
**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO
OCTÁVIO BASTOS - UNIFEOB**

Camille Marcussi - 21000347

Felipe Hypolito Piovesan de Paiva - 21000192

Jhonattan da Silva Carvalho - 22001819

Leandro Lonardoní - 21000935

Luís Felipe Batista Ribeiro - 20001859

**ESTRESSORES COMO FATORES DE VULNERABILIDADE
E SAÚDE MENTAL NA INFÂNCIA**

São João da Boa Vista/SP

2023

RESUMO

A ideia de saúde mental que surge como um conceito para definir e avaliar o estado tanto físico quanto mental de um indivíduo e o que determina a qualidade de vida e a saúde mental são os fatores individuais, sociais e estruturais, esses fatores podem ser associados com o estresse. Entendendo a vulnerabilidade e os malefícios causados por eventos estressores, vê-se a necessidade da realização de intervenções em crianças para a prevenção e promoção à saúde mental e o propósito do estudo foi formular intervenções psicoeducativas com o intuito de fortalecer o autoconhecimento das crianças, juntamente, alavancando a diminuição do estresse entre o público-alvo. Os participantes basearam-se nas crianças que frequentam o oratório, no qual a idade das crianças variou entre 6 e 14 anos, de ambos os sexos e para a realização da atividade, foi feita a observação das pessoas que frequentam o local e preparado intervenção para a prevenção e promoção de saúde mental. Considera-se que os objetivos foram atingidos, visto que foi possível a realização de todos mesmo com algumas dificuldades, trazendo assim, uma melhora no autoconhecimento das crianças na identificação de suas emoções, seus gostos e medos, além de identificar pessoas de confiança, pontos a melhorar em si e no mundo.

Palavras-chave: Desenvolvimento infantil. Estresse precoce.

I. INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A ideia de saúde mental que surge como um conceito para definir e avaliar o estado tanto físico quanto mental de um indivíduo, é bem complexa, pois sua definição varia conforme a área da saúde na qual ela reside. Ela nos traz um contexto do estado atual de um ser, em que na área médica trata-se apenas do que é visto como bem-estar ou mal-estar onde visa apenas a cura considerando o bem como ausência de doença, e não um conceito como um todo como a psicologia, que se encarrega de trazer um olhar holístico para saúde, aderindo a um cenário panorâmico tratando de questões fisiológicas, genéticas, anatômicas, sociais, econômicas e mentais (GAINO et. al., 2018).

De acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde) "*A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade*". Tal definição acaba-se por ser superestimada, pois as vertentes que a constroem acabam por ser difícil de atingir nos dias atuais por questões principalmente sociais e econômicas o que tem como registro indivíduos, famílias e grupos sociais mais carentes, como protagonistas neste cenário e isso explicaria a divergência de ideias sobre (GAMA; CAMPOS; FERRER, 2014).

Para a OMS, saúde mental seria parte que sustenta a capacidade individual e coletiva das pessoas para tratar e tomar decisões, estabelecer relações e moldar um mundo. As condições para alteração da saúde mental têm como inclusão de transtornos e deficiências psicossociais, bem como outros estados mentais associados a algum grau de sofrimento, incapacidade funcional, carência e riscos de comportamento auto lesivo.

Logo, o que determina a qualidade de vida e a saúde mental são fatores individuais, sociais e estruturais, esses fatores podem ser associados com o estresse, que segundo a definição de Hans Selye (1959) o estresse na sua dimensão biológica pode ser definido como um estado manifesto por uma síndrome específica, constituído por alterações produzidas por um estado biológico. Sendo esse estado manifesto sempre desencadeado por um evento estressor, que obrigará o corpo a reagir e se adaptar a ele (FILGUEIRAS, HIPPERT et. al, 1999).

