

📷 📺 📱 @SEDUCRS

Práticas de Atenção Plena

DA REDE ESTADUAL DO RS



EXPEDIENTE

GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

GOVERNADOR

Eduardo Leite

VICE-GOVERNADOR

Gabriel Souza

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

SECRETÁRIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO

Raquel Teixeira

SECRETÁRIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO ADJUNTA

Stefanie Eskereski

DIRETORA GERAL

Iracema Castelo Branco

CHEFE DE GABINETE

Aline Mendes

SUPERINTENDENTE DA EDUCAÇÃO PROFISSIONAL

Tomás Marques de Hollanda Collier

SUBSECRETÁRIO DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO

Marcelo Jerônimo Rodrigues Araújo

SUBSECRETÁRIA DE GOVERNANÇA E GESTÃO DA REDE ESCOLAR

Neri Barcellos

SUBSECRETÁRIO DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES

Rômulo Mérida Campos

SUBSECRETÁRIO DE PLANEJAMENTO E GESTÃO ORGANIZACIONAL

Diego Ferrugem

COORDENADOR DA ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

Rodrigo Canabarro Peixoto

COORDENADOR DA ASSESSORIA TÉCNICA

Henrique Medina Nunes

COORDENADOR CENTRO DE EDUCAÇÃO BASEADA EM EVIDÊNCIAS

Guilherme Henrique Simionato dos Santos

COORDENADORA NÚCLEO DE CUIDADO E BEM-ESTAR ESCOLAR

Maria Gabriela de Oliveira Vieira

COORDENADOR ASSESSORIA DE INTEGRIDADE E ATENDIMENTO AO CIDADÃO

Guilherme Daltrozzi Corte

COORDENADOR ASSESSORIA JURÍDICA

Pablo da Cruz Vaz



GOVERNO DO ESTADO
RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO

FICHA TÉCNICA

ORGANIZAÇÃO

NÚCLEO DE CUIDADO E BEM-ESTAR ESCOLAR

COORDENADORA
Maria Gabriela de Oliveira Vieira

COORDENADORA ADJUNTA
Vanessa Dias de Oliveira

EQUIPE TÉCNICA
Vitória Magalhães Guasque

ASSESSORIA TÉCNICA DO GABINETE

COORDENADOR
Henrique Medina Nunes

COORDENADORA ADJUNTA
Isabela Souza Julio

ASSESSORA TÉCNICA
Vittoria Porciuncula Horch

PRODUÇÃO GRÁFICA

ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

COORDENADOR
Rodrigo Canabarro Peixoto

Projeto Gráfico e Diagramação
Gustavo Peres
Karoline Bieger



GOVERNO DO ESTADO
RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO

SUMÁRIO

1. APRESENTAÇÃO E FUNDAMENTAÇÃO / 5

- 1.1.** Propósito e Finalidade / 5
- 1.2.** Alinhamento com a Agenda RS 2025–2035 / 6
- 1.3.** Práticas de Atenção Plena e a Política de Cuidado e Bem-Estar / 6
- 1.4.** Fundamentos Conceituais das Práticas de Atenção Plena na Educação / 7
- 1.5.** Transversalidade das Práticas de Atenção Plena / 8

2. PREMISSAS / 9

3. IMPLEMENTAÇÃO / 10

- 3.1.** Estratégia de Implementação / 10
- 3.2.** Atribuições na implementação das Práticas de Atenção Plena / 11
- 3.3.** Inserção das práticas na rotina escolar / 12
 - 3.3.1.** Fluxo de adesão e implementação / 13
 - 3.3.2.** Trajetória da atenção plena na rede / 13
- 3.4.** Monitoramento e Avaliação / 14
 - 3.4.1.** Estrutura dos Indicadores / 15
 - 3.4.1.1.** Indicadores de implementação / 15
 - 3.4.1.2.** Indicadores de alcance / 15
 - 3.4.1.3.** Indicadores de institucionalização / 15
 - 3.4.1.4.** Indicadores de impacto / 16

4. VISÃO DE FUTURO / 16

- 4.1.** Resultados esperados / 16

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS / 17

- 5.1.** Síntese / 17
- 5.2.** Direção estratégica / 17

REFERÊNCIAS / 19

1. APRESENTAÇÃO E FUNDAMENTAÇÃO

1.1. Propósito e Finalidade

O propósito da implementação das práticas de atenção plena na Rede Estadual de Ensino do Rio Grande do Sul é promover o desenvolvimento integral dos estudantes e fortalecer o bem-estar da comunidade escolar por meio da incorporação de estratégias que favoreçam a consciência, a presença, a atenção e a autorregulação emocional no cotidiano escolar.

