

# ADOLESCÊNCIA EM PAUTA: REFLEXÕES E DEMANDAS EM GRUPOS TERAPÊUTICOS



MARTINS, Maria Paula. DE OLIVEIRA, Maryana. DOS SANTOS, Pamêla.<sup>1\*</sup>

[\\*martinsmaria1103@gmail.com.br](mailto:martinsmaria1103@gmail.com.br)

ROSA, Andreia. VISENTINI, Danielle. AGUZZI, Dilce Helena<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Discentes do Curso de Psicologia, Nível 2024/1- Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

<sup>2</sup>Docentes do Curso de Psicologia, Nível 2024/1 - Faculdade IDEAU – Bagé/RS



## CONSIDERAÇÕES INICIAIS

O projeto terapêutico "Mentes em Sintonia" em uma escola de ensino fundamental aborda a ansiedade em adolescentes, destacando a importância da família. Durante a adolescência, os jovens enfrentam mudanças físicas e emocionais, buscando sua identidade e independência, mas também enfrentando conflitos familiares. As tensões familiares podem afetar a saúde mental dos adolescentes, levando a problemas como ansiedade, depressão e estresse. O projeto visava promover um aprendizado prático em processos grupais com adolescentes do 8º e 9º ano, criando um ambiente acolhedor através de um grupo terapêutico focado em ansiedade e conflitos familiares. Os encontros semanais tiveram atividades centradas em dinâmicas grupais, com avaliações dos níveis de ansiedade dos participantes. O grupo buscava ajudar os jovens a lidar com questões como ansiedade, autoestima, sexualidade e falta de educação sexual, oferecendo um espaço seguro para compartilhar experiências e receber apoio emocional e comportamental. Conclui-se que os jovens demonstraram ter problemas de relacionamento com suas famílias, o que é comum na adolescência, a ansiedade também era evidente, mas ao longo das sessões, os participantes encontraram formas saudáveis de lidar com esses sentimentos. No grupo, foram observados fenômenos grupais que contribuíram para o bom funcionamento do projeto. Como resultado, houve um aumento significativo na autoconsciência emocional dos participantes e uma melhoria na habilidade de lidar com a ansiedade, fortalecendo seus laços interpessoais.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dado o final dos encontros do grupo de intervenção terapêutica "Mentes em Sintonia", foi percebido que os jovens possuem ansiedade predisposta como severa em razão de discussões e relatos feitos pelos adolescentes, sendo necessário um levantamento de dados para entender quais sintomas de ansiedade eles sentem ou já sentiram. Foi compreendido que essa causa é decorrida da fase de descobertas em que os jovens se encontram, pois muito das questões apresentadas são advindas da pressão imposta pela família e dos desafios que a fase da adolescência possui. Assim, consequentemente, esses adolescentes tendem a causar desconfortos e conflitos na família, por estarem focados na busca de suas próprias identidades e na construção de suas personalidades, havendo incompreensão por parte dos familiares. Pois quanto a Pratta (2007), em razão que adentrando a esfera da adolescência, uma crise de magnitude significativa pode emergir no seio familiar, concebida como um evento previsível que reverbera intensamente na dinâmica familiar, auxiliando assim nestes conflitos familiares.

Deste modo, os dois primeiros encontros com os jovens foi focado em torno da questão da ansiedade e da relação que eles tem com a família no seu convívio. Sendo apresentado a "Escala de Beck", para avaliar a intensidade e sintomas de ansiedade, e uma escala de pensamentos ansiosos mais comuns criado por Débora Barboza Rodrigues Martins, neuropsicóloga.

Já no terceiro encontro foi entregue uma pesquisa Sociodemográfica para se entender melhor sobre com quem eles convivem no núcleo familiar. Visto que, a partir das conversações surgiam diversas questões como sexualidade, relacionamentos e principalmente autoestima, dessa forma foi necessário trabalhar com eles sobre a autoestima. Uma vez que Kernis (2003) relata que, tendo em conta que baixos níveis de autoestima têm sido associados a várias problemáticas de saúde mental, a elevada autoestima se pode associar a sentimentos estáveis de satisfação, respeito e aceitação de si próprio mesmo perante imperfeições – o que se mostra relevante na adolescência, pois poderá evitar que os jovens ponham em questão o seu valor pessoal independentemente de validações externas e da percepção de sucesso nas atividades em que se envolvem.

No sexto encontro notou-se estes jovens mais confiantes e entusiasmados para as sessões. Contudo, para ver os resultados completos de levantamento de dados, acesse o QR Code abaixo.



