



## **AÇÃO DE SAÚDE MENTAL EM ESCOLA ESTADUAL DE ARARAS**

JULIA PEÇANHA RODRIGUES; ALINE SCAGLION; BRUNA BICUDO PETINARI;  
GABRIELLY ARTHUZO DE MELO; JULIA GOBETTE

**Introdução:** A saúde mental de crianças e pré-adolescentes no ambiente escolar é diretamente impactada pela ocorrência de bullying recorrente entre os alunos. O bullying é caracterizado por comportamentos agressivos intencionais, diretos ou indiretos, que se repetem ao longo do tempo e apresentam um desequilíbrio de poder entre agressor e vítima. Essa dinâmica gera consequências danosas para as vítimas, evidenciando a fragilidade do sistema educacional em lidar com o problema. Essa lacuna faz com que crianças e pré-adolescentes sejam afetados diariamente, com impactos significativos em sua saúde mental. **Objetivo:** Promover a conscientização sobre os impactos do bullying e estratégias para gerir emoções, com foco na saúde mental de pré-adolescentes da Escola Rosa Maria Nucci. **Relato de Caso:** A intervenção foi realizada por meio de uma dinâmica reflexiva com os alunos. Inicialmente, eles foram incentivados a refletir sobre situações que despertavam raiva e como reagiam a esses sentimentos. Para isso, cada aluno recebeu uma folha de papel onde deveria anotar suas respostas. Em seguida, foi criada uma analogia: os alunos foram orientados a amassar as folhas e observar que elas não retornavam ao estado original, simbolizando os impactos permanentes do bullying. Os alunos participaram ativamente da atividade, com níveis variados de interação. Durante a dinâmica, foi evidente a compreensão sobre como o bullying afeta negativamente a vida dos pré-adolescentes, sendo que todos os participantes relataram ter vivenciado pelo menos uma agressão verbal que deixou marcas duradouras. Ao final, os alunos escreveram em folhas exemplos de comentários pejorativos que já haviam recebido, reforçando a analogia com o papel amassado e os impactos irreversíveis do bullying em suas vidas. **Conclusão:** A atividade revelou-se eficaz em estimular a empatia e a reflexão dos alunos sobre os impactos emocionais do bullying e a importância de buscar ajuda em situações de violência verbal. Além disso, promoveu discussões sobre formas saudáveis de gerenciar sentimentos como a raiva, destacando a necessidade de ações educativas no ambiente escolar para prevenir agressões e fortalecer o suporte emocional aos alunos.

Palavras-chave: **SAÚDE MENTAL; BULLYING; PRÉ-ADOLESCENTES; ESCOLA ESTADUAL; ARARAS**