A escola, além de espaço de construção do conhecimento, desempenha papel fundamental na formação humana, emocional e social dos sujeitos. Nesse contexto, torna-se necessário ampliar ações voltadas à promoção da saúde mental, da convivência respeitosa e da qualidade das relações no ambiente educacional.

Este documento orienta a implementação das práticas de atenção plena na Rede Estadual de Ensino do Rio Grande do Sul, com foco na promoção do bem-estar, na qualificação da convivência escolar e no fortalecimento das respostas pedagógicas voltadas à prevenção e ao cuidado. As práticas propostas contribuem para o desenvolvimento de competências socioemocionais, da atenção consciente e da autorregulação, favorecendo ambientes escolares mais acolhedores, equilibrados e propícios à aprendizagem e ao desenvolvimento psicossocial dos estudantes.

A implementação das práticas de atenção plena busca auxiliar estudantes e educadores no enfrentamento das demandas acadêmicas, emocionais e sociais presentes na rotina escolar. Ao estimular uma postura de observação consciente das experiências, sem julgamentos, essas práticas favorecem respostas mais equilibradas diante de situações de ansiedade, estresse, conflitos e frustrações, contribuindo para o fortalecimento da empatia, da escuta, da concentração e das relações interpessoais no ambiente escolar.

Sua finalidade consiste em ampliar as ações de cuidado e promoção da saúde emocional no contexto educacional, fortalecendo o clima escolar e qualificando os processos de ensino e aprendizagem. As evidências observadas nas experiências desenvolvidas na rede estadual indicam impactos positivos relacionados à melhora da atenção, da concentração, da autoestima, da autorregulação emocional e da convivência escolar, reforçando a relevância da continuidade dessas práticas como estratégia de promoção do bem-estar e de apoio ao desenvolvimento integral dos estudantes.

Dessa forma, a implementação das práticas de atenção plena não busca eliminar os desafios presentes no cotidiano escolar, mas favorecer o desenvolvimento de

recursos internos e de competências socioemocionais que auxiliem estudantes e profissionais da educação a lidar com essas experiências de maneira mais consciente, saudável e equilibrada.

Ao incorporar práticas voltadas ao cultivo da atenção, do autocuidado e da consciência emocional, a Rede Estadual de Ensino reafirma seu compromisso com uma educação humanizadora, inclusiva e comprometida com o desenvolvimento integral dos estudantes.

1.2 Alinhamento com a Agenda RS 2025–2035

As práticas de Atenção Plena alinham-se à Agenda da Educação RS 2025–2035, especialmente ao objetivo de fortalecer uma rede de escolas atrativas, seguras, acolhedoras e resilientes. Também dialogam com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que, por meio da Competência Geral 8, destaca a importância do autoconhecimento, do autocuidado e do desenvolvimento socioemocional no processo educativo.

Ao incorporar práticas de atenção plena ao cotidiano escolar, fortalece-se a relação do indivíduo consigo mesmo, com os outros e com o ambiente, contribuindo para o desenvolvimento integral e para a qualificação das relações interpessoais na escola. No contexto educacional, essas práticas favorecem ambientes mais acolhedores, equilibrados e propícios à aprendizagem e à convivência ética.

A implementação das práticas de atenção plena contribui para fortalecer as estratégias de cuidado e promoção do bem-estar nas escolas, qualificando o clima escolar, ampliando a capacidade de estudantes e educadores lidarem com os desafios do cotidiano de forma mais consciente e equilibrada e contribuindo para a prevenção de situações de violência e sofrimento psíquico.

