Por que cuidar da saúde mental dos alunos? Confira

Um período como o da pandemia de Covid-19 tem um impacto sério na **saúde mental dos alunos**. Mesmo que ele não seja tão nítido, pode causar um verdadeiro estrago.

Passar por uma situação traumática é algo que deixa cicatrizes emocionais. Em 2020, o mundo se paralisou com foco em se proteger de uma doença sem cura nem vacina. As escolas passaram a ter as suas aulas de maneira virtual, perdendo os benefícios e o dinamismo que só existe na sala de aula.

Mais do que nunca, a administração das escolas precisa colocar a saúde mental dos alunos entre as suas prioridades. Isso significa desenvolver planos de ação dedicados a monitorar o psicológico de suas turmas e saber o que fazer.

A **saúde mental** ainda não é uma prioridade em sua escola? Então, aprenda mais sobre o tema neste artigo!

Por que é importante cuidar da saúde mental dos alunos?

A sua escola certamente tem várias outras prioridades exigindo atenção constante em seu dia a dia. No entanto, isso não significa que a saúde mental dos alunos deva ser negligenciada ou colocada muitos níveis abaixo do topo.

Passar por um período adverso como o de uma pandemia naturalmente causa reações psicológicas nas pessoas, inclusive nos alunos. São frequentes os relatos de **crises de ansiedade, depressão, síndrome do pânico e até mesmo incertezas sobre o futuro**.

Essa mistura de problemas tem um sério impacto na saúde como um todo. Além de ser fundamental a busca por um tratamento direcionado, o aluno também deve poder contar com a escola para proporcionar o melhor ambiente possível para a sua saúde mental.

Quando consideramos as competências esperadas do cidadão do mundo moderno, fala-se muito em qualificações emocionais. A escola tem um papel importante ao **garantir que o aluno consiga desenvolver as suas habilidades** da maneira mais saudável possível.

Como cuidar da saúde mental dos alunos na escola?

Considerando a necessidade de colocar a saúde mental dos alunos em foco em sua escola, é necessário elaborar um plano dedicado a cuidar dela. Vale a pena reunir o seu corpo docente e demais profissionais para discutir quais ações podem ser mais eficazes.

Veja a seguir as principais iniciativas que você pode desenvolver em sua escola para cuidar da saúde mental dos alunos.

Tenha um canal aberto para ouvir

Os alunos precisam ter com quem falar para se expressar. A saúde mental deles pode ser seriamente prejudicada se ninguém os ouve, então você precisa se certificar de que esse canal não só esteja aberto como também saiba ouvir.

Promova eventos especiais

A programação da sua escola também pode ser afetada pelo seu foco em saúde mental. Experimente

promover eventos relacionados a esse tema, já que isso poderá ampliar ainda mais o alcance dessa discussão e impactar mais alunos.

Busque ajuda de profissionais

Tentar fazer tudo sozinho dificilmente terá um efeito positivo na saúde mental dos alunos, já que esse trabalho exige a colaboração de um profissional qualificado para isso. Busque o auxílio de um pedagogo especializado no tema ou até mesmo um psicólogo para ajudar no planejamento e implementação das suas ações.

Tudo pronto para desenvolver ações focadas na **saúde mental dos seus alunos**? Lembre-se de que esses esforços devem ser contínuos, ou seja, integrar o calendário de iniciativas da sua escola durante todo o ano. Essa é a única forma de contribuir para ter cada vez mais alunos saudáveis, felizes e em alto rendimento.

Falando em resultados, o que acha de aprender mais sobre como monitorar o seu sucesso? Conheça as 6 métricas para escolas que todo gestor precisa acompanhar de perto.