

ESCOLA DE SAÚDE PÚBLICA DR. JORGE DAVID NASSER
PÓS-GRADUAÇÃO EM SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

PATRÍCIA BARRETO CHAVES

**PREVENÇÃO AO SUICÍDIO E AUTOLESÃO: GRUPO PSICOTERAPÊUTICO
PARA JOVENS, COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO.**

CAMPO GRANDE/MS

2022

GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE
ESCOLA DE SAÚDE PÚBLICA DR. JORGE DAVID NASSER
PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU EM SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

PATRÍCIA BARRETO CHAVES

**PREVENÇÃO AO SUICÍDIO E AUTOLESÃO: GRUPO PSICOTERAPÊUTICO
PARA JOVENS, COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO.**

CAMPO GRANDE/MS

2022

PATRÍCIA BARRETO CHAVES

**PREVENÇÃO AO SUICÍDIO E AUTOLESÃO: GRUPO PSICOTERAPÊUTICO
PARA JOVENS, COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO.**

Trabalho de conclusão de curso apresentado
como requisito para obtenção do título de
especialista em Saúde Mental e Atenção
Psicossocial pela Escola de Saúde Pública
Dr. Jorge David Nasser, sob orientação do
Dr. Nathan Aratani.

CAMPO GRANDE/MS

2022

AGRADECIMENTOS

Agradeço a realização deste trabalho aos meu pais Waldomiro Chaves dos Santos e Dária Barreto dos Santos, que são dois pilares em minha vida e que me deram o modelo de caráter e resiliência, para que eu pudesse me tornar a mulher que sou. Ao meu irmão Wilian dos Santos Barreto que sempre foi meu referencial de estudo e paixão pela busca incessante do conhecimento. Ao meu esposo Eduardo Menezes Correia, que me encoraja em minhas iniciativas e me motiva a ir sempre além. Ao meu afilhado Arthur Menezes que alegra minha vida e me arranca sorrisos, mesmo nos dias mais cinzas.

Ao querido Dr. Nathan Aratani que me trouxe muitos ensinamentos não só teóricos e práticos, como também como modelo de caráter e ser humano incrível que é.

Ao grupo MOVA Mental pela experiência ímpar de partilhar um ano inteiro com vocês; pelas experiências maravilhosas vividas em grupo, por cada partilha tanto de conhecimentos quanto dos momentos descontraídos em nossos happy hours. Ter conhecido vocês, foi uma das melhores experiências da minha vida.

A toda equipe da Escola de Saúde Pública Dr. Jorge David Nasser, que direta ou indiretamente contribuíram para minha especialização, desde a coordenadora Márcia Naomi até os funcionários da guarda mirim que sempre se mostraram dispostos a auxiliar e oferecer suporte. A experiência de cursar uma pós-graduação com a Metodologia Ativa foi sem dúvidas uma aprendizagem revolucionária em minha vida e um grande marco em minha carreira. Todo o saber adquirido aqui, será aplicado ao longo da minha trajetória na saúde pública, até quem sabe a aposentadoria.

Gratidão sem fim ESPMS!

RESUMO

PREVENÇÃO AO SUICÍDIO E AUTOLESÃO: GRUPO PSICOTERAPÊUTICO PARA JOVENS, COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO.

CHAVES, P. B. **Prevenção ao Suicídio e Autolesão: grupo psicoterapêutico para jovens, como estratégia de cuidado.** Orientador: Dr. Nathan Aratani, 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-graduação *lato sensu* em Saúde mental e Atenção Psicossocial) – Escola de Saúde Pública Dr. Jorge David Nasser, Secretaria de Estado de Saúde, Mato Grosso do Sul, Campo Grande, 2022.

patriciaufgd2013@hotmail.com

Introdução: Ao longo dos anos de atuação em Psicologia da Saúde, no município de Laguna Carapã, observou-se que os encaminhamentos para o serviço de saúde mental frequentemente se referiam a casos de jovens, especialmente do sexo feminino, com presença de comportamentos autolesivos e comportamentos suicidas. **Objetivo:** Assim, a proposta se apresenta como uma estratégia de cuidado, a fim de prevenir a incidência dos casos, bem como acompanhar aqueles que já estão instalados. **Materiais e método:** Os encontros ocorrem semanalmente, com periodicidade de uma vez na semana, com duração média de noventa minutos cada sessão. Até o presente momento, foram realizadas quatro sessões, nos quais foram abordados assuntos distintos em cada uma delas. Dentre eles, foram contemplados: ampliação de redes de apoio, autoestima, habilidades de socialização, enfrentamento de crises existenciais e fortalecimento de vínculos. **Resultados:** Os ganhos perceptíveis estão sendo a socialização entre as participantes, engajamento nas sessões, participação com assiduidade e reflexos positivos na autoestima e autoimagem, percebidos pelo fato de como estão se vestindo e se apresentando para o comparecimento na terapia. **Considerações finais:** O grupo permanecerá com os encontros semanais, durante o decorrer de 2022 e aderindo novos participantes conforme a necessidade dos usuários.

Descritores: Sistema Único de Saúde. Saúde Pública. Prevenção. Suicídio. Adolescência.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	05
2. OBJETIVOS.....	07
2.1 OBJETIVOS GERAIS.....	07
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	07
3. PERCURSO DA INTEVERSÃO.....	08
4. RESULTADO E DISCUSÃO.....	11
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	13
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	15
APENDICE A – MATERIAIS, FOTOS E REGISTROS DAS INTERVENÇÕES.....	17

1. INTRODUÇÃO

O serviço de Saúde Mental do município de Laguna Carapã, recebe com bastante frequência, encaminhamentos relativos a ideações suicidas; bem como queixas de lesões autoprovocadas, especialmente em usuários do sexo feminino no qual apresentam significativa incidência.

Ideações suicidas referem-se a pensamentos repetitivos e ruminativos nos quais o indivíduo conjectura possibilidades de deixar de viver e passa a cogitar algumas formas de fazê-lo. Segundo Moreira & Bastos (2015), este fenômeno pode ser compreendido como a presença de pensamentos de autodestruição repetitivos, englobando desejos, atitudes e planos que o indivíduo tem para dar fim à própria vida. Assim, entende-se que a pessoa com tais ideações, ainda não chegou as vias de fato, mas os pensamentos recorrentes lhes direcionam para a execução do que a priori é apenas imaginado.

De acordo com Araújo, Vieira & Coutinho (2010), deve atentar-se à tais ideações, pois elas são o que prediz o ato, sendo a detecção precoce um fator crucial para o acolhimento e prevenção. Destarte, é nessa fase aonde a prevenção se faz tão necessária, pois consiste num momento aonde a pessoa ainda não causou nenhum dano de fato, mas tem grandes possibilidades de fazê-lo. A intervenção preventiva, se mostra crucial, pois estimula o sujeito a questionar seus próprios pensamentos, no sentido de não acreditar em tudo que se passa na mente e principalmente na ampliação de outras perspectivas e formas mais razoáveis de lidar com o sofrimento e angústias existenciais. Nesta propositiva, Neufeld (2015), ressalta que a Terapia Cognitivo Comportamental, apresenta-se como excelente ferramenta pois promove a identificação e modificação de pensamentos disfuncionais, melhorando o humor e estimulando comportamentos mais adaptativos.

Neste sentido, busca-se a prevenção, por meio da Psicoterapia em grupo, cujo foco consiste em desestimular tais ideações e desenvolver nos usuários a habilidade de enfrentar as frustrações inerentes à existência humana, desenvolver resiliência e inteligência emocional, através da abordagem da Terapia Cognitivo Comportamental. Segundo Borges (2019), é essencial que tanto a família, quanto os educadores e formadores em geral, tenham a perspectiva de capacitar as crianças, adolescentes e jovens para serem resilientes face à ocorrência de eventuais circunstâncias percebidas como fracasso, bem como ensiná-las a manejar as frustrações.

Além disso, prevenir também requer incluir as pessoas nos espaços comunitários, fortalecer vínculos e sensação de pertencimento a algo, pois assim como citado anteriormente, isto gera maior sentimento de valoração e sentido para os indivíduos. Valdambrini (2014), aborda a noção de pertencimento, quando o indivíduo se sente ligado a um determinado local ou comunidade; quando se inclui e se identifica como parte daquilo, percebendo-se como algo que lhe ajuda a dar sentido a sua vida e aumentando a sensação de satisfação pessoal.

No município em questão, as notificações e encaminhamentos por lesões autoprovocadas e ideações, concentra-se majoritariamente no público jovem. De acordo com os levantamentos feitos nos últimos anos de atuação no setor de Psicologia da Saúde, constatou-se que sujeitos no período da adolescência e início da vida adulta representam quase a totalidade de casos notificados. Corroborando com isto, Ribeiro (2020), aponta que os estudos feitos no Brasil, sobre prevalência da autolesão relatam que em geral, os atendimentos de adolescentes em unidades hospitalares por suicídio ou autolesões representavam cerca de 50% do valor total de atendimentos das unidades em geral. Este dado se leva a pensar que além do público jovem e adolescentes representar significativamente a quantidade de casos notificados, é provável que existam muitos casos subnotificados no município.

Aurora e Marília (2018), enfatiza que ideações suicidas, devem deixar de ser concebidas com preconceito e se tornar cada vez mais uma questão de saúde coletiva, pois apesar de alguns indivíduos apresentarem mais predisposição do que outros, os fatores sociais influenciam de forma significativa sobre o sofrimento e desta forma pode ser prevenido, fortalecendo-se os vínculos sociais, a participação e engajamento dos sujeitos a fim de desenvolverem sentimentos de pertencimento.

Assim sendo, percebe-se que somente o acompanhamento tradicional, por meio da psicoterapia individual e encaminhamentos às especialidades, não são suficientes para conter a incidência, uma vez que o foco não está voltado para a prevenção, mas sim para o tratamento dos casos já instalados. Destarte, se faz necessário uma abordagem mais centrada na prevenção, na sensibilização sobre o assunto e principalmente na criação de uma rede de acolhimento para este público. Neste sentido, Flores (2021), salienta que os cuidados em saúde devem consistir em uma possibilidade de amplo acolhimento, com foco em processos de mobilização social, mudanças comportamentais e entendimento e transformação de padrões cognitivos da população, não se limitando ao modelo biomédico e curativo.

Por isso, ao analisar a incidência dos casos é nítida a necessidade de criação e ampliação de redes de apoio para esses jovens e adolescentes, para que se sintam participantes da

construção de espaços de maior convivência e compartilhamento de saberes e aquisição de novas habilidades.

De acordo com Almeida et al. (2014), o grupo é um espaço que instiga o desenvolvimento da autonomia, empoderamento e cidadania dos adolescentes, mostrando-se como um excelente recurso capaz de gerar visibilidade a essa parcela da população que está vivenciando período de intensas transformações biopsicossociais.

É neste sentido que o projeto de intervenção se apresenta: como uma das alternativas de maior inclusão comunitária, possibilidade de criação de vínculos com outros sujeitos que vivenciam dilemas parecidos, bem como manejo de angústias e desenvolvimento de resiliência frente às mudanças típicas dessa fase de transição que é a adolescência.

Mesmo apresentando-se como um desafio, a proposta é pertinente e necessária, pois é uma alternativa a mais para inclusão e participação de jovens e adolescentes que estão vivenciando desafios semelhantes neste período de suas vidas.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo geral

O intuito da proposta foi a de criação de um grupo psicoterapêutico para este público específico, com encontros semanais, cujo maior foco será a prevenção de lesões autoprovocadas e tentativas de suicídio, mediante a ampliação do convívio social, realização de dinâmicas de grupo, fortalecimento da autoestima e de percepções positivas acerca de si mesmos e realização de atividades que os proporcione maior tolerância à frustrações, visando assim diminuir a incidência deste fenômeno tão comum no município.

2.2. Objetivos específicos

- Incentivar debates de assuntos típicos na adolescência;
- Propiciar espaço de escuta e acolhimento;
- Ampliação do convívio social;
- Fomentar criação de vínculos e desenvolvimento da habilidade de socialização;
- Estimular o desenvolvimento de tolerância à frustração e resiliência;
- Propor atividades que visem fortalecer a autoestima e auto percepção positiva;
- Prevenir a incidência de comportamentos autolesivos e/ou suicidas.

3. PERCURSO DA INTERVENÇÃO

O público alvo, são jovens e adolescentes na faixa etária de 14 a 18 anos, que estejam preferencialmente em percurso escolar e que apresentem sintomas depressivos e/ou ansiosos, identificados.

Para a seleção deste público, foram utilizados os encaminhamentos médicos endereçados ao ambulatório de saúde mental do município, com queixas de comportamentos autolesivos, síndrome do pânico, transtornos de ansiedade em geral, ou humor deprimido nos últimos três meses.

Foi realizado um levantamento dos casos encaminhados nos últimos meses, levando em consideração às queixas similares, bem como a faixa etária mencionada anteriormente. Diante deste mapeamento, foi possível identificar quinze adolescentes do sexo feminino e dois do sexo masculino, que correspondiam à faixa etária e demandas muito similares. Como se percebeu a maior predominância de casos no gênero feminino, priorizou-se a oferta do grupo, inicialmente, para as meninas, para que assim pudessem se sentir mais à vontade em compartilhar suas vivências. Em relação à demanda masculina, como se apresenta numa escala bem menor, continua sendo prestado o atendimento de maneira individualizada até o momento.

Após o mapeamento inicial, foram convocados os pais, em momentos distintos cada um deles, para a explanação dos objetivos da formação do grupo e da disponibilidade da família em autorizar seus filhos a participarem. O convite e pedido de autorização dos pais, foram feitos para as quinze usuárias mapeadas. Assim foi redigido, num modelo de autorização, aonde os pais leram e autorizaram seus filhos a participar dos encontros. No documento foi esclarecido sobre os objetivos, data, horário e duração das sessões.

Após a assinatura do termo de consentimento pelos pais e a adesão das adolescentes que se mostraram dispostas, foi agendado o primeiro encontro para dia 07 de março às 15:30, no espaço externo da Academia de Saúde, aonde funciona o ambulatório de Saúde Mental. As sessões ficaram assim agendadas para todas as segundas-feiras no mesmo horário.

A periodicidade dos encontros, foi definida baseada nos estudos em Psicoterapia Grupal, na área de Psicologia, os teóricos são quase unânimes na realização dos encontros com frequência de uma vez por semana. Pichon Riviere (2009), refere-se às suas experiências bem-sucedidas com processos grupais, como sendo realizadas uma vez na semana, com duração de uma hora por encontro, dentro do próprio Hospital aonde trabalhou por muitos anos, como Psiquiatra.

No primeiro encontro, as usuárias compareceram pontualmente e a sessão teve duração de noventa minutos. Neste dia, foi trabalhada uma dinâmica de fortalecimento de vínculo, para que elas pudessem se conhecer umas às outras e “quebrar o gelo”. Sendo assim, foi utilizada a “Dinâmica das frases Complementares”, na qual se dispôs de uma caixa de bis. Em cada chocolate havia pregada uma frase, na qual elas teriam que uma por vez, ler e completá-la. As frases utilizadas compreendiam-se em: “*O melhor dia da minha vida foi...*”; “*meu gênero musical preferido é...*”; “*meu livro favorito é...*”, dentre outras dezoito frases seguindo o mesmo padrão. Nesta sessão elas descontraíram bastante, pensaram melhor sobre suas preferências e vontades, sorriram, trocaram informações e até sugestões de filmes e livros. Ao fim da sessão, foi solicitado que elas pensassem em um nome para o grupo, e que trouxessem sugestões na próxima semana.

Na segunda sessão manteve-se o foco no fortalecimento de vínculo, utilizando-se a dinâmica da “Entrevista em Dupla”. Nesta ocasião, foi sugerido que elas sentassem em duplas, e que uma entrevistasse a outra. Foi disponibilizada uma folha para cada uma contendo dez perguntas iguais em todas as folhas. As perguntas consistiam: “*Nome Completo*”; “*Idade*”; “*Meu maior sonho*”; “*Se eu fosse uma estação do ano eu seria...*”; “*Se eu fosse uma cidade eu seria...*”, dentre as demais perguntas seguindo este mesmo perfil. A cada pergunta respondida, também devia-se justificar a resposta. Após ambas se entrevistarem, foi solicitado que uma apresentasse a outra ao grupo, dizendo as informações que foram coletadas durante a entrevista. Foi um momento muito descontraído, pois cada uma foi apresentada sob a ótica da outra, fortalecendo-se dessa maneira habilidades como empatia, autoconhecimento e socialização. Por fim, foi solicitado que elas escrevessem anonimamente em tiras de papéis, assuntos e temas que gostariam de serem abordados no grupo nos próximos encontros.

Na terceira semana, dia 21 de março, foi abordado um dos temas sugeridos por elas mesmas na sessão anterior, que consistiu na questão da “*Crise existencial*”. Neste dia foram utilizados balões contendo perguntas e respostas relacionadas ao tema, para que lessem e apresentassem seus pontos de vista. Os balões foram separados em duas modalidades: pretos e amarelos. Em cada balão preto, continha uma pergunta relacionada à crise existencial; já nos balões amarelos continham respostas ou sugestões de como enfrentar e manejar tal situação. Sendo assim, uma por vez, deveria levantar-se e estourar um balão preto e abrir a pergunta para o grupo. Após o debate sobre o assunto a mesma estourava o balão amarelo e lia a resposta sugestiva, corroborando assim para o enriquecimento do debate. As perguntas consistiram em frases como: “*O que é crise existencial?*”, “*é normal passar por crise existencial em algum momento da vida?*”, “*crise existencial é bom ou ruim, por que?*”. As frases dos balões amarelos

consistiam em: “*é natural passar por isso em algum momento da vida*”; “*uma crise existencial nem sempre é ruim, se a pessoa souber tirar aprendizados da situação*”; dentre outras. Finalmente, todas as participantes tiveram seu momento de participação tanto na elucidação das perguntas, quanto nas construções das respostas e alternativas. A dinâmica teve duração média de sessenta minutos e teve como principal objetivo, debater melhor sobre o assunto e construir outras perspectivas acerca do tema, para que elas sejam capazes de compreender seus processos, como abertura de novos ciclos e não como algo estritamente negativo.

No encerramento, foi solicitado para que elas escrevessem anonimamente, sugestões de nomes para o grupo. A solicitação das sugestões de nomes foi assim realizada, para que não tivesse interferências pessoais no momento de escolha, pois foi percebido que algumas demonstram mais criatividade que outras. Assim, se procurou que as menos espontâneas não se intimidassem com as sugestões das mais espontâneas. Assim, foram recolhidas as sugestões para serem discutidas e posteriormente, fosse decidido o nome do grupo no próximo encontro.

A quarta sessão teve início com a escolha do nome do grupo. Foram apresentados os nomes sugeridos no encontro anterior, mas sem revelar a autoria das sugestões. Foram levantados cinco nomes e dessa forma se chegou num consenso sobre qual as representava melhor. Sendo assim optaram pelo nome “*Grupo Delas e Por elas*”. Após a escolha, foi realizada uma dinâmica com objetivo de trabalhar noções de auto percepção e rótulos.

Dessa forma, cada uma recebeu um pedaço de folha em branco, fixada nas costas, de maneira que não conseguiam ver o que a outra escrevia. Foi solicitado para que uma escrevesse na folha da outra, uma qualidade ou característica positiva que percebia em sua colega. Após todas escreverem, foi aberto os resultados para discussão em grupo. Uma por vez, descolou seu papel das costas e leu em voz alta para o grupo o que tinha sido escrito. Ao final da leitura foi solicitado que falassem sobre o que acharam daqueles rótulos e qualidades, se concordavam ou não e se haviam qualidades ali descritas que elas nunca haviam reconhecido em si mesmas, anteriormente.

O debate foi bastante produtivo. Enquanto umas demonstraram mais consciência de suas qualidades, outras ficaram surpresas com qualidades que disseram não saber que tinham. A sessão foi bem descontraída, com muitos risos e também com bastantes questionamentos e reflexões acerca de como elas se enxergam e como isso reflete em seus comportamentos cotidianos. Houve bastante colocações e expressões de ideias, revelando-se até o momento a sessão na qual mais se socializaram e se expressaram espontaneamente. O encerramento aconteceu com um piquenique, no próprio pátio da unidade de saúde.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A escolha pela criação de um grupo feminino, se deu pela própria análise da demanda. De início, não se pensou em direcionar para um gênero específico, contudo ao analisar a demanda percebeu-se a predominância dos casos de autolesão, em pessoas do sexo feminino. Ratifica-se tal achado na revisão de Minayo (2007), na qual se aponta uma pesquisa realizada no Rio Grande do Sul, com 730 jovens entre 13 a 19 anos. Do total dos entrevistados, 252 (34,7%) apresentavam ideações suicidas, sendo sua maioria, 176 pessoas (69,6%), eram do sexo feminino. Este dado se leva a pensar que possivelmente pessoas do sexo feminino estejam mais suscetíveis à apresentarem comportamentos autolesivos do que às do sexo masculino. Ainda nessa problemática Raupp (2017), fortalece esta hipótese, ao discorrer sobre a incidência de autolesão na adolescência, apontando uma maior prevalência em pessoas do sexo feminino.

Sendo assim, o grupo psicoterapêutico se mostra como uma alternativa não apenas de tratamento, mas principalmente de prevenção aos agravos em saúde mental, que leva os jovens ao desespero e conseqüentemente a recorrer a comportamentos autodestrutivos. Por isso buscou-se desenvolvê-lo no próprio ambulatório de saúde mental, pois se entende que esses espaços, precisam ser utilizados de forma ampla e não somente ao cuidado clínico e individual. Corroborando com isso, Flores (2021), frisa que a saúde se trata de um espaço amplo, voltado para processos de mobilização social, mudanças comportamentais e compreensão dos processos cognitivos da população, não devendo ser um cenário exclusivo biomédico. Assim, os espaços de saúde precisam ser vistos como lugares de construção de saber e não meramente o local aonde se recorre quando já se tem a doença instalada.

A medida que se apropria desses espaços, também é necessário repensá-los de formas alternativas, para não se caia novamente em uma prática biomédica apenas com um nome diferenciado. Posto isso, ao invés de realizar as sessões dentro da clínica, utilizou-se o espaço externo, fazendo proveito do gramado amplo que tem ao redor do prédio e otimizando as sombras das árvores existentes.

A socialização e sentimento de pertença foram os principais fatores priorizados nas sessões iniciais. Isto se deu pelo fato de que antes do início de um tratamento psicoterapêutico, é necessário a criação de um vínculo entre os pares, para que se sintam acolhidos e abertos a partilharem suas vidas ou experiências. Nesta mesma perspectiva, Farah (2009), faz uma pertinente comparação entre terapia de grupo e a maioria dos relacionamentos. Em ambas situações, primeiro há o contato temeroso e superficial, mas à medida que se convive, vai

aumentando a progressivamente a confiança, até que haja naturalmente o estreitando dos laços e o aprofundando as experiências.

A partir da criação de um vínculo, se é possível uma abertura mais profunda que resultará no apoio mútuo e troca de experiências. Na dinâmica das frases complementares, foi possível perceber essa troca. Ao mencionarem seus livros ou seriados preferidos, uma acabou sugerindo de forma espontânea alguns conteúdos para as outras que se interessaram pelo tema. Nesse sentido Herbele & Oliveira (2016), defende que no grupo terapêutico a ênfase está nas trocas de experiências, bem como no diálogo com os demais membros e isto por si só é capaz de gerar benefícios tanto na vida do paciente, quanto todos os envolvidos nele.

Ainda no tocante ao vínculo, se pode considerar que este foi estabelecido de maneira satisfatória, pois as adolescentes comparecem semanalmente às sessões, sem atrasos. Isto nos leva a pensar que estão vinculadas ao serviço, pois estão comprometidas com a assiduidade ao grupo.

Outro fator preponderante é relativo à aparência das participantes. No primeiro encontro, se apresentaram simples, com roupas casuais, sem maquiagens ou qualquer tipo de produção mais elaborada. No segundo encontro, notou-se que uma compareceu maquiada, enquanto outra além de maquiada, veio com colares e pulseiras novas. No terceiro encontro, observou-se que outra participante que não havia usado maquiagem em nenhuma sessão, compareceu usando batom, e todas as outras também vieram mais produzidas, uma usando meia arrastão e shorts, outra com uma camisa xadrez incorporada à cintura, dando um charme a mais na produção.

Tais fatos podem parecer eventos corriqueiros ou sem tanta relevância, mas numa perspectiva psicoterapêutica, podemos atrelar essa maior preocupação com a aparência como uma forma de autocuidado, aumento da autoestima e até mesmo uma maneira de construção da identidade individual perante o grupo. Corroborando com tal discussão Carvalho (2017), afirma que as relações de amizade e socialização entre adolescentes, influenciam diretamente em suas construções de identidade, bem como a construção de autoconceito. Dessa forma, a medida que se sentem aceitos pelos pares em suas relações de convívio e amizade, passam a ter um autoconceito mais positivo, o que repercute positivamente também na sua saúde emocional dos mesmos.

A reflexão oportuna que fica reticente é o fato de que, das quinze adolescentes convidadas, três recusaram o convite, revelando sentimentos de resistência à socialização e apego ao método terapêutico individual. Sendo assim, apesar de se tratar de uma minoria, é perceptível que algumas pessoas ainda apresentam resistências às alternativas mais integrais de

modelo de cuidado, tal como é o caso de grupos. Fica para análise e até mesmo para uma próxima possível pesquisa, como os profissionais da saúde podem atuar no sentido de diminuir tais resistências e estimular os usuários a adesão das novas estratégias de cuidado.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O grupo psicoterapêutico concluiu sua quarta sessão, no qual os primeiros encontros foram destinados a criação de um espaço seguro, acolhedor e que as participantes pudessem se vincular. A medida que as sessões avançam, busca-se cada vez mais trazer propostas mais interventivas e psicoterapêuticas, que venham de encontro com suas necessidades. Dessa forma, sempre é priorizado as queixas e demandas trazidas pelas adolescentes durante as sessões, para que a psicoterapia se desenrole a medida de suas necessidades, e não como algo previamente programado e imposto.

Nas sessões subsequentes serão trabalhados assuntos sugeridos por elas mesmas, tais como socialização, bullying, preconceito, sentimentos ansiosos, dentre outros apontados. Sendo assim, será separado um tema por encontro, para que cada assunto seja abordado de maneira ampla e que tenha tempo hábil para serem explorados. Se durante o percurso houver assuntos que demandem mais de uma sessão, haverá a flexibilidade de dividi-lo em duas ou mais sessões, a fim de que tais queixas sejam contempladas satisfatoriamente.

A priori, foram fixadas dez sessões a duração total dos encontros, o que se refere a dois meses e meio de percurso terapêutico. Contudo, pode-se perceber que dez sessões seriam insuficientes para se contemplar as demandas trazidas por elas e que o tempo precisaria se estender para além do previsto. Sendo assim, foi novamente acordado entre todas, que o grupo se estenderá para o decorrer do ano de 2022, sendo encerrado no mês de dezembro, para que assim possa ser formado uma nova turma para o ano subsequente, caso haja necessidade.

A experiência enquanto psicoterapeuta neste projeto, tem sido muito positiva, no sentido de extrapolar a experiência clínica e realizar um trabalho ao ar livre, com mais foco na prevenção. Tal fato evocou sensação de estar desenvolvendo um trabalho mais integral e acessível, além de otimizar os atendimentos e “desafogar” a lista de espera. A convivência com as usuárias tem sido muito prazerosa e descontraída, contudo bastante desafiadora, pois elas são muito críticas e questionadoras.

Desta forma, os maiores desafios tem sido os de trazer dinâmicas de grupo e atividades que as façam engajar-se nas discussões, além de quebrar resistências e fazer com que se abram para compartilhar aquilo que as incomodam.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, I. S., AMARAL, J. S., GOMES, C. S., Dias, M. O. & Silva, P. F. C. Grupo de adolescentes como estratégia de promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos. *Adolescência e Saúde*, v 11, n 2, P.87-91, 2014.

ARAÚJO, Luciene da Costa, VIEIRA, Kay Francis Leal e Coutinho, LIMA, Maria da Penha. Ideação suicida na adolescência: um enfoque psicossociológico no contexto do ensino médio. *Psico-USF*, v. 15, n. 1, 2010.

BORGES, Aida. Tolerância à Frustração. **Portal dos Psicólogos. SP**, 2019.

CARVALHO, Renato Gomes et al. Relações de amizade e autoconceito na adolescência: um estudo exploratório em contexto escolar. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 34, n. 03, 2017.

FARAH, Ana Beatriz Azevedo. Psicoterapia de grupo: reflexões sobre as mudanças no contato entre os membros do grupo durante o processo terapêutico. *Revista IGT na Rede*, Rio de Janeiro, v.6, n. 11, p. 326-328, 2009.

FLORES, Laiza Spode. Automutilação e Suicídio: acolhimento e escuta no processo de prevenção e promoção da Saúde com Adolescentes. **Residência Multiprofissional Integrada e Atenção Hospitalar no Sistema Público de Saúde**. Santa Maria, RS, 2021.

HEBERLE, Andréia Yess; OLIVEIRA, Lisandra Antunes. Grupos terapêuticos em saúde mental: Uma modalidade na prática dos serviços de atenção à saúde mental. **Trabalho de Conclusão de Especialização em Saúde Coletiva: Estratégia Saúde da Família, Joaçaba, UNOESC**, 2016.

KRAVETZ, Patrícia Louise et al. Representações Sociais do Suicídio para adolescentes de uma Escola Pública de Curitiba, Paraná, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 4, pp. 1533-1542, 2021.

MAGNANI, Rafaela Mazoroski; STAUDT, Ana Cristina Pontello. Estilos parentais e suicídio na adolescência: uma reflexão acerca dos fatores de proteção. *Pensando fam.*, Porto Alegre, v. 22, n. 1, p. 75-86, jun, 2018.

MINAYO, M. C. S. Suicídio no Brasil: mortalidade, tentativas, ideação e prevenção. In: NJAINE, K., ASSIS, S. G., and CONSTANTINO, P. **Impactos da Violência na Saúde**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, pág. 311-331. ISBN: 978-85-7541-588-7, 2007.

MOREIRA, Lenice Carrilho de Oliveira & HAIDAMUS, Paulo Roberto de Oliveira Bastos. Ideação suicida na adolescência. **Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, SP, v.19, n.3, pág 445-453, 2015.

NEUFELD, Carmen Beatriz. **Terapia Cognitivo-comportamental em grupo para crianças e adolescentes**. Porto Alegre: Artmed, 2015.

OSÓRIO, Luiz Carlos. **Psicologia Grupal**: uma nova disciplina para o advento de uma nova era. Porto Alegre: Artmed, pág. 57-58, 2003.

PICHON-RIVIÈRE, Enrique. **O Processo grupal** (8a ed). São Paulo: Martins Fontes, 2009.

RAUPP, Carolina Silva; MARIN, Angela Helena; MOSMANN, Clarisse Pereira. Comportamentos autolesivos e administração das emoções em adolescentes do sexo feminino. **Psicol. clin.** Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, p. 287-308, 2018.

RIBEIRO, José Mendes e Moreira, Marcelo Rasga. Uma abordagem sobre o suicídio de adolescentes e jovens no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**.V. 23, n. 9, pág. 2821-2834, 2018.

RIBEIRO, Hévila Batista. Compreensão da prática autolesiva a partir da experiência Adolescente. **Sampaio–UNILEÃO, Centro Universitário Dr. Leão**, 2020.

RODRIGUES, M.