Nesse sentido, as práticas de atenção plena constituem importante estratégia de promoção do bem-estar no ambiente escolar. Contudo, sua implementação não substitui a necessidade da atuação da escola junto à Rede Intersetorial de Políticas Públicas diante de situações que demandem acompanhamento especializado junto aos serviços de saúde mental e ao Sistema de Garantia de Direitos.

1.3 Práticas de Atenção Plena e a Política de Cuidado e Bem-Estar Escolar

A Política Estadual de Cuidado e Bem-estar Escolar institui diretrizes para a integração do cuidado e do bem-estar às rotinas escolares da rede pública

estadual, reconhecendo a escola como espaço fundamental para a promoção de direitos, o desenvolvimento integral dos estudantes e a construção de ambientes seguros, acolhedores e propícios à aprendizagem.

Nesse contexto, as práticas de atenção plena dialogam diretamente com as premissas estruturantes da Política, especialmente ao fortalecer a convivência ética, a corresponsabilidade do cuidado e a cultura escolar restaurativa. Ao promover exercícios de escuta, atenção consciente, autorregulação emocional e percepção das próprias emoções, essas práticas contribuem para o desenvolvimento de competências socioemocionais, para a qualificação das relações interpessoais e para a construção de ambientes escolares mais respeitosos e acolhedores.

Sua implementação relaciona-se, principalmente, ao **Eixo Preventivo-Formativo** da Política, ao favorecer condições institucionais e relacionais voltadas à promoção do bem-estar, da inclusão e da convivência escolar. Ao mesmo tempo, as práticas de atenção plena também podem contribuir para o fortalecimento do Eixo Interventivo-Orientativo, especialmente ao ampliar a capacidade de estudantes e educadores lidarem com situações de conflito, estresse e sofrimento emocional de forma mais consciente, equilibrada e respeitosa.

Dessa forma, as práticas de atenção plena reforçam o papel estratégico da escola como espaço de cuidado, proteção, convivência e desenvolvimento humano integral.

1.4 Fundamentos Conceituais das Práticas de Atenção Plena na Educação

As práticas de atenção plena (*mindfulness*) consistem em exercícios mentais e comportamentais que desenvolvem a capacidade de direcionar a atenção ao momento presente, de forma intencional e sem julgamentos. No contexto educacional, essas práticas contribuem para o desenvolvimento da consciência emocional, da concentração, da autorregulação e da qualidade das relações interpessoais, favorecendo ambientes escolares mais acolhedores e propícios à aprendizagem.

Estudos nacionais e internacionais apontam que a incorporação de práticas de atenção plena no contexto escolar pode contribuir para o fortalecimento do bem-estar, da resiliência emocional, da concentração e das competências socioemocionais de crianças, adolescentes e educadores. No âmbito das escolas públicas, essas práticas também têm sido associadas à melhoria do clima escolar,

ao fortalecimento das relações interpessoais e à ampliação da capacidade de lidar com situações de estresse, ansiedade e conflitos no cotidiano.

Além disso, as práticas contemplativas e de atenção plena são reconhecidas no âmbito da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC-SUS), instituída pelo Ministério da Saúde, reforçando sua relevância como estratégia complementar de promoção do cuidado e do bem-estar.

No contexto da rede estadual de ensino, considera-se fundamental que a implementação dessas práticas respeite as especificidades das comunidades escolares, seus contextos socioculturais e as diferentes faixas etárias, garantindo adequação pedagógica e alinhamento aos princípios da educação pública.

1.5 Transversalidade das Práticas de Atenção Plena

A transversalidade das práticas de atenção plena reside em sua capacidade de contribuir para diferentes dimensões do desenvolvimento humano e de dialogar com múltiplas agendas educacionais. Mais do que uma atividade isolada, a atenção plena configura-se como uma estratégia que pode ser incorporada a diferentes contextos e práticas pedagógicas, fortalecendo ações voltadas ao cuidado, à convivência e ao desenvolvimento integral dos estudantes.

