
ESPAÇO VIRTUAL DE AUXÍLIO AOS PROBLEMAS PSICOEMOCIONAIS APRESENTADOS POR ADOLESCENTES

Estudantes:

Ana Clara Arruda Martins

Flávia Regina Rodrigues Félix

Gabriel Oliveira Santos

Orientadores:

Ana Rita Vasconcelos Jeronimo

Mário Moraes

Escola:

Escola Estadual Guiomar de Freitas Costa

Introdução e justificativa

A adolescência é um período de transição entre a infância e a fase adulta, cujas transformações física, psíquica e social afetam diretamente suas formas de ser e estar no mundo, bem como suas reações às adversidades positivas e negativas que surgem. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) essa fase compreende a faixa dos 10 aos 19 anos de idade, definição adotada no Brasil, pelo Ministério da Saúde. Já a lei brasileira, através do Estatuto da Criança e do Adolescente, considera adolescente o indivíduo de 12 a 18 anos. A forma como se vivencia essa fase, as relações e hábitos que se estabelecem, contribuirão de forma significativa para que os adolescentes apresentem saúde física, emocional, psicológica e desenvolvimento cognitivo adequado nesse período e na sequente fase adulta.

As múltiplas mudanças que marcam a adolescência contribuem para originar confusão, desarmonia e estranheza, impostas pelo novo corpo, pelas novas sensações e pelos desejos. É um período de transição acompanhado por incertezas, angústias, ansiedade, medo, excitação e prazer (SILVA; DEUS, 2005 apud FELIPE, 2015, p.29). Segundo Felipe (2015), alterações na saúde mental podem ser consequência dos desafios da adolescência, sendo as mais frequentes as alterações comportamentais e emocionais. Além disso, a autora ainda afirma que os efeitos das alterações da saúde mental durante esse período são tão importantes quanto as alterações físicas,

e muitas vezes, pais e professores não dão credibilidade às manifestações psíquicas, acreditando, que com o decorrer do tempo, estas desaparecerão.

Contudo, a adolescência é um período extremamente sensível a diferentes distúrbios psicológicos, como a ansiedade, depressão, anorexia, bulimia, fobia social, síndrome do pânico, tentativas de suicídio, automutilação, transtorno antissocial e transtorno de atração, entre outros. Assim, situações graves que afetam os jovens poderiam ser evitadas ou amenizadas com tratamento adequado, se percebidas, diagnosticadas e consideradas como fatores de risco.

Portanto, torna-se imprescindível a criação de métodos para identificar as dificuldades psicoemocionais apresentadas pelos adolescentes, e a concepção de ferramentas que possam auxiliá-los a vivenciar esse período de forma mais tranquila e saudável. Assim, optou-se por desenvolver esse projeto, que parte da detecção de alguns desses problemas, e a partir da análise dos resultados, a criação de um aplicativo para smartphone, com informações, discussões e material de apoio que abordem as temáticas elucidadas.

A escolha pelo meio virtual de comunicação deve-se ao fato de representar, atualmente, um importante instrumento de acesso a relações interpessoais, lazer, entretenimento e aprendizagem. Segundo a pesquisa disponibilizada em 2013 pela UNICEF – O uso da Internet por adolescentes: “mesmo com suas contradições e riscos, tratar-se de um campo social de interação que, controlado pelos instrumentos legais do Estado Democrático de Direito, se constitui em mais uma oportunidade de desenvolvimento para a sociedade e, em especial, para os adolescentes.” Sendo assim, o desenvolvimento desse projeto justifica-se pela necessidade de criar formas alternativas que amenizem as desigualdades na qualidade de vida dos jovens que sofrem com problemas emocionais.

Objetivos

Detectar os principais problemas psicoemocionais entre os adolescentes tomando como base para o estudo alunos do 6º Ano do Ensino Fundamental II ao 3º Ano do Ensino Médio da Escola Estadual Guiomar de Freitas Costa. A partir da análise dos resultados, desenvolver um aplicativo para smartphone, que será um espaço aberto para discussões e informações relevantes sobre as temáticas abordadas, com a finalidade de disponibilizar aos adolescentes uma ferramenta de ajuda para situações psicoemocionais as quais apresentem dificuldade em lidar. Portanto, com esse trabalho, pretende-se auxiliar os adolescentes a compreenderem os processos

e distúrbios que podem surgir nessa fase, e a alcançarem, de forma alternativa e dinâmica, o equilíbrio psicoemocional.

Metodologia

Inicialmente foram realizadas discussões a respeito do tema “Ciência para Redução das Desigualdades”. A desigualdade psicoemocional entre os adolescentes, e os problemas que os mesmos enfrentam ou vivenciam com amigos e familiares determinou a escolha por essa temática. A partir de então, pesquisas bibliográficas foram realizadas em casa e na escola.

