social e os novos modos de conviver, e devem ser entendidas como um todo, de forma emocional e física (RIBEIRO,2020).

Contudo:

As crianças socialmente isoladas poderão estar em risco na aquisição de linguagem, valores morais e modo expressar sentimentos de agressividade, sendo que as consequências negativas podem persistir ao longo do tempo. O que significa que não se trata apenas de uma dimensão social, sendo também importante noutros domínios (CARVALHO, 2006.p.1).

O intuito da ligação entre a TCC (Terapia Cognitiva Comportamental) e a psicologia escolar é realizar uma intervenção com o propósito de auxiliar esses indivíduos no desenvolvimento da área escolar e de suas relações interpessoais, que foram afetadas e administradas de uma nova perspectiva.

Com a intenção de procurar formas de incentivar e fazer com que o indivíduo realize as atividades necessárias dentro da sala de aula e consiga manter o ritmo, o intuito é utilizar as técnicas da terapia cognitiva comportamental para auxiliar nesse processo (CARVALHO, 2006).

“A Terapia Cognitivo-Comportamental integra técnicas e conceitos vindos de duas principais abordagens tais como a cognitiva e a comportamental” (BAHLS; NAVOLAR, 2004. p.3). “[...] é uma das poucas formas de tratamento psicoterápico baseado em evidências, ao mesmo tempo em que manteve e consolidou seus

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

princípios teóricos fundamentais, expandiu sua prática e abrangência” (BECK, 2014, p.9).

A Terapia Cognitivo-Comportamental centra-se nos problemas que estão sendo apresentados pelo paciente no momento em que este procura a terapia, sendo que seu objetivo é ajudá-lo a aprender novas estratégias para atuar no ambiente de forma a promover mudanças necessárias. A metodologia utilizada na terapia é de uma cooperação entre o terapeuta e o paciente de forma que as estratégias para a superação de problemas concretos são planejadas em conjunto (LIMA & WIELENSKA apud BAHLS; NAVOLAR, 2004 p.8-9).

“A forma como o adolescente pensa sobre os acontecimentos é importante e, por isso, uma intervenção cognitiva parece ser importante” (CARVALHO, 2006. p.8).

[...] o isolamento social na infância pode levar a inúmeras dificuldades ao longo do ciclo de vida, os agentes educativos deverão prestar maior atenção e empenhar-se mais na resolução destas dificuldades, promovendo, em diversas dimensões, oportunidades de sociabilização e de ganho de competências sociais [...] (CARVALHO, 2006. p.10).

Nesse contexto encontrado e apresentado diante da Covid-19, o profissional da Psicologia se torna mais essencial ainda, pois é nesse momento que a saúde mental tem sido afetada. Deve, portanto, vir com o foco em intervir e atuar com melhorias para o indivíduo em situação de emergência. Este profissional deve realizar propostas que auxiliem na melhora da saúde mental, que desenvolva os relacionamentos interpessoais e atue também com os fatores estressores encontrados pela população.

Na instituição de ensino o psicólogo tem como atuação trabalhar a demanda na qual surge. Com as voltas às aulas, este profissional se depara com dificuldades de atuação, pois as demandas são instáveis e oscilantes, sendo assim ele tem que reconhecer as mais urgentes para intervir com técnicas que buscam promover mudanças cognitivas, comportamentais e emocionais através de técnicas que possibilitem um aprofundamento no modelo cognitivo e de reestruturação cognitiva (CAMARGO; CARNEIRO, 2020).

Utilizando então técnicas da TCC adaptáveis para o público alvo na intervenção que pode ser individual ou em grupo, de acordo com a necessidade do âmbito escolar

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

no qual o profissional está incluso, sendo assim, o psicólogo pode fazer intervenções tanto com os alunos quanto para os funcionários pedagógicos, utilizando assim atividades lúdicas e criativas na qual chame a atenção dos participantes (CAMARGO; CARNEIRO, 2020).

4.RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente artigo compreendeu os impactos do isolamento social na vivência acadêmica dos adolescentes, englobando com os aspectos psicológicos, comportamentais e interpessoais. Realizando um comparativo entre as classes sociais no meio escolar, o intuito em questão foi trabalhar com uma pesquisa bibliográfica que atuou no ligamento das informações contextuais com interface da pesquisa quantitativa que auxiliou na análise dos dados recebidos para concretizar a discussão em questão.