No ambiente educacional, as práticas de atenção plena podem contribuir para:

- promover maior foco, concentração e qualidade da aprendizagem;
- reduzir níveis de estresse e ansiedade entre estudantes e educadores;
- desenvolver competências socioemocionais, como autorregulação, empatia e autoconsciência;
- fortalecer o bem-estar emocional da comunidade escolar;
- melhorar o clima escolar e a qualidade das relações interpessoais;
- ampliar o engajamento dos estudantes e sua capacidade de lidar com desafios e frustrações;
- contribuir para uma convivência mais respeitosa, equilibrada e colaborativa.

Além disso, as práticas de atenção plena estabelecem interfaces com diferentes políticas, programas e iniciativas da rede estadual, especialmente aquelas voltadas à promoção da saúde mental, ao desenvolvimento de competências socioemocionais, à cultura de paz, à justiça restaurativa, à inclusão, à equidade e ao respeito à diversidade.

Nesse sentido, sua implementação não se restringe ao âmbito do Núcleo de Cuidado e Bem-Estar Escolar, mas contribui para fortalecer uma cultura

institucional orientada ao cuidado, à prevenção, ao desenvolvimento integral e à construção de ambientes escolares mais seguros, acolhedores e propícios à aprendizagem.

A partir desses fundamentos, as práticas de atenção plena orientam-se por um conjunto de premissas que estruturam sua implementação no contexto da rede estadual de ensino.

2. PREMISSAS

A implementação das práticas de atenção plena na Rede Estadual de Ensino do Rio Grande do Sul orienta-se por um conjunto de premissas que garantem sua adequação pedagógica, ética e institucional no contexto da educação pública.

a. Laicidade e Desvinculação Religiosa

As práticas de atenção plena devem ser desenvolvidas com base em evidências científicas e em objetivos pedagógicos claramente definidos, sendo desvinculadas de rituais, crenças ou dogmas religiosos. Sua implementação na rede estadual fundamenta-se na promoção do bem-estar, do desenvolvimento socioemocional e da qualificação da convivência escolar.

b. Adaptabilidade ao Contexto Escolar

A implementação das práticas deve respeitar as especificidades de cada comunidade escolar, considerando a realidade local, as características do território, as diferentes faixas etárias e as necessidades dos estudantes. Nesse sentido, não se orienta por modelos rígidos ou padronizados, mas por estratégias capazes de dialogar com os diferentes contextos da rede estadual.

c. Princípios Orientadores

As práticas de atenção plena fundamentam-se em princípios como atenção ao momento presente, consciência da respiração, intencionalidade, constância e observação sem julgamentos. Esses elementos orientam a condução das atividades e contribuem para o desenvolvimento da consciência emocional, da autorregulação e da qualidade das relações interpessoais.

d. Caráter Preventivo e Articulação em Rede

As práticas de atenção plena constituem uma estratégia de promoção do bem-estar e prevenção de situações de sofrimento emocional, violência e conflitos. Contudo, não substituem o acompanhamento especializado nem os encaminhamentos necessários à rede de serviços do território e ao Sistema de Garantia de Direitos, devendo atuar de forma complementar aos fluxos de proteção já estabelecidos.

e. Aprendizagem Contínua

A consolidação das práticas de atenção plena requer processos permanentes de formação, reflexão e aprimoramento. Sua sustentabilidade depende do engajamento ativo dos profissionais da educação e da construção gradual de uma cultura institucional voltada ao cuidado e ao bem-estar.

f. Integração à Rotina Escolar

A efetividade das práticas está associada à sua inserção contínua e sistemática nas dinâmicas pedagógicas e na gestão da convivência escolar. Mais do que ações pontuais, as práticas de atenção plena devem constituir oportunidades permanentes de desenvolvimento humano, cuidado e fortalecimento das relações no ambiente escolar.

3. IMPLEMENTAÇÃO

3.1 Estratégia de Implementação

A implementação das práticas de atenção plena na Rede Estadual de Ensino do Rio Grande do Sul orienta-se por uma lógica de expansão progressiva e institucionalização gradual, respeitando as especificidades, os contextos e as condições de cada unidade escolar. Considera-se que a consolidação dessas práticas depende de processos contínuos de sensibilização, formação e incorporação às rotinas escolares, superando a lógica de ações isoladas ou pontuais.

