

FRONTEIRAS DA MATURIDADE: A ANSIEDADE DOS ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DIANTE DA VIDA ADULTA



CASTILHOS, Marília Herardt¹; MACHADO, Érica Costa¹; SILVA, Maria Eduarda Silva¹; PRESTES, Isadora Rosa¹
GOMES, Melina Britto² VISENTINI, Danielle Machado²

Nível 2024/2- Faculdade IDEAU Bagé/RS.

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



CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A adolescência, segundo a OMS, é uma fase de transição entre a infância e a vida adulta, ocorrendo entre os 10 e 19 anos, e dividida em adolescência inicial (10-14 anos) e final (15-19 anos). Este período é marcado por intensas mudanças biológicas e psicossociais, incluindo o desenvolvimento da autonomia e a experiência de "lutos", como a perda do corpo infantil e da identidade familiar. Essas transformações podem gerar comportamentos que, embora normais, podem ser confundidos com distúrbios mentais.

Além disso, fatores como pressões escolares e expectativas em relação ao futuro profissional aumentam a instabilidade emocional dos adolescentes, gerando altos níveis de ansiedade. A autocobrança e a pressão familiar e social são fatores que agravam essa situação, o que destaca a importância de discutir e pesquisar a ansiedade juvenil. O estudo em questão busca descobrir como as expectativas sobre a vida adulta podem ocasionar a ansiedade; analisar de que forma os adolescentes reagem a situações estressoras; compreender por que os adolescentes tendem a temer a transição da fase adulto jovem; buscar solução para os altos níveis de ansiedade em jovens do ensino médio, por meio de observações e entrevistas a adolescentes entre 15 e 18 anos em escolas da região.

METODOLOGIA

A pesquisa usou uma abordagem qualitativa aplicada para explorar as experiências e percepções de adolescentes no ensino médio. Foram realizadas entrevistas semi-estruturadas com quatro estudantes, de 15 a 18 anos, cada uma com cerca de uma hora e meia de duração, permitindo que os jovens expressassem livremente seus sentimentos e opiniões.

A opção pela entrevista semi-estruturada visou flexibilizar o roteiro, permitindo adaptações e aprofundamento de temas emergentes. Além disso, um diário de bordo foi utilizado para registrar observações adicionais, enriquecendo a análise com detalhes que poderiam ser perdidos apenas com as transcrições.

A análise dos dados foi feita por meio da técnica de análise de conteúdo, identificando temas e categorias significativas, alinhada à abordagem qualitativa recomendada por Minayo (2013) para uma compreensão mais profunda dos fenômenos sociais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Explorou-se os desafios enfrentados por adolescentes durante a transição para a vida adulta, destacando temas como escolha profissional, ansiedade e busca por identidade. Entrevistas revelam a pressão social e familiar, especialmente no contexto de decisões de carreira, como ilustrado por relatos de jovens que enfrentam expectativas externas, dúvidas sobre capacidades e medo do futuro. Erik Erikson (1968) identifica essa fase como marcada pela crise de identidade versus confusão de papéis, essencial para o desenvolvimento de uma vida adulta saudável. Arnett (2000) complementa com o conceito de emerging adulthood, que enfatiza a exploração de identidade e instabilidade nesse período.

Além disso, Papalia e Feldman (2013) destacam o papel das mudanças cognitivas e emocionais e a importância do estabelecimento de metas. A ansiedade, um sentimento recorrente nos relatos, é vista como parte do processo de adaptação e pode ser mitigada por redes de suporte social e estratégias de enfrentamento, como terapia e atividades criativas. Especialistas, como Spielberger (1972), reforçam que a ansiedade é uma resposta natural em momentos de incerteza.

Com isso, conclui-se que o equilíbrio entre expectativas externas e aspirações pessoais, aliado ao apoio emocional e à orientação prática, é fundamental para ajudar os jovens a enfrentar essa fase com menos ansiedade e mais confiança. Iniciativas de saúde mental e preparação para a vida adulta são apontadas como essenciais para essa transição.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa conclui que a ansiedade em relação ao futuro é comum entre adolescentes de diferentes contextos socioeconômicos. Esse sentimento é influenciado por fatores como ambiente, desenvolvimento cognitivo e experiências pessoais, resultando em vivências únicas para cada jovem. A pressão externa, especialmente das expectativas familiares sobre carreira e futuro, pode agravar essa ansiedade, causando insegurança e até problemas mais sérios, quando intensa e contínua. O estudo sugere que a presença de psicólogos nas escolas, oferecendo psicoterapia e atividades voltadas ao controle emocional e escolhas profissionais, pode fortalecer a saúde mental dos adolescentes e prepará-los para a vida adulta de forma mais equilibrada e confiante.

REFERÊNCIAS

- ABERASTURY DE PICHÓN RIVIÈRE, Arminda; KNOBEL, Maurício. **Adolescência normal**. 1992.
- ARNETT, Jeffrey Jensen. **Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties**. *American Psychologist*, v. 55, n. 5, p. 469, 2000.
- RIKSON, Erik H. **Identity: Youth and Crisis**. New York: W. W. Norton & Company, 1968.
- ERIKSON, Erik H. **Identidade e Ciclos de Vida**. 2ª ed. Ed. Editora Vozes, 1968.
- GROLI, Verônica; WAGNER, Marcia Fortes; DALBOSCO, Simone Nenê Portela. Sintomas depressivos e de ansiedade em adolescentes do ensino médio. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 9, n. 1, p. 87-103, 2017.
- JATOBÁ, Joana D.; BASTOS, Othon. **Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas**. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 56, p. 171-179, 2007.
- MINAYO, Maria de Souza. **Pesquisa Social: Teoria, Método e Criatividade**. 30. ed. São Paulo: Editora Vozes, 2013.
- SPIELBERGER, C. D. **Anxiety: Current Trends in Theory and Research**. New York: Academic Press, 1972.