Com isso, os graduandos em Psicologia, da Rede de Ensino Doctum da Serra/ES, formularam um questionário com o auxílio da ferramenta do Google Forms contendo vinte e duas questões objetivas que foram compartilhadas por meios digitais, como por exemplo: WhatsApp e Instagram. Tendo como público alvo adolescentes com faixa etária de 11 a 17 anos, da Grande Vitória (Serra, Cariacica, Vitória, Vila Velha e adjacências).

Obtivemos um quantitativo de 70 respostas que possuem o intuito de verificar como o isolamento social afetou a saúde mental, desenvolvimento escolar e quais comportamentos e sentimentos foram gerados no decorrer do isolamento social.

Do público que respondeu ao questionário, 70% foi feminino, 25% masculino e 5% preferiu não informar. Além dessas informações, identificamos que as idades predominantes na pesquisa foram de 16 a 17 anos com a porcentagem de resposta em 47% e de 14 a 15 anos com 37%.

Dentre desse quantitativo, é observado que 94,3% dos 70 adolescentes entrevistados estudam em escola pública e 5,7% estudam em escola particular.

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

Perguntamos aos adolescentes entrevistados, se o isolamento social afetou a sua rotina escolar e, 90% dos participantes, disseram que a vida acadêmica foi prejudicada durante o isolamento social e apenas 10% relataram que não houve prejuízo quanto ao ensino.

As medidas propostas por cada setor, detêm uma diferenciação, pois, as aulas particulares ocorriam de forma remota e com acesso ao professor e, as aulas do setor público, aconteciam com as atividades impressas, grupos de conversação e pouco acesso ao professor. O que detinha baixo desempenho nas funções de acordo com a pesquisa (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2020).

De acordo com Silva; Neto; Santos (2020), o isolamento social interferiu no desenvolvimento e desempenho acadêmico dos alunos em idade escolar. Podemos observar que 90% das respostas expõem o desânimo, dificuldade de concentração, falta de rede de apoio, falta de contato social, dificuldade do recebimento das informações correlacionadas com as tarefas e o principal que é a necessidade de estar em um ambiente escolar, tanto para estudo, quanto para a socialização.

Através da pergunta: Como estava a organização de suas tarefas na qual foram impostas pela instituição de ensino, 42% afirmaram que buscaram fazer as atividades, sendo que 41% responderam que às vezes organizavam suas tarefas, e cerca de 13% relataram que não realizavam as atividades impostas pela instituição de ensino.

Em seguida, realizamos o seguinte questionamento, quais as contribuições o isolamento social trouxe em relação à rotina dos estudos dos alunos, 42% informaram que deixaram as atividades impostas pela instituição para realizar em último momento, 22% relataram que estudaram apenas as atividades passadas e não procuraram efetuar outras atividades condizentes com seus arquivos escolares.

Entretanto, apesar dos adolescentes relatarem uma boa organização de suas tarefas, é notável a falta de concentração, pois boa parte informou que deixavam suas atividades para finalizar em um último momento de entrega e é entendido que

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

situações como essas ocorrem devido à falta de acompanhamento e desempenho para efetuar as atividades.

Foi perguntado, aos adolescentes, como efetuaram as atividades enviadas pela instituição de ensino durante o isolamento social, 75% responderam que usavam seus meios tecnológicos e 17% usavam materiais impressos pela instituição que estuda.

Em seguida, foi perguntado aos participantes, se houve diferenças entre o ensino escolar antes e durante a pandemia. Sendo assim, 91% responderam que sim, pois, perceberam novas formas de ensino e mudanças no ambiente escolar. Esses apontamentos são relevantes, pois, de acordo com proposta mediada pelo MEC foram apresentados meios preventivos para a permanência do ensino, como ferramentas híbridas (aulas online e presenciais), atividades impressas, vídeo aulas na televisão e grupos de acompanhamento que forneciam aos adolescentes o ensino. Além das ferramentas diferenciadas propostas por cada setor escolar público e privado (RIBEIRO et al, 2020).

Foi possível notar, através da pesquisa, relatos dos participantes sobre como o ensino neste período os afetou e como estavam se sentindo, não conseguindo se concentrar nas aulas ou nas tarefas que a escola passava, a ponto de procrastinar suas tarefas e sentir preguiça, algo no qual não sentiam antes para efetuá-las, de acordo com os participantes.