Scan Me

## METODOLOGIA

O método de pesquisa será quali-quantitativa, onde esta combinação permitirá uma análise mais completa e abrangente do tema, triangulando os dados e aumentando a confiabilidade dos resultados. Sampieri, Collado, e Lucio (2013, p. 76) ressaltam que a revisão sistemática, "consiste em detectar, consultar e obter a bibliografia e outros materiais úteis para os propósitos do estudo, dos quais extraímos e sintetizamos a informação relevante e necessária para o problema de pesquisa.". Já de acordo com Freire (2013), trata-se também de um processo de levantamento de dados onde são exigidas revisões rigorosas de publicações acadêmicas em busca de indícios que possam levar à identificação de evidências a respeito de um tema de pesquisa ou mesmo um tópico em uma área desejada. Este método, proporciona uma visão robusta e abrangente, permitindo que os pesquisadores se mantenham a par do que tem sido estudado em suas áreas de interesse.

O planejamento contará com jovens de 13 a 15 anos, matriculados em uma instituição estadual na região oeste do Rio Grande do Sul. A metodologia será desenvolvida em um período de dezesseis horas, com encontros semanais com duração de uma hora a uma hora e trinta minutos, com um grupo total de vinte e um jovens. O estudo teve foco sobre o 8º e o 9º ano do ensino fundamental, os alunos foram convidados a participar e a se inscreverem, para assim, acontecer a criação de um novo grupo. Nesse sentido, o grupo obteve o total de vinte e uma inscrições, sendo composto majoritariamente por meninas, contando com apenas a participação de dois meninos.

Cada encontro teve uma temática específica a ser conduzida, sempre com foco no tema conflitos no âmbito familiar, redirecionado para a questão da ansiedade, porém como um fenômeno ocorrente em grupo terapêutico, foram trabalhados assuntos e questões surgidas na adolescência, como a sexualidade. Consequente ao roteiro da prática grupal, contará com dinâmicas como a do Quebra Gelo, Apresentação, Reflexão, Relaxamento e Avaliação, além das discussões em grupos sobressaídas durante as etapas, intuindo a criação de um ambiente seguro e acolhedor para os adolescentes se expressarem livremente, e conter suas angústias.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi de entendimento das estagiárias, a necessidade dos participantes de possuírem um lugar seguro, para estes desabafarem e se sentirem confortáveis, isto tudo foi capaz de acontecer no grupo graças a formação do vínculo. Ficou evidente que os jovens não possuem bons relacionamentos com seus familiares, muito atribuído com a fase de descobertas e revelações, afirmados no período da adolescência. A ansiedade severa, presente nos adolescentes, se tornou evidente desde os primeiros encontros, porém, conforme o andamento do grupo, notou-se, que os participantes procuraram um método de escape, para ressignificar esse sentimento, descontando em desenhos, na escrita e ao ouvir música.

Foi observado no grupo fenômenos, comumente presentes no campo grupal, como o introduzido por Foulkes e Anthony (1957), o da ressonância, e outros como os atrelamento de papéis (bode expiatório, porta voz e status), coesão grupal, e cooperação dos participantes. A função continente das coordenadoras, foi imprescindível, para conter as angústias e necessidades enquanto grupo, para assim obtermos o bom funcionamento grupal.

Conclui-se então, que o projeto atingiu seus objetivos e houve êxito nas sessões, além disso, a análise dos resultados revelou um aumento significativo na autoconsciência emocional dos participantes, bem como uma melhoria na habilidade de lidar com a ansiedade. Através do apoio mútuo e da partilha de experiências, os jovens desenvolveram uma maior compreensão de si mesmos e dos outros, fortalecendo seus laços interpessoais.

## REFERÊNCIAS

FOULKES, S.H.; ANTHONY, E.J. **Psicoterapia de grupo: a abordagem psicanalítica**. Rio de Janeiro: BUP, 1957.

FREIRE, P. S. **Aumente a qualidade e a quantidade de suas publicações científicas: manual para elaboração de projetos e artigos científicos**. Curitiba: Crv, 2013.

KERNIS, M. H. **Toward a conceptualization of optimal self-esteem**. Psychological Inquiry, Ed.14, pág. 1-26. 2003

PRATTA, E. M. M.; SANTOS, M. A. **Família e Adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico dos seus membros**. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 12, n. 2, p. 247-256, maio/ago. 2007

SAMPIERI, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. P. B. **Metodologia de pesquisa**. Ed 5. Porto Alegre: Penso, 2013.