Para detectar os principais problemas psicoemocionais, utilizou-se a ferramenta “Google Formulários”, cujo teste foi aplicado no mês de setembro de 2018, em todas as turmas da escola em pesquisa (média de seis adolescentes em cada). Os alunos foram convidados a participar, de forma aleatória e voluntária, sendo encaminhados em seguida a uma sala onde receberam instruções sobre o tema e o questionário usado. Em seguida, permaneceu nesse ambiente somente o computador usado para acessar o formulário, assim, o sigilo e a privacidade foram respeitados, para que o aluno não se sentisse inibido e tivesse total liberdade em responder às perguntas.

Após as análises dos resultados, novas pesquisas bibliográficas foram realizadas a fim de desenvolver o aplicativo com as informações que seriam relevantes. O “S.O.S Emocional” foi produzido a partir do *Appy Pie* para criar o layout, a base do aplicativo; o *Facebook Developer* para a área de login agilizado; o *FireBase* para anexar o banco de dados online de conversas instantâneas na web; o *DialogFlow* para a database do *ChatBot*; e um domínio para anexar o aplicativo para acessos na web. Em relação ao conteúdo inserido, foram consideradas também as sugestões que os próprios alunos participantes da pesquisa colocaram no questionário diagnóstico. Após a finalização dessa ferramenta, ela foi disponibilizada para baixar em smartphone, nas lojas de aplicativos, divulgada a todos os alunos da escola e nas redes sociais, para alcançar maior número de jovens.

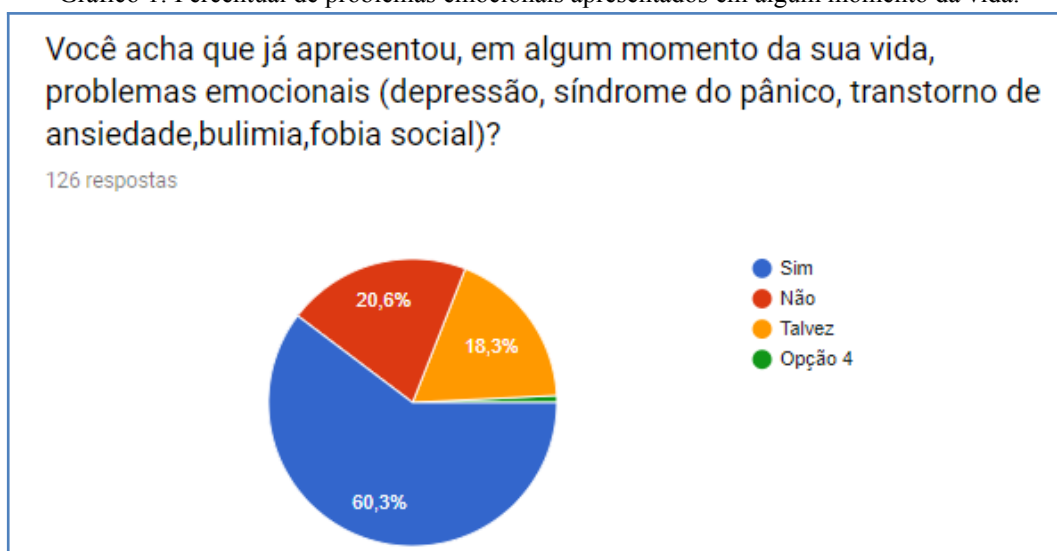
Resultados e discussão

O desenvolvimento desse projeto possibilitou momentos de reflexões e discussões acerca dos problemas que acometem a saúde psicológica e emocional dos adolescentes. A partir desse espaço criado pela pesquisa, os adolescentes encontraram uma oportunidade de expressar sentimentos e anseios que talvez, nunca havia tido. Mesmo os que não sofrem essas dificuldades,

tiveram acesso a novas informações sobre a temática, possibilitando uma melhor compreensão sobre situações vivenciadas pelos outros, reduzindo até mesmo o preconceito e bullying, que também afligem esses jovens, promovendo assim, o respeito e um olhar mais cuidadoso para os jovens com saúde emocional desestruturada.

Através da pesquisa diagnóstica constatou-se que mais de 60% dos alunos participantes acreditam que já apresentaram, em algum momento da sua vida, problemas emocionais como depressão, síndrome do pânico, transtorno de ansiedade, bulimia ou fobia social. Além disso, foi possível verificar que os principais fatores que contribuem para desencadear esses problemas são os familiares, bullying, traumas, falta de amigos e uso de drogas e outros vícios, como se observa nos gráficos a seguir.

Gráfico 1: Percentual de problemas emocionais apresentados em algum momento da vida.