Estressor, por sua vez, é avaliado pelo indivíduo como ameaçador e incontrolável, eliciando um estado psicológico que se trata de uma experiência estressante com componentes biológicos e psicológicos (LAZARUS & FOLKMAN et. al, 1984).

Porém o estresse por si só não é de todo mal, ele pode ter benefícios ou simplesmente não causar nenhum dano ao organismo, a reação do organismo dependerá do grau do evento estressor, do tempo de exposição e o quanto o sujeito está amparado pelo ambiente e se autorregular para reagir a esse evento.

Todavia, em alguns casos um evento estressor pode causar vários danos ao sujeito, sendo os danos ainda maiores em pessoas no início do desenvolvimento. (LINHARES et. al, 2016)

I. ESTRESSE PRECOCE COMO VULNERABILIDADE

Muitos modelos foram criados para explicar como o estresse na infância pode afetar o desenvolvimento da criança, um dos principais foi proposto por Shonkoff (2010, 2012), onde ele afirma que as experiências de estresse tóxico no início do desenvolvimento da criança constituem-se fator de alto risco para a saúde na fase adulta, existindo três tipos de estresse, o positivo, o tóxico e o tolerável.

- O positivo é de curta duração e de efeito bem controlado, desde que a criança tenha suporte para receber e se sinta protegida, podendo servir

de aprendizado para o pequeno do que se deve fazer ou não no ambiente para suprir as necessidades.

- O estresse tolerável, apresenta-se como um estresse de maior ameaça e uma maior duração que pode causar um possível dano ao organismo, porém mesmo com um estímulo estressor maior, se a criança estiver em um ambiente protetor e não se sentir muito ameaçada, ela consegue se regular diante o meio e diminuir os danos causados pelo estressor.
- O estresse tóxico é de maior duração e maior ameaça, causando vários danos ao organismo e a criança, que não consegue se autorregular diante daquele meio, pois se sente em constante ameaça. Os fatores associados podem incluir: o estímulo ser muito forte; de longa duração e, o principal fator, a criança não se sentir protegida e longe de ameaças, estando em um ambiente altamente perigoso, fazendo com que o corpo tenha que reagir ao perigo a todo momento. (SHONKOFF et.al,2010)

Esse tipo de estresse, tóxico, pode provocar uma disruptura no circuito cerebral, assim como em outros órgãos e sistemas metabólicos, em períodos sensíveis do desenvolvimento do indivíduo (Shonkoff et al., 2012a). Essas mudanças podem ser relevantes precursores de prejuízos futuros no desenvolvimento e aprendizagem da criança, além de problemas de saúde física e mental (SHONKOFF et. al, 2010).

Elkind (1981) também traz os efeitos negativos do estresse na vida das crianças em seus estudos, onde o autor menciona que há maior probabilidade de desgaste do organismo em crianças que vivenciam várias situações de mudança em curto período, aumentando as chances de problemas de saúde na vida desses indivíduos (LINHARES et. al, 2016)

As principais causas de estresse precoce, segundo Bernstein e colaboradores (1994), são os maus-tratos na infância, que podem ser divididos em:

Tipo	Significado
Abuso físico	Agressões físicas com risco de lesões corporais graves e morte, em geral cometidas por indivíduos mais velhos, pais ou responsáveis pela criança.

Abuso emocional	Agressões verbais que humilham, envergonham e afetam o bem-estar do infante (Wainer et al., 2015, p.40).
Abuso sexual	Qualquer tipo de contato ou comportamento sexual entre um indivíduo mais velho e a criança; estudos recentes mostram que crianças expostas ao abuso sexual grave são as que apresentam maior risco para o desenvolvimento de psicopatologias (Cutajar et al., 2010).
Negligência emocional	Omissão com relação às necessidades emocionais do infante; falha no fornecimento de afeto e suporte emocional.
Negligência física	Falha no fornecimento de necessidades básicas, como moradia, alimentação, segurança e saúde. (Wainer et al., 2015, p.40).