Nesse contexto, as escolas poderão desenvolver diferentes projetos e metodologias de atenção plena, *desde que alinhados às diretrizes deste documento e às necessidades de sua comunidade escolar*. As iniciativas poderão ser implementadas diretamente pelas unidades escolares ou por meio de parcerias, observadas as normativas vigentes da Secretaria da Educação.

Os projetos desenvolvidos deverão dialogar com os Projetos Político-Pedagógicos (PPP) das escolas, contribuindo para as estratégias de cuidado, convivência e desenvolvimento integral dos estudantes. A implementação deverá considerar as características do território, as faixas etárias atendidas e as demandas identificadas pela comunidade escolar.

À Secretaria da Educação compete a coordenação geral da estratégia, por meio da definição de diretrizes, da oferta de formações aos profissionais da educação, da produção de materiais orientadores e do suporte institucional às Coordenadorias Regionais de Educação. Às CREs cabe orientar, apoiar e acompanhar as escolas na implementação das práticas, promovendo a troca de experiências, a disseminação de boas práticas e o fortalecimento das capacidades locais.

A SEDUC disponibilizará cursos e materiais formativos por meio do Portal da Educação, além de poder estabelecer novas parcerias voltadas ao fortalecimento e à ampliação das iniciativas. A adesão das escolas às práticas de atenção plena é voluntária, sendo incentivada a partir da formação de facilitadores, da construção de projetos locais e da incorporação gradual das práticas às rotinas escolares.

Dessa forma, a implementação busca fortalecer uma cultura de atenção plena na rede estadual, contribuindo para a promoção do bem-estar, da convivência escolar e do desenvolvimento integral da comunidade escolar.

3.2 Atribuições na implementação das Práticas de Atenção Plena

A implementação das Práticas de Atenção Plena organiza-se de forma articulada entre os diferentes níveis da rede estadual de ensino, mobilizando responsabilidades complementares entre a Secretaria da Educação, as Coordenadorias Regionais de Educação e as unidades escolares. Essa estrutura busca garantir alinhamento institucional, suporte técnico e adequação das práticas às diferentes realidades da rede.

a. Secretaria Estadual da Educação

Compete à Secretaria da Educação coordenar a implementação da estratégia em nível estadual, por meio da elaboração de diretrizes e orientações técnicas, da oferta de formações e materiais de apoio, da disponibilização de cursos no Portal da Educação e da articulação de parcerias institucionais voltadas ao fortalecimento das práticas de atenção plena. Também cabe à SEDUC acompanhar a implementação da estratégia e promover sua integração com outras políticas e programas da rede estadual.

b. Coordenadorias Regionais de Educação (CREs)

Compete às Coordenadorias Regionais de Educação apoiar a implementação das práticas no âmbito regional, orientando as escolas, acompanhando o desenvolvimento das iniciativas e promovendo a troca de experiências entre as unidades escolares. As CREs também poderão apoiar a seleção e a validação de projetos alinhados às diretrizes deste documento, identificar necessidades formativas e atuar como elo entre as escolas e o órgão central.

c. Unidades Escolares

Compete às escolas implementar as práticas de atenção plena em diálogo com seu Projeto Político-Pedagógico (PPP) e com as necessidades de sua comunidade escolar. Cabe às unidades adaptar as estratégias à sua realidade, organizar condições para sua inserção no cotidiano escolar, participar das formações ofertadas, registrar experiências e contribuir para o aprimoramento contínuo das práticas. A implementação deve respeitar os princípios da voluntariedade, da inclusão e da adequação às diferentes faixas etárias e contextos dos estudantes.

3.3 Inserção das práticas na rotina escolar

A inserção das práticas de atenção plena na rotina escolar deve priorizar a regularidade e a intencionalidade, ainda que por meio de atividades simples e de curta duração. Essas práticas podem ser realizadas no início das aulas, em momentos de transição, antes de avaliações ou sempre que a turma demandar maior atenção à regulação emocional e à qualidade da convivência.