Questionamos se esses adolescentes cumpriram as orientações governamentais referentes ao isolamento social e 54% relataram que sim e 44% disseram que nem sempre cumpriam as orientações. Continuamos nesse processo, sobre a importância do isolamento e perguntamos se para eles foi importante o isolamento e 95% proferiram que sim. Situação que é notória devido à necessidade de proteção contra a Covid-19.

Foi possível obter através das respostas contidas na pesquisa, sobre o que fizeram no isolamento social, 40% relataram ter aumentado a sua necessidade de se alimentar, e 31% buscaram se isolar das pessoas ao seu redor. Relataram na seguinte

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

pergunta que tipo de pessoa você se tornou no isolamento social, 39% definiram-se como pessoas mais negativas e 36% consideraram-se mais equilibrados, como demonstra a pesquisa. O presente apontamento, compreende-se que esses adolescentes apresentaram mais percepções negativas que foram impulsionadas devido a situação enfrentada. Afinal, uma situação, leva a um pensamento negativo que reflete em emoções e comportamentos que podem ser catastróficos.

De acordo com Vygotsky (apud Rabello; Passos, 2006), o homem é um conjunto de relações sociais e o seu desenvolvimento se dá por uma convivência em grupos no qual está incluso, o que gera aprendizado e intervenções do seu meio. O indivíduo recebe mudanças do seu meio social, mesmo tendo suas individualidades. A sua relação com a cultura, na qual está incluso, sofre mudanças, pois o ser transforma e também é transformado, em suas ações e vivências, ocasionando trocas de aprendizado e amadurecimento.

Os participantes expuseram que antes do isolamento social 73% eram mais sociáveis e 25% menos sociáveis. Logo após, perguntamos como estão após o isolamento social: 56% relataram que estão menos sociáveis e 23% mais sociáveis. Prossequimos perguntando, com o isolamento, o contato entre suas redes de contato (amigos, colegas e família) aconteceu? E 39% responderam que sim, às vezes ocorriam visitas entre os mesmos e 33% relataram que raramente mantiveram o contato.

Sendo visto então que o isolamento social, interferiu no contato com o outro, fazendo com que as pessoas se isolassem mais e se distanciassem das pessoas, não pelo fato do contato, mas por toda a situação encontrada. Continuamos perguntando, como foi o relacionamento entre os que residem com você, 39% relataram que o relacionamento foi bom neste período, e 33% que o relacionamento foi agradável.

Foi possível notar que ao perguntarmos como eles se consideravam antes da pandemia, 37% definiram-se como comunicativos, mas ficavam pouco em suas casas e 36% que saíam de suas casas com os amigos demonstrando um convívio social. Na questão seguinte, na qual foi questionada como eles se consideram após o

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

isolamento social, 43% relataram que são comunicativos, mas não saiam muito de casa e 29% disseram ser pouco comunicativos, preferindo ficar em casa dentro do quarto. É notório que o isolamento interferiu nos afazeres dos participantes quando se diz respeito ao seu convívio social.

Retratando também a necessidade de o indivíduo estar em uma vivência social, pois, de acordo com Vygotsky (apud Rabello; Passos, 2006), enfatiza que a interação do indivíduo com o espaço social é um processo de desenvolvimento no qual gera aprendizagem proporcionando novas vivências e entendimento do indivíduo com o meio que está incluso.

Continuando, o processo da pesquisa, perguntamos aos participantes, quais as emoções que eles mais sentiram durante o isolamento social, e as respostas apresentadas foram: 27,10% desanimados, 12,9% inseguros, 12,9% tristes e 11,4% angustiados. Podemos perceber que, com o isolamento social, os adolescentes apresentaram mais emoções negativas neste período de afastamento escolar e distanciamento de suas redes de contato, que interferiam no processo de desempenho acadêmico e em sua saúde mental.

De acordo com Beck (2014), existem situações que apresentam gatilhos e levam a pensamentos negativos e/ou disfuncionais e podendo gerar emoções e comportamentos que desencadeiam, ansiedade, tristezas, desânimos que estão correlacionados com a via acadêmica e social.