Fonte: Elaborado pelos autores.

I.ii INTERVENÇÃO EM CRIANÇAS

Entendendo a vulnerabilidade e os malefícios causados por eventos estressores, vê-se a necessidade da realização de intervenções em crianças para a prevenção e promoção à saúde mental.

TSZESNIOSKI et al. (2015) em sua pesquisa traz a importância da intersetorialidade dos serviços de atenção primária e secundária da saúde, educação, o núcleo familiar e as redes de apoio (vizinhos). O trabalho foi desenvolvido com sete crianças, sendo a maioria do sexo masculino, entre 1 a 9 anos, com renda familiar de 1 salário mínimo, vivendo em uma casa com cerca de 2 a 4 pessoas, sendo uma estrutura monoparental e o nível de escolaridade dos pais no ensino fundamental.

No estudo de TSZESNIOSKI et al. (2015), percebeu-se que o trabalho entre as equipes de saúde, juntamente com a educação, foi essencial para a ampliação e fortalecimento da rede de cuidados, trazendo mudanças positivas no fortalecimento de vínculos entre o núcleo familiar e as crianças. Além disso, identificou-se que a estimulação das habilidades individuais de cada criança modifica as expectativas das genitoras, percebendo mudanças significativas em seus filhos e, conseqüentemente, aumentando o afeto e a qualidade do vínculo entre eles. Com isso, ressalta a importância da interseção na promoção da autonomia e independência dos sujeitos.

Por sua vez, Melro Filha e Ribeiro (2019) traz no seu estudo a importância da intervenção humanizada no processo de cuidar de crianças com câncer. O estudo foi realizado em dois hospitais de referência no tratamento do câncer infantil na cidade de Maceió-AL, com 14 crianças no Hospital sem Quimioteca e 12 no Hospital com Quimioteca.

Como resultado de pesquisa, Melro Filha e Ribeiro (2019) constatou que o espaço humanizado durante o tratamento, com a disponibilidade de brinquedos, televisões e outras atividades lúdicas e prazerosas influenciam na redução de estresse nas crianças, ressaltando a importância das intervenções lúdicas, humanizadas e do brincar para a facilitação da recuperação e bem-estar do paciente.

Com isso, o presente estudo justifica-se através da importância da prevenção ao estresse desde o início da vida, como meio de promoção a saúde física e mental. Além de contribuir cientificamente para o avanço nos estudos sobre a problemática do estresse infantil como uma vulnerabilidade social e em intervenções psicoeducativas em crianças que vivenciam situações de estresse.

II. OBJETIVOS

O propósito do estudo foi formular intervenções psicoeducativas com o intuito de fortalecer o autoconhecimento das crianças, juntamente, alavancando a diminuição do estresse entre o público-alvo. Dessa forma, manifestando a importância da promoção da saúde mental na infância e adolescência.

Tendo como objetivos específicos: conhecer as famílias; investigar a influência da instituição no ambiente familiar e no pleno desenvolvimento do público frequentador do serviço; identificar problemáticas presentes no ambiente; preparar atividade de intervenção; e realizar a atividade com as crianças para promoção de saúde mental.

III. METODOLOGIA

O presente estudo tratou-se de uma pesquisa de campo qualitativa, sendo este trabalho envolvido no Projeto Integrador do módulo de Prevenção e Promoção à Saúde do curso de Psicologia e a presença do curso de Biomedicina e Educação Física da UNIFEOB, tendo como o principal responsável pela parte de psicologia a docente Patrícia Bento. O projeto foi submetido e aceito ao comitê de ética em pesquisa com seres humanos, seguindo as diretrizes nacionais e moldado por

parâmetros jurídicos e contratos baseados no asseguramento de direitos mútuos dos participantes deste estudo.