É importante que as atividades sejam adequadas à faixa etária dos estudantes e às características de cada contexto escolar, podendo incluir exercícios de respiração consciente, práticas de atenção plena, pausas reflexivas e outras estratégias alinhadas aos princípios deste documento. A participação dos estudantes deve ser sempre voluntária, em um ambiente acolhedor, respeitoso e seguro para todos.

A implementação das práticas depende do engajamento dos profissionais da educação e da incorporação gradual dessas estratégias ao cotidiano escolar. A participação dos aplicadores nas formações dos respectivos projetos é voluntária, não havendo qualquer obrigatoriedade de adesão. Busca-se estimular a participação de professores, gestores e demais profissionais interessados em ampliar seu repertório de atuação e contribuir para a promoção do bem-estar e da convivência escolar.

Profissionais que possuam experiência prévia ou interesse na temática poderão atuar como facilitadores e apoiadores da implementação das práticas em suas unidades escolares, contribuindo para sua disseminação e fortalecimento no âmbito da rede.

3.3.1 Fluxo de adesão e implementação

A implementação das práticas de atenção plena na rede estadual ocorre por meio de um processo de adesão voluntária das unidades escolares e dos profissionais da educação interessados em desenvolver as atividades em seus contextos de atuação.

Os projetos de atenção plena desenvolvidos em nível regional deverão ser encaminhados às respectivas Coordenadorias Regionais de Educação para análise, acompanhamento e alinhamento às diretrizes desta política. Iniciativas de abrangência estadual deverão ser submetidas à Secretaria da Educação, por meio do Núcleo de Cuidado e Bem-estar Escolar, para avaliação e validação institucional.

Após aprovados, os projetos poderão ser ofertados e disseminados pela Secretaria da Educação, pelas Coordenadorias Regionais de Educação e pelas Escolas Antena, respeitando as especificidades de cada território e as necessidades das comunidades escolares.

Os profissionais interessados em participar das formações ou implementar práticas de atenção plena em suas escolas deverão manifestar interesse à equipe diretiva da unidade escolar, que atuará em articulação com a Coordenadoria Regional de Educação para viabilizar o suporte técnico, o acompanhamento e as condições necessárias para sua implementação.

3.3.2 Trajetória da atenção plena na rede

A presente estratégia de implementação incentiva o reconhecimento e a valorização dos projetos e iniciativas já existentes, os quais compõem a trajetória da atenção plena na rede de educação do Rio Grande do Sul. Longe de propor uma ruptura, esta ação é válida e impulsiona o histórico de práticas já desenvolvidas, integrando os saberes acumulados às novas diretrizes. Ao cancelar esse percurso, a diretriz potencializa o protagonismo da comunidade escolar gaúcha, garantindo que a expansão e cultivo do cuidado seja construída sobre bases já consolidadas e testadas na realidade do Estado.

Entre essas iniciativas de destaque, cabe citar o surgimento e a introdução das atividades de atenção plena na SEDUC-RS, que tiveram um marco decisivo em

2023 com a formalização do Termo de Parceria com a ONG Mente Viva. Iniciado como um projeto-piloto em escola estadual no município de Caxias do Sul, o trabalho proporcionou práticas diárias de atenção plena sem custos para os cofres públicos. Posteriormente, os resultados dessa metodologia foram aferidos junto ao Centro de Educação Baseada em Evidências (CEBE) através do projeto nomeado “Treinamento de Atenção Plena com Foco em Aprendizagem e Desenvolvimento Psicossocial”, o qual capacita profissionais da educação para a aplicação de práticas de atenção plena em estudantes dos anos finais do ensino fundamental e do ensino médio.

A metodologia é composta por exercícios de respiração, uso de música clássica e reflexões a partir de um animal por dia, de modo a incentivar a consciência, a sustentabilidade e a integração com a natureza. Os resultados do projeto permitiram sua expansão, atualmente em andamento no período entre 2024 e 2026, para as 30 Coordenadorias Regionais de Educação (CREs), com a inserção de uma nova instituição de ensino por CRE a cada ano. Esse avanço serve como referência para a consolidação e a implementação das práticas de atenção plena na rede estadual.