A ansiedade é referida como uma emoção orientada para o futuro, que prepara o indivíduo para situações de ameaça e perigo, envolvendo respostas cognitivas, afetivas, fisiológicas e comportamentais, com o propósito de autoproteção (BECK, EMERY, & GREENBERG, 1985; CLARK, & BECK, 2012; CRASKE, & BARLOW, 1999; DESOUSA, MORENO, GAUER, MANFRO, & KOLLER, 2013 apud FALCONE et al, 2016.p.85).

No que se refere à saúde mental, 77% compreendem como forma de bem estar, e, quando perguntados se eles buscaram a saúde mental, identificamos que 57% disseram que sim e 43% falaram que não buscaram a saúde mental. De acordo com Faro (et al, 2020), a saúde mental é um momento de tranquilidade, no qual corpo e

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

mente andam em conformidade e em pleno desenvolvimento. O que possibilita lidar com sentimentos positivos e negativos de forma tranquila.

E por fim, foi perguntado aos adolescentes de que forma buscaram a saúde mental. Cerca de 43% relataram que não fizeram nada para auxiliar na saúde mental, apenas “deixaram-se levar”; 19% procuraram amigos; e apenas 14% buscaram a ajuda de um profissional da psicologia. Devido a pandemia da Covid-19, o psicólogo foi cotado como ponto de emergência e, apesar de possuímos uma rede de contato, há necessidade maior de um profissional que apresente técnicas que auxiliem no desenvolvimento da nossa saúde mental.

Compreendemos que a TCC trabalha com duas vertentes que auxiliam a construção pessoal do indivíduo, seja ele adulto ou adolescente, visando a cognição e o comportamento. A TCC aborda que toda situação gera um pensamento e dele encontramos um comportamento/emoção, seja positivo, seja negativo.

E diante do artigo em questão, encontra-se a necessidade de trabalhar com adolescentes que estão passando por processos desencadeados pela pandemia da Covid-19 de acordo com a pesquisa apresentada: ansiedade, pensamentos negativos, procrastinação, falta de desempenho acadêmico e problemas correlacionados com a comunicação e a ausência de contato social.

Entende-se que nesse processo, a TCC pode auxiliar com técnicas de respiração, atenção seletiva para controlar e ajudá-los a lidar com a ansiedade e conseqüentemente no foco no que estão procurando fazer. Além de direcionar tarefas que orientem na organização das atividades que levem a uma formulação melhor do que procuram e trabalhos com a comunicação assertiva. Pois, dessa forma a TCC compreenderia cada momento e fortaleceria esses adolescentes, seja no meio social, acadêmico e psicológico.

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo compreendeu quais os impactos do isolamento social na vida acadêmica, psicológica e comportamental dos adolescentes. Tal interesse sobre o problema de pesquisa descrito, ocorreu devido ao avanço da Covid-19 que ocasionou a pandemia e posteriormente o isolamento social na população.

Detém como pontos objetivos, entender as mudanças comportamentais e psicológicas que foram geradas nos adolescentes entre as idades de 11 a 17 anos que vivenciaram o isolamento social e, com isso, definiu-se três objetivos específicos. O primeiro: demonstrar as implicações do isolamento social na saúde mental dos adolescentes, verificando que tal período trouxe influência na percepção dos indivíduos sobre o conhecimento e a compreensão da saúde mental: 77% compreendem que é necessário um cuidado da saúde mental como forma de bem estar.

Em seguida, no segundo objetivo, o intuito foi identificar quais as mudanças de comportamento esses adolescentes demonstraram. De acordo com a pesquisa, é possível observar que eles apresentaram pouco interesse em retornar ao convívio social, ficando mais reclusos em suas residências e utilizando mais a tecnologia como forma de comunicação. Diante do terceiro objetivo, buscou-se compreender como a vida acadêmica desses adolescentes foi afetada. Com a pesquisa identificamos que eles apresentaram dificuldades em lidar com a nova forma de ensino, gerando complicações de compreensão e procrastinação para efetuar as atividades. Dessa forma, o desempenho e o desenvolvimento acadêmico foram afetados.

Sendo assim, é possível se deparar com os impactos causados nos adolescentes que vivenciaram o isolamento social, tendo assim seu comportamento retraído em relação a não ter mais vontade de estar em um meio social, preferindo ficar em casa, se deparando também com sentimentos de tristeza, indícios de ansiedade e preocupação pelo que tem passado. Isto afetou seu aprendizado escolar que sofreu mudanças, gerando procrastinação das tarefas escolares.