O local ambientado para o estudo foi a Comunidade Missionária Providência Santíssima, atuante no município de São João da Boa Vista, conhecido como Oratório Padre Donizete, onde são oferecidas atividades de lazer para a população, atendendo principalmente pessoa da comunidade que vivenciam algum tipo de vulnerabilidade social. Frequentam a comunidade, crianças, adolescentes e suas famílias. Foi entregue uma carta ao Oratório referente ao interesse das famílias em efetuar e participar deste projeto de estudo.

Os participantes basearam-se nas crianças que frequentam o oratório, no qual a idade das crianças variou entre 6 e 14 anos, de ambos os sexos. Para a realização da atividade, foi realizada observação das pessoas que frequentam o local, com intuito de conhecer a população e as possíveis influências e dificuldades relacionados ao estresse em que essa população possa viver, após foi desenvolvida uma sequência de atividades de autoconhecimento, emoções e responsabilidade individual e coletiva (Anexo 1) e conseqüentemente, aplicada com oito crianças que estavam presentes no dia dois de junho de 2023.

IV. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a noite do dia dois de junho de 2013 foi realizada a intervenção com as crianças do Oratório Padre Donizetti, foram separadas oito crianças para a realização das atividades proposta pelo grupo. No momento para iniciarmos as atividades as crianças trouxeram que gostam muito de futebol e que gostariam de realizar as atividades propostas o mais rápido possível para poderem participar do treino de futebol. Com isso, resolvemos realizar apenas as atividades número um e dois.

IV.i ATIVIDADE 1

Nesta atividade os participantes realizaram uma roda, onde o estudante responsável pela dinâmica realizou as perguntas norteadoras para identificar as expectativas das crianças em participarem da intervenção, além de trabalhar o autoconhecimento das emoções que estão sentindo. As seguintes perguntas foram realizadas.

1- O que você acha que vai acontecer nesse encontro?

Como resposta desta pergunta, praticamente todos os participantes relataram que acreditavam que iriam realizar uma atividade de desenho sobre futebol.

2- O que você está sentindo participando da atividade?

Todos os participantes relataram estar empolgados e alegres para participar das atividades.

3- Tem alguma preocupação sobre participar?

Nenhum participante relatou algum medo em participar da atividade, mas relataram que gostaria que acabasse rápido para poderem realizar o treino de futebol.

4- Alguém tem vergonha de falar em público?

Apenas um integrante relatou ter vergonha em falar em público, trazendo que é tímido, enquanto todos os outros trouxeram que gostam de conversar com as pessoas.

5- Como você se sente falando perto de pessoas que você não conhece?

A maioria das crianças relataram que se sentem alegres conversando com pessoa, independente de conhecer elas ou não, sendo apenas dois dos participantes que relataram sentir vergonha quando conversam com alguém que não conhece.

Com essa primeira atividade foi possível perceber que a maioria das crianças conhecem os sentimentos básico, como felicidade, tristeza e raiva. Além disso, foi possível perceber que as crianças se comunicam bem e têm facilidade de criação de novos vínculos de amizades e lidam bem com o desconhecido. Sendo apenas duas crianças com uma maior dificuldade de comunicação com pessoas que não conhecem.

IV.ii ATIVIDADE 2

Para a realização da atividade as crianças mantiveram-se em círculo, onde foi dado para cada participante uma folha A4 e no meio do círculo havia vários lápis, canetas, borrachas e apontadores. Para iniciar a atividade foi solicitado que desenhassem uma bandeira na folha e foi perguntado qual é a funcionalidade da bandeira, onde as crianças trouxeram que a bandeira serve para identificar o país.

Com isso falamos sobre a importância da identificação individual e do autoconhecimento e solicitamos que separassem a bandeira desenhada em seis partes. Após a separação da bandeira foi realizada as perguntas disparadoras e cada participante escreveu ou desenhou a resposta em um quadradinho de sua bandeira.

1- Qual a pessoa que você mais confia?

Tiveram seis respostas para mãe, quatro para pai, duas para avó e uma para avô.