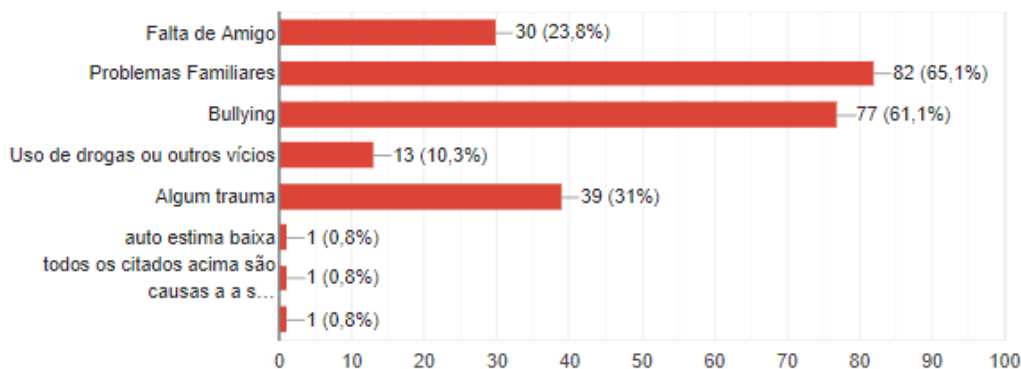


Fonte: Autores.

Gráfico 2: Principais causas dos problemas emocionais na adolescência.

Para você qual a principal causa dos problemas emocionais na adolescência?

126 respostas



Fonte: Autores.

Através das respostas dos alunos no questionário diagnóstico, também foi possível verificar as temáticas e os principais focos que o aplicativo poderia vislumbrar. O maior número de sugestões foi para que esse dispositivo fornecesse espaços de conversas entre os usuários e especialistas da área, além de promover bate-papos simultâneos. Portanto, espera-se que o “S.O.S. Emocional” possa ser uma ferramenta paliativa de busca pelo amparo e auxílio aos jovens, uma conexão nos momentos em que necessitem de respostas e informações que os impulsionem a retomar o equilíbrio e encarar a vida de forma mais saudável. Entende-se que devido à gravidade, certos problemas devem ser sanados com auxílio especializado, e com apoio da família, e essa sugestão estará também disponível para os jovens. No entanto, acredita-se que alternativas que objetivam amenizar tais situações sejam relevantes, pois possibilitam espaços de discussão, de encontro virtual, reflexões e conforto para casos em níveis mais amenos. Desta forma, permitindo aos mesmos, maiores chances de vivenciar a adolescência e seus desafios com igualdade, para obterem, como todos, a possibilidade de sucesso acadêmico, social, emocional e profissional.

Conclusões

Consideramos muito positiva a realização desse trabalho, pois proporcionou aos alunos envolvidos diretamente em seu desenvolvimento a oportunidade de pesquisar, estudar e verificar como está a saúde emocional de colegas e demais estudantes da própria escola. Com certeza, a

visão sobre a adolescência e seus desafios será a partir de agora bastante diferente, pois o conhecimento gerado proporciona uma aprendizagem significativa, aproximando-os da realidade.

Também é relevante a participação e envolvimento de toda a escola, que disponibilizou momentos e oportunidades de se discutir assuntos que não fazem parte dos conteúdos básicos comuns, mas que devem, por sua importância, influência e frequência na vida dos alunos, serem discutidos e debatidos também no ambiente escolar. A partir dos alarmantes resultados diagnósticos, houve mobilização da equipe pedagógica e gestora, e novas formas de intervenção estão sendo planejadas, como palestras e rodas de conversa com especialistas na área. E, por fim, trazer aos jovens a possibilidade de refletir sobre formas de minimizar esses problemas e promover, a partir de seus próprios esforços e saberes adquiridos, mecanismos científicos e tecnológicos para ajudar os outros, torna-se muito construtivo e gratificante.

Referências

A MENTE É MARAVILHOSA. *Os 5 transtornos mais comuns na adolescência*. Disponível em: <<https://amenteemaravilhosa.com.br/transtornos-mais-comuns-na-adolescencia/>>. Acesso em 20 set. 2018.

EDUCAÇÃO: SABERES E PRÁTICAS. *Fatores psicoemocionais e cognitivos de adolescentes brasileiros de bom rendimento de setores vulneráveis*. Disponível em: <<http://revistas.icesp.br/index.php/SaberesPratica/article/view/36>>. Acesso em 13 set. 2018.

UNICEF. *O Uso da Internet por Adolescentes*. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/pt/br_uso_internet_adolescentes.pdf>. Acesso em: 20 set. 2018.

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO. *Saúde mental, consumo de drogas, problemas na vida e o suporte familiar entre os adolescentes*. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22131/tde -02022016-095638/pt-br.php>>. Acesso em: 28 ago. 2018.