3.4 Monitoramento e Avaliação

O monitoramento das Práticas de Atenção Plena será realizado de forma integrada aos processos de acompanhamento da Secretaria da Educação, considerando informações relacionadas à implementação das ações, à participação dos profissionais da educação e ao alcance das iniciativas desenvolvidas nas escolas.

O acompanhamento ocorrerá de forma articulada entre as unidades escolares, as Coordenadorias Regionais de Educação e a Secretaria da Educação, permitindo identificar avanços, desafios e oportunidades de aprimoramento. Esse processo também contribuirá para a disseminação de experiências exitosas e para o fortalecimento das práticas no âmbito da rede estadual.

Sempre que possível, o monitoramento deverá utilizar instrumentos e sistemas já existentes na rede, evitando a criação de rotinas administrativas adicionais e favorecendo a integração das práticas ao cotidiano escolar.

A avaliação das iniciativas poderá considerar aspectos como participação nas formações, número de profissionais envolvidos, alcance das ações desenvolvidas, percepção dos participantes e contribuições observadas para o bem-estar, a convivência escolar e o desenvolvimento socioemocional da comunidade escolar.

Os resultados produzidos a partir desse acompanhamento subsidiarão o aperfeiçoamento contínuo da estratégia, contribuindo para sua qualificação, sustentabilidade e expansão na rede estadual de ensino.

3.4.1 Estrutura dos Indicadores

O monitoramento das Práticas de Atenção Plena organiza-se em quatro dimensões complementares, permitindo acompanhar a implementação, a abrangência, a institucionalização e os efeitos das iniciativas desenvolvidas na rede estadual.

3.4.1.1 Indicadores de implementação

Referem-se à estrutura instalada e à execução das práticas de atenção plena:

- número de escolas com projetos inscritos, aprovados ou em implementação;
- número de profissionais da educação formados e aptos a conduzir as práticas;
- número de atividades realizadas;
- frequência de realização das práticas;
- número de reuniões de planejamento, acompanhamento e alinhamento dos projetos.

3.4.1.2 Indicadores de alcance

Referem-se à abrangência das práticas na comunidade escolar:

- número de participantes envolvidos nas atividades;
- número de estudantes alcançados;
- número de profissionais da educação participantes;
- número de turmas, grupos ou coletivos atendidos;
- diversidade de segmentos envolvidos, incluindo estudantes, professores, equipe gestora, famílias e comunidade.

3.4.1.3 Indicadores de institucionalização

Referem-se ao grau de incorporação das práticas à rotina escolar:

- inserção das práticas de atenção plena nos instrumentos de planejamento da escola;
- regularidade das atividades ao longo do ano letivo;
- participação da equipe gestora nas ações desenvolvidas;

- articulação das práticas com instâncias escolares, como CIPAVE, Conselho Escolar e Grêmio Estudantil;
- existência de espaços e tempos institucionalizados para a realização das práticas.

3.4.1.4 Indicadores de impacto

Referem-se aos efeitos percebidos na convivência escolar e no bem-estar da comunidade escolar:

- percepção de melhoria do clima escolar;
- fortalecimento do senso de pertencimento à escola;
- desenvolvimento da autorregulação emocional;
- qualificação das relações interpessoais;
- ampliação da participação e do diálogo na comunidade escolar;
- percepção dos benefícios das práticas pelos participantes.

4. VISÃO DE FUTURO

A visão de futuro desta estratégia consiste na consolidação de uma cultura de atenção, cuidado e bem-estar nas escolas da Rede Estadual de Ensino do Rio Grande do Sul. Busca-se que as práticas de atenção plena sejam progressivamente incorporadas ao cotidiano escolar, fortalecendo ambientes nos quais o respeito, a escuta, o diálogo e a corresponsabilidade orientem as relações entre estudantes, profissionais da educação, famílias e comunidade.

Nesse horizonte, a escola reafirma sua função de promover não apenas a aprendizagem acadêmica, mas também o desenvolvimento humano integral, reconhecendo que o bem-estar, a convivência e a saúde emocional são condições fundamentais para o processo educativo. As práticas de atenção plena contribuem para o fortalecimento da escuta qualificada, da empatia, da autorregulação emocional e da resolução construtiva de conflitos, favorecendo ambientes mais seguros, acolhedores e propícios à aprendizagem.