2- O que você mais gosta de fazer?

Jogar bola teve sete respostas, passear com cachorro uma, ir para escola duas e passear com a família uma resposta.

3- Qual seu maior medo?

Obtivemos como respostas: três escorpião, três aranha, duas cachorros grandes, uma jacaré e tubarão, uma medo de bichos, uma quebrar o braço, uma afogar e uma inimigos.

4- O que você faz quando está com medo de algo?

Sete respostas foram sair correndo e uma esconder.

5- O que você gostaria de mudar em você?

Três resposta para “não ter medo”, uma criança relatou não ter medo de nada, uma relatou que não gostaria de ficar muito tempo na escola, três respostas para “ficar rico” e uma criança queria parar de vomitar.

6- O que você gostaria de mudar no mundo?

Uma resposta para “fome mundial”, três “desmatamento”, duas “ajudar pessoa em situação de rua, uma para que as pessoas parassem de fazer racismo, uma “ajudar a vó”, uma para parar os massacres e melhorar os campos e quadras de futebol.

Com as respostas da primeira pergunta percebemos que todos participante relataram ter um bom vínculo com seus genitores ou progenitores, além de trazerem as amizades como pessoas confiáveis, o que é um bom resultado para questões relacionados a estresse e promoção de saúde mental, visto que ter bons vínculos previne e contribui para lidar com situações de estresse.

Já na segunda pergunta, percebemos que os participantes utilizam o treino de futebol como fonte de lazer e que o espaço é excelente para a relação interpessoal das crianças, além de trazerem atividades de lazer com a família e a frequência escolar como atividades prazerosas.

A terceira pergunta traz que os medos deles são referentes a animais, ou situações reais do cotidiano. Por sua vez, na quarta pergunta percebemos que as crianças fogem das situações que as causam medo, mas em nenhum momento citaram buscar ajuda de algum responsável, um sinal de possível fragilidade entre os vínculos familiares.

Na quinta pergunta, percebe-se que metade das crianças querem parar de ter medo de algo e mudar vida financeira da família para melhor, é visto também uma criança que relata não ter medo de nada, uma para questões fisiológicas, como parar de vomitar e uma criança que não gosta de ficar muito tempo na escola.

Para concluir, na última pergunta percebe-se a empatia das crianças em relações as outras pessoas e ao mundo, sendo todas voltadas para o meio ambiente ou para ajudar os necessitados.

V. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em vista dos elementos supracitados, considera-se que os objetivos foram atingidos, visto que foi possível a realização de todos mesmo com algumas dificuldades, trazendo assim, uma melhora no autoconhecimento das crianças na identificação de suas emoções, seus gostos e medos, além de identificar pessoas de confiança, pontos a melhorar em si e no mundo.

Em relação as dificuldades enfrentadas, obtive-se dificuldade para o agendamento da intervenção, visto que tinha poucas datas disponíveis para muitos grupos realizar as atividades desenvolvidas durante o semestre, além de o único horário disponível para intervenção ser no horário de treino, o que trouxe insatisfação das crianças em realizarem a atividade e solicitarem que a atividade fosse rápida, com isso necessitamos modificar a intervenção durante a própria execução e cortar algumas atividades, para atender as necessidades e os interesses dos integrantes em participar da intervenção.

Então, acredita-se que como possível projeto, a realização de mais intervenções focadas em autoconhecimento, autoestima, identificação de situações de estresse, identificação de pessoas de confiança para pedir ajuda e atividades voltadas para o manejo do estresse.

VI. REFERÊNCIAS

ELKIND, D. **O direito de ser criança:** Problemas da criança apressada. São Paulo: Fundo Educativo Brasileiro, 1981.

GAINO, L. V. et al . O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo*. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto , v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762018000200007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 10 mar. 2023. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.149449>.