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

A contribuição da TCC na Psicologia Escolar é auxiliar no contexto de atuação de uma demanda que surgiria diante do processo em questão, como por exemplo atuando com técnicas de respiração para ansiedade e as emoções negativas, organização das tarefas para auxiliar na melhora da procrastinação e o bom desempenho das aulas.

Compreendemos que a mente, o corpo caminham juntos e estão em constante crescimento e desenvolvimento. E, quando falamos desses adolescentes entrevistados, entendemos que há necessidade de um olhar maior enquanto profissional, enquanto pessoas, pois os mesmos relataram que foram afetados pelo isolamento, tanto no meio social, psicológico e acadêmico. Diante disso, entendemos que é importante pensar em uma perspectiva futura, compreendendo como lidar com tais situações, caso ocorram novamente, verificando como o ensino será atingido, não somente em seu âmbito acadêmico, mas também na socialização e saúde mental desses adolescentes.

6.REFERÊNCIAS

AMÉLIA, A. et al. Estágio Em Psicologia Escolar Durante A Pandemia Covid-19: Narrativas (Auto)Biográficas. **Crítica Educativa**, v. 6, n. 1, p. 1–20, 2020.

ANDALO, C.S.A. O papel do psicólogo escolar. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v.4, n.1, p.43-46, 1984. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98931984000100009&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 07 jun. 2021

ANTUNES, M.A.M. Psicologia Escolar e Educacional: história, compromissos e perspectivas. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v.12, n.2, p. 469-475, 12.2008. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/pee/a/kgkH3QxCXKNNvxpbgPwL8Sj/?lang=pt#ModalArticulas>>. Acessado 7 junho 2021.

AQUINO, E.M. L. et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Bahia, v. 25, nº1, pp. 2423-2446, junho de 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/4BHTCFF4bDqq4qT7WtPhvYr/?lang=pt#>> acessado dia 26 de junho de 2021.

BAHLS, S.C e NAVOLAR, A.B. Terapia Cognitivo Comportamentais: Conceitos e Pressupostos Teóricos. **Revista Eletrônica de Psicologia**, Curitiba, v., n.4, p. 01-11,

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

junho de 2004. Disponível em: <<http://files.personapsicologia.webnode.com/200000093-024d10346f/Terapias%20Cognitivo-comportamentais.pdf>> acessado dia 20 de março de 2021.

BECK, Judith S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática** / Judith s. beck, 2ª Edição, Porto Alegre, Artmed, 2014. p.413. Disponível em *Terapia cognitivo-comportamental _-_ Judith_S._ Beck.pdf*. Acessado 01-11-2021;

BEZERRA, A.C.V et al. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, Recife e Rio de Janeiro, v. 25, n.1, p.2411-2421. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/9g4hLHkSSW35gYsSpggz6rn/abstract/?lang=pt>> acessado dia 26 de junho de 2021.

BITTENCOURT, R. N. Pandemia, isolamento social e colapso global. **Revista Espaço Acadêmico**, v. 19, n. 221, p. 168-178, mar. 2020. Disponível em: <<https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/52827>> acessado dia 20 de maio de 2021.

CAMARGO, N.C. CARNEIRO, P.B. Potências e desafios da atuação em Psicologia Escolar na pandemia de Covid-19. **Cadernos de Psicologia**, v.1, p.10, Curitiba, n. 1, 2020. Disponível em: . Acesso em: 05 de outubro de 2021.

CARVALHO, R.G.G. Isolamento social nas crianças: propostas de intervenção cognitivo-comportamental. **Revista Ibero-americana de Educação**, Portugal, v. 40, n.3, p. 1-12, out. 2006. Disponível em: <<https://rieoei.org/RIE/article/view/2510>> acessado dia 20 de maio de 2021.

CRESWELL, J.W. **Projetos de Pesquisas: Método Qualitativo, Quantitativo e Misto**. 3. ed. Porto Alegre : Artmed, 2010. 150 p. Disponível em: *file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Projeto_de_pesquisa_mtodos_qualitativo_quantitativo_e_misto_3._ed._-_www.meulivro.biz.pdf*. Acesso em: 15 mar. 2021.

COUTO, E. S.; COUTO, E. S.; CRUZ, I. DE M. P. #FIQUEEMCASA: **Educação Na Pandemia Da Covid-19**. Interfaces Científicas - Educação, v. 8, n. 3, p. 200–217, 8 maio 2020.