Ao fortalecer a capacidade de estudantes e educadores de lidar de forma consciente e equilibrada com os desafios do cotidiano, a Rede Estadual de Ensino avança na construção de uma cultura institucional orientada ao cuidado, à prevenção e à promoção do desenvolvimento integral.

4.1 Resultados esperados

A consolidação das práticas de atenção plena expressa-se, progressivamente, nos seguintes resultados:

- melhoria do clima escolar;

- fortalecimento do senso de pertencimento à escola;
- desenvolvimento de competências socioemocionais;
- fortalecimento da empatia e da qualidade das relações interpessoais;
- ampliação da capacidade de autorregulação emocional;
- apoio ao desenvolvimento integral dos estudantes, em suas dimensões cognitiva, emocional e social;
- promoção do bem-estar da comunidade escolar;
- fortalecimento de estratégias preventivas voltadas à convivência e à saúde emocional;
- consolidação de uma cultura institucional de atenção, cuidado e bem-estar.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

5.1 Síntese

A Estratégia de Implementação das Práticas de Atenção Plena nas Escolas Estaduais do Rio Grande do Sul estabelece diretrizes para a incorporação gradual dessas práticas ao cotidiano escolar, com o objetivo de promover o bem-estar de estudantes, professores e demais integrantes da comunidade escolar.

Amparada por evidências científicas e pelas experiências desenvolvidas na rede estadual entre 2023 e 2025, a estratégia reconhece o potencial das práticas de atenção plena para contribuir com o desenvolvimento de competências socioemocionais, a promoção da saúde emocional, a qualificação da convivência escolar e o fortalecimento do clima escolar. Os resultados observados nas iniciativas já implementadas indicam avanços relacionados à atenção, à concentração, à autorregulação emocional e à qualidade das relações interpessoais, reforçando a relevância da continuidade e do aprimoramento dessas ações na rede estadual.

Mais do que uma metodologia específica, as práticas de atenção plena constituem uma estratégia de cuidado e promoção do desenvolvimento integral, contribuindo para que estudantes e profissionais da educação disponham de recursos que os auxiliem a lidar de forma mais consciente e equilibrada com os desafios do cotidiano escolar.

5.2 Direção estratégica

A consolidação desta estratégia orienta-se pela construção progressiva de uma cultura escolar baseada na atenção, na escuta qualificada, no cuidado e no fortalecimento das competências socioemocionais. Sua implementação requer o

compromisso e o engajamento das escolas, das Coordenadorias Regionais de Educação e da Secretaria da Educação, configurando-se como um processo contínuo de fortalecimento institucional e desenvolvimento de capacidades.

Esse processo apoia-se na formação permanente dos profissionais da educação, na criação e disseminação de iniciativas alinhadas às diretrizes desta estratégia e na integração gradual das práticas de atenção plena aos Projetos Político-Pedagógicos (PPP) e às rotinas escolares.

A governança da estratégia fundamenta-se na articulação entre os diferentes níveis da rede e na adesão voluntária das unidades escolares e dos profissionais envolvidos, respeitando as especificidades de cada contexto e território.

Ao consolidar-se de forma progressiva e sustentada, por meio de processos de acompanhamento e monitoramento contínuos, a estratégia contribui para fortalecer a Política de Cuidado e Bem-Estar Escolar e para a construção de ambientes educacionais mais acolhedores, inclusivos e promotores do desenvolvimento humano integral.

REFERÊNCIAS

AMADEU, Elaine de Almeida et al. **Atenção plena e os benefícios para regulação emocional no meio acadêmico: revisão sistemática.** TCC – Psicologia. Cuiabá: Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), 2024. Disponível em: <https://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/view/1960>

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular.** Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <https://basenacionalcomum.mec.gov.br/>

RAHAL, G. M. **Atenção plena no contexto escolar: benefícios e possibilidades de inserção.** Psicologia Escolar e Educacional, v. 22, p. 347-358, 2018. Link para acesso: <https://doi.org/10.1590/2175-35392018010258>

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 849, de 27 de março de 2017.** Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html