GAMA, C. A. P. DA .; CAMPOS, R. T. O.; FERRER, A. L.. **Saúde mental e vulnerabilidade social: a direção do tratamento.** Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental, v. 17, n. Rev. latinoam. psicopatol. fundam., 2014 17(1), p. 69–84, mar. 2014.

LINHARES MBM. **Estresse precoce no desenvolvimento: impactos na saúde e mecanismos de proteção.** Estud psicol (Campinas) [Internet]. 2016Oct;33(Estud. psicol.(Campinas),201633(4)):587–99. <https://doi.org/10.1590/1982-02752016000400003>

MELRO FILHA, S. A.; RIBEIRO, C. M. B. **Influência da quimioteia sobre o estresse de crianças e adolescentes com câncer.** Psicologia, saúde & assistência social, Petrolina, p. 9-30, 2019. Disponível em: https://crp15.org.br/wp-content/uploads/2019/11/CRP_Psicologia-Sau%CC%81de-e-Assiste%CC%82ncia_ebook.pdf#page=10. Acesso em: 17 mar. 2023.

OMS. **“Saúde mental no trabalho” é tema do Dia Mundial da Saúde Mental 2017, comemorado em 10 de outubro | Biblioteca Virtual em Saúde MS.** Saude.gov.br. Disponível em: <<https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o,a%20aus%C3%Aancia%20de%20doen%C3%A7as%20mentais>>. Acesso em: 11 mar. 2023.

Shonkoff, J. P. (2012). Leveraging the biology of adversity to address the roots of disparities in health and development. Proceedings of the National Academy of Science of the United States of America, 109(2), 17302-17307. <http://dx.doi.org/10.1073/pnas.1121259109>.

Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health, Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent Care, & Section on Developmental and Behavioral Pediatrics. (2012a). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. Pediatrics, 129(1), e232-246.

Shonkoff, J. P., Richter, L., van der Gaag, J., & Bhutta, Z. A. (2012b). An integrated scientific framework for child survival and early childhood development. Pediatrics, 129(2), e460-472. <http://dx.doi.org/10.1542/peds.2011-0366>

Shonkoff, J. P. (2010). Building a new biodevelopmental framework to guide the future of early childhood policy. Child Development, 81(1), 357-367. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01399.x>.

Shonkoff, J. P., & Levitt, P. (2010). Neuroscience and the future of early childhood policy: Moving from why to what and how. *Neuron*, 67(5), 689-691. <http://dx.doi.org/10.1016/j.neuron.2010.08.032>.

Shonkoff, J. P. (2003). From neurons to neighborhoods: Old and new challenges for developmental and behavioral pediatrics. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 24(1), 70-76. <http://dx.doi.org/10.1097/00004703-200302000-00014>

TSZESNIOSKI, L. DE C. et al.. **Construindo a rede de cuidados em saúde mental infantojuvenil: intervenções no território**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. Ciênc. saúde coletiva, 2015 20(2), p. 363–370, fev. 2015.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.

Cutajar, M. C., Mullen, P. E., Ogloff, J. R. P., Thomas S. D., Wells, D. L., & Spataro, J. (2010). Psychopathology in a large cohort of sexually abused children followed up to 43 years. *Child Abuse and Neglect*, 34(11), 813-822

Wainer, R., Paim, K., Erdos, R., Erdos, R., & Andriola, R. (2015). *Terapia cognitiva focada em esquemas*. Artmed Editora.

Bernstein, D. P., Fink, L., Handelsman, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K., ... & Ruggiero, J. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *American Journal of Psychiatry*, 151(8), 1132-1136.

Filgueiras JC, Hippert MIS. A polêmica em torno do conceito de estresse. *Psicol cienc prof [Internet]*. 1999;19(Psicol. cienc. prof., 1999 19(3)):40–51. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1414-98931999000300005>

VII. ANEXO

Anexo 1:

ATIVIDADE DE INTERVENÇÃO FINAL

Durante a visita ao oratório, foi observado crianças e adolescentes, entre 6 e 7 anos. A maioria estava acompanhada de seus responsáveis. Cerca de 50% deles eram do bairro e 50% são de outras partes da cidade. Também frequentam o oratório crianças de escolas particulares, buscando aproximar cada vez mais jovens de diferentes classes sociais.