CRP-AL, Conselho Regional de Psicologia de Alagoas (2020) Cartilha Psicologia Escolar em Tempos de Crise Sanitária Pandemia do Covid-19. Disponível em: https://www.crp15.org.br/wp-content/uploads/2020/06/1593004836021_cartilha_PSICOLOGIA-ESCOLAR-EM-TEMPOS-DE-CRISE-SANITA%C4%9BRIA_COVID19.pdf

DUGNANI, L.A.C. e SOUZA, V.L.T. Os sentidos do trabalho para o orientador pedagógico: contribuições da Psicologia Escolar. **Psicologia Educacional**, São Paulo, v., n.33, p.29-47, dezembro de 2011. Disponível

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

em<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752011000200003&lng=pt&nrm=iso>. acessado em 07 jun. 2021.

FALCONE, E.M.O et al. Construção e validade de conteúdo da Escala Cognitiva de Ansiedade em adultos. **Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora, v., n.10 , p.85-93, jan./jun. 2016. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472016000100011> acessado dia 30 de outubro de 2021.

FARO, A et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37, n., p.1-14, jun.2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?lang=pt#>> acessado dia 26 de junho de 2021.

FERREIRA, D. et al . Isolamento social e sentimento de solidão em jovens adolescentes. **Análise Psicológica**, Lisboa , v. 31, n. 2, p. 117-127, jun. 2013 . Disponível em<http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312013000200001&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 jun. 2021

GARCIA, L.P. et al. O potencial de propagação da COVID-19 e a tomada de decisão governamental: uma análise retrospectiva em Florianópolis, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 23, n., p.1-12, setembro de 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/WJLGyZfwFkPGVLMVW5y8ch/?lang=pt#ModalArticles>> acessado dia 10 de maio de 2021.

GARCIA, L.P. Uso de máscara facial para limitar a transmissão da COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, n. 2, p1-4, abr. 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ress/a/CnRrjrVGFZZmYsy9YcKfvry/?lang=pt#ModalArticles>> acessado dia 26 de junho de 2021.

GOULART, A.C. Revisitando a espanhola: a gripe pandêmica de 1918 no Rio de Janeiro, História, Ciências, Saúde-Manguinhos, Rio de Janeiro, v.12, n.1, p.101-142, 2005. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/hcsm/a/Wkqm45R4ptVzTqSpKxJhfRh/abstract/?lang=pt#ModalArticles>> acessado dia 26 de junho de 2021.

GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisas**. 4. ed. São Paulo: Atlas S.A, 2002.p.176. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Co%CC%81pia%20de%20Como%20elaborar%20projetos%20de%20pesquisa.pdf. Acesso em: 15 mar. 2021.

JORNAL.USP.BR/AUTHOR/REDACAO. **Intercalar frequência de alunos não garante prevenção da transmissão da covid nas escolas**. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/ciencias/intercaler-frequencia-de-alunos-nao-garante-prevencao-da-transmissao-da-covid-nas-escolas/>>. Acesso em: 10 set. 2021.

LANA, R.M. et al. Emergência do novo coronavírus (SARS-CoV-2) e o papel de uma vigilância nacional em saúde oportuna e efetiva. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

Janeiro, v. 36, n. 3, p.1-5, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csp/a/sHYgrSsxqKTZNK6rJVpRxQL/?lang=pt#>> acessado dia 26 de junho de 2021.

LIMA, R.C. Distanciamento e isolamento social pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 02, p.1-10, fevereiro de 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/physis/a/nyq3wrt8qpWFsSNpbgYXLWG/?lang=pt>> acessado dia 10 de maio de 2021.

LINHARES, M.B.M. e ENUMO, S.R.F. Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. **Estudos de Psicologia**, São Paulo, v.37, n., p.1-14, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200089>>. Acessado 29 Maio 2021.

MAGALHÃES, R.A. e GARCIA, J.M.M. Efeitos Psicológicos do Isolamento Social no Brasil durante a pandemia de COVID-19. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, v. 01, n. 01, p. 18–33, 9 jan. 2021. Disponível em: <<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/isolamento-social>> acessado em 20 de março de 2021.

MAUCH, A.G.D. et al. A utilização das redes sociais digitais no cuidado psicossocial infanto-juvenil, diante da pandemia por Covid-19. **Health Residencies Journal**, sl, v., n.10, p. 1-18, maio. 2020. Disponível em: <<https://escsresidencias.emnuvens.com.br/hrj/article/view/12>>. Acesso em: 26 de outubro de 2021.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO (Brasil). Orienta instituições sobre ensino durante a pandemia, de junho de 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/pt-br/noticias/educacao-e-pesquisa/2020/06/mec-orienta-instituicoes-sobre-ensino-durante-pandemia>>. Acesso em: 27 maio. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Portaria nº 356, de 11 de março de 2020. Disponível em: <http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-356-de-11-de-marco-de-2020-247538346>

NEVES, A.; DAMIANI, M. **Vygotsky e as teorias da aprendizagem**. v. 1, 2006.

OLIVEIRA, C.B.E e ARAÚJO, C.M.M. **Psicologia escolar: cenários atuais**. *Redalyc*., Rio de Janeiro, v.9, n.3, p. 1-17, 2009. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844630007.pdf>. Acesso em: 2 maio 2021.

PEREIRA et al, A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa, **Revista Research**, S.L, v.4 n. 4, p. 239–241, 2020. Disponível em: <https://redib.org/Record/oai_articulo3003239-a-pandemia-de-covid-19-o-isolamento-social-consequ%C3%AAsncias-na-sa%C3%BAde-mental-e-

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

estrat%C3%A9gias-de-enfrentamento-uma-revis%C3%A3o-integrativa> acessado dia 10 de março de 2021.

RABELLO,E. PASSOS,J. **Artigo Vygotsky e o desenvolvimento humano.** Disponível em: <https://www.academia.edu/20092228/Artigo_Vygotsky_e_o_desenvolvimento_humano?from=cover_page>. Acesso em: 10 out. 2021.

RIBEIRO, M. et al. **Ministro de Estado da Educação.** [s.l: s.n.]. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=183641-ebook&category_slug=2020&Itemid=30192>.

RIBEIRO, P.R. Crianças e Distanciamento Social: breve análise de uma proposta pública para a Educação Infantil. **Sociedade e Infâncias, Revista científica complutenses**, Goiás, v.4 n. 4, p. 239–241, 2020. Disponível em: <<https://revistas.ucm.es/index.php/SOCI/article/view/69626/4564456554060>> acessado em 20 de março de 2021.

SCHUCHMANN, A.Z. et a. Isolamento social vertical X Isolamento social horizontal: os dilemas sanitários e sociais no enfrentamento da pandemia de COVID-19, **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.3, n.2, p. 3556-3576, março/abril de 2020. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/9128>> acessado em 20 de março de 2021.

SILVA, E.H.B. e NETO, J.G.S; SANTOS, M.C. PEDAGOGIA DA PANDEMIA: REFLEXÕES SOBRE A EDUCAÇÃO EM TEMPOS DE ISOLAMENTO SOCIAL, **Revista Latino Americana de Estudos Científicos - Relaec**, v.1, n.4, p. 29-44, julho/agosto de 2020. Disponível em: <<https://periodicos.ufes.br/ipa/article/view/31695>> acessado em 10 de março de 2021.

VERZTMAN, J. e ROMAO-DIAS, D. Catástrofe, luto e esperança: o trabalho psicanalítico na pandemia de COVID-19. **Rev. latinoam. psicopatol. fundam**, São Paulo, v. 23, n. 2, pág. 269-290, junho de 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rlpf/a/FCst676jKy6YVJdgvvDRMQB/?lang=pt>> acessado em 10 de abril de 2021.

VIOLA, D.T.D. **Vygotsky com Lacan: considerações sobre a formação dos conceitos na adolescência.** Psicologia USP, v. 28, n. 3, p. 432–440, dez. 2017.

WERNECK, G.L. e CARVALHO, M.S, A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro . v. 36, n. 5, p.1-4,2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csp/a/pz75jqtqNC9HGRXZsDR75BnG/?lang=pt#>>. Acessado em 18 de junho de 2021.

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

7. ANEXO - PERGUNTAS:

- 1) Qual o seu gênero?
 - a) Feminino
 - b) Masculino
 - c) Prefiro não informar

- 2) Qual a sua idade?
 - a) 11 a 13 anos
 - b) 14 a 15 anos
 - c) 16 a 17 anos

- 3) Qual sua instituição de ensino?
 - a) Público
 - b) Privado
 - c) Estudo em casa

- 4) De acordo com a sua experiência, o isolamento social afetou sua vivência escolar?
 - a) Sim
 - b) Não

- 5) Relacionado a sua vida acadêmica, você conseguiu organizar suas tarefas imposta pela rede de ensino?
 - a) Sim
 - b) Não
 - c) Às vezes

- 6) Caso afirmativo, quais as contribuições que o isolamento social trouxe em relação à rotina dos estudos?
 - a) Procurei estudar mais
 - b) Deixei as atividades para fazer em cima da hora
 - c) Não realizei nenhuma atividade
 - d) Estudei e não procurei tanto o desenvolvimento
 - e) Não trouxe nenhuma contribuição

- 7) Durante o Isolamento Social, você conseguia de qual maneira fazer as atividades enviadas pela rede de ensino?
 - a) Através do meu meio tecnológico (Computador, Celular, Tablet)
 - b) Através de algum meio tecnológico emprestado
 - c) Materiais impressos pela instituição.
 - d) Não tive contato com os matérias

- 8) Acredita, que houve diferenças entre o ensino escolar antes da pandemia e durante?
 - a) Sim, novos meios de ensino.
 - b) Não, manteve a mesma forma de ensino

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

- c) Sim, com algumas mudanças
- 9) Você cumpriu as orientações governamentais referente ao Isolamento Social?
- Sim
 - Não
 - Nem sempre
- 10) Para você, o isolamento social foi importante?
- Sim
 - Não
- 11) Com o isolamento social você:
- Comeu demais
 - Não quis falar com ninguém
 - Quis conversar com todo mundo
 - Se isolou
- 12) Que tipo de pessoa você se tornou durante o Isolamento social?
- Mais negativo
 - Mais positivo
 - Mais equilibrado
- 13) Antes do isolamento social, você se tornou?
- Mais sociável
 - Menos sociável
 - Mais empático
- 14) Depois do isolamento social, você se tornou?
- Mais sociável
 - Menos sociável
 - Mais empático
- 15) Com o isolamento social, o contato com os amigos, colegas e família aconteceu?
- Sim, todos os dias por redes sociais
 - Não
 - Sim, às vezes fazendo visitas
 - Raramente
- 16) Como foi o relacionamento com as pessoas que residem com você?
- O relacionamento foi agradável, aproveitamos muito.
 - O relacionamento foi muito bom, nos unimos durante esse período
 - O relacionamento não foi agradável, nos afastamos durante esse período.
 - O relacionamento não foi agradável, brigamos muito.
- 17) Antes do isolamento social, você se considerava uma pessoa?
- Comunicativa (o), saía direto com os amigos
 - Comunicativa (o), porém ficava mais em casa

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.

- c) Pouco comunicativo, mais saia com os colegas
 - d) Pouco comunicativo, ficava mais em casa, trancado no quarto
- 18) Depois do isolamento social, você se considera uma pessoa?
- a) Comunicativa (o), saia direto com os amigos
 - b) Comunicativa (o), porém ficava mais em casa
 - c) Pouco comunicativo, mais saia com os colegas
 - d) Pouco comunicativo, ficava mais em casa, trancado no quarto
- 19) Quais foram as emoções que você mais sentiu neste período de isolamento?
- a) Angústia
 - b) Tristeza
 - c) Tranquilidade
 - d) Esperança
 - e) Insegurança
 - f) Desânimo
 - g) Fadiga
 - h) Determinação
 - i) Baixa Auto Estima
 - j) Compaixão
 - k) Felicidade
- 20) Buscou a saúde mental?
- a) Sim
 - b) Não
- 21) Para você, o que é saúde mental?
- a) Bem estar e qualidade de vida
 - b) Estar bem com o seu meio Social
 - c) Qualidade de vida cognitiva
 - d) Ter uma boa aprovação das pessoas
- 22) De que forma buscou a saúde mental?
- a) Procurando um Psicólogo
 - b) Realizando exercícios
 - c) Me alimentando de tudo que via pela frente
 - d) Conversando com alguns amigos
 - e) Não procurei fazer nada, quanto a minha saúde mental, só deixei levar.

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

²Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

³Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra-ES.

⁴Professora Orientadora do Curso de Psicologia da Faculdade Doctum de Serra.