Foi conversado com o coordenador, Edmilson, que contou bastante sobre o oratório e sobre as crianças e os adolescentes que frequentam o local. Muitas das crianças passam por dificuldades em suas casas; dificuldades financeiras; pais ou familiares estão reclusos; estão envolvidos com o tráfico de drogas; familiar internado na Fundação Casa e são muito carentes. As crianças de 6 anos ainda estão

desenvolvendo as coordenações e habilidades para jogar futsal, eles são mais tranquilos, não brigam pela competição. Já os maiores, adolescentes, estão mais desenvolvidos em relação às habilidades esportivas, então eles apresentam maior competitividade.

Após uma deliberação em grupo, a atividade pensada anteriormente foi descartada, visto que a dinâmica “oficina das emoções” ser considerada para um público infantil, logo não seria adequada para o público observado. Por seguinte, com o conhecimento do público e todo o contexto dos jovens que frequentam o futebol, foi pensado uma atividade que acrescente no convívio social deles e assim incentive os vínculos ali criados como comunidade.

Assim, foram avaliadas dinâmicas no livro “Psicologia das Relações Interpessoais” de Almir Del Prette e Zilda A. P. Del Prette e de plataforma online de dinâmicas (<http://fabricadedinamicas.blogspot.com/2012/10/minha-bandeira-pessoal.html>), como forma de utilizá-las como base para criar uma atividade proveitosa e adaptada para as características dos adolescentes que frequentam a instituição. O objetivo é envolver sentimentos, fortalecimento de laços e sentimento de comunidade com uma ação que se diferencie do cotidiano de futebol.

As dinâmicas: “O nosso e o do outro” (contida nas páginas 117-119), e “Buscando saídas” (contida nas páginas 185-188) e “Minha Bandeira” foram as escolhidas como inspirações. Dessa forma, a intervenção foi planejada do seguinte modo:

Atividade 1

A atividade será realizada como forma de aproximação dos adolescentes aos aplicadores, buscando criar um clima propício para a participação deles nas próximas atividades.

Dinâmica: “O nosso e o do outro” do livro “Psicologia das Relações Interpessoais” de Almir Del Prette e Zilda A. P. Del Prette.

Materiais: Post-its e canetas.

Objetivo: Criar o senso de identificação grupal; expor e avaliar medos, expectativas e dificuldades próprias; descobrir quais preocupações e pensamentos próprios são semelhantes aos demais.

Tempo: 10 minutos

Metodologia: Os integrantes serão divididos em grupos aleatórios, de forma que cada grupo tenha ao menos um orientador, os grupos receberão um bloco de post-its para escrever suas respostas. O orientador, por sua vez, guiará as perguntas e mediará a interação entre os participantes de forma a incentivar uma comunicação e o envolvimento de todos.

Após cada pergunta, o integrante deve escrever sua resposta nas folhas/post-its (Caso necessário os orientadores ajudarão a escrever) e, após 5 minutos de interação, os grupos se juntarão e as questões levantadas serão comparadas, de forma a identificar a semelhança entre os indivíduos.

Perguntas:

- 6- O que você acha que vai acontecer nesse encontro?
- 7- O que você está sentindo participando da atividade?
- 8- Tem alguma preocupação sobre participar? (Instigar assunto de timidez)
- 9- Alguém tem vergonha de falar em público?
- 10- Como você se sente falando perto de pessoas que você não conhece?

Atividade 2

Esta atividade visa o conhecimento de todos os integrantes do grupo, buscando entender através da arte características sobre cada indivíduo. Sendo está uma forma de aproximação entre os participantes e os aplicadores.

Dinâmica: “Minha Bandeira Pessoal” do site: <http://fabricadedinamicas.blogspot.com/2012/10/minha-bandeira-pessoal.html>, adaptada pelos autores.

Materiais: Folha A4, lápis de cor, caneta, canetinha, giz de cera, borracha.

Objetivo: Trabalhar o autoconhecimento dos integrantes do grupo e apresentar os participantes.

Tempo: 35 minutos

Metodologia: Os participantes estarão sentados em círculo, onde será distribuído uma folha A4 para cada um. No centro do círculo, ou espalhado entre ele, estará todo o material para desenho. No início da atividade será explicado sobre o significado de uma bandeira e como será desenvolvida a atividade, onde cada um terá que dividir sua folha em 6 quadrados iguais e a cada pergunta realizada pelos aplicadores o adolescente terá que desenhar ou escrever a representação da resposta

para essa pergunta. No final da atividade cada participante irá apresentar sua própria bandeira.

Perguntas:

- 7- Qual a pessoa que você mais confia?
- 8- O que você mais gosta de fazer?
- 9- Qual seu maior medo?
- 10- O que você faz quando está com medo de algo?
- 11- O que você gostaria de mudar em você?
- 12- O que você gostaria de mudar no mundo?

Atividade 3

Dinâmica: “Conduzindo o outro” do livro “Psicologia das Relações Interpessoais” de Almir Del Prette e Zilda A. P. Del Prette.

Materiais: vendas.

Objetivo: Descontrair e promover interação entre os participantes

Tempo: 35 minutos

Metodologia: A maneira de como será escolhido quem conduzirá, será feita por alguns participantes escolhidos aleatoriamente, eles irão na frente e um orientador o venderá e ficará perguntando, vez por vez, se a pessoa será “guia” ou “venda” [em algum momento ele escolherá sua função também sem saber] enquanto os outros orientadores vão selecionando a vez de cada adolescente. [esse modo de escolher também poderá ser utilizado na terceira ação, sobre um fato de que o indivíduo não tem controle].

Após escolhidos quem serão guia e quem será o guiado, as duplas ficaram andando pelo pátio com o objetivo de não esbarrar em nada e ninguém.

Atividade 4

A atividade será realizada para concluir a intervenção, terá como função provocar uma reflexão sobre o que é de responsabilidade e controle individual e de responsabilidade e controle externo.

Dinâmica: Inspirada em “Buscando saídas” do livro “Psicologia das Relações Interpessoais” de Almir Del Prette e Zilda A. P. Del Prette.

Materiais: nenhum.

Objetivo: Reconhecer o que é “meu” e o que é “do outro”, refletir sobre injustiças.

Tempo: 20 minutos.

Metodologia: O grupo terá que se dispor em roda, em seguida, o orientador escolherá participantes aleatórios do círculo e nomeará uma característica da vida (listadas mais adiante do texto), diante das características os adolescentes devem refletir e argumentar se esse fator é de responsabilidade/controlado interno, ou seja, individual, ou de responsabilidade e controle externo. Caso a característica seja estabelecida como de responsabilidade interna, a pessoa escolhida vai para o centro do círculo e se senta, caso for estabelecido que é externo, a pessoa fica em pé do lado de fora do círculo.

A dinâmica terá seu fim quando as situações acabarem, ou o círculo se tornar muito pequeno.

Diante dos resultados, será debatido sobre os possíveis sentimentos de ansiedade e impotência diante dos assuntos externos, além de trabalhar sobre a importância de focar nos fatores internos, os quais estão ao alcance de resolver, sendo estes possíveis de se resolverem sozinhos, mas que uma ajuda externa é de grande ajuda.

Situações:

- Post-its levantados no início;
- Respostas das bandeiras;
- Maneira que foi escolhido as funções na segunda atividade;
- Situações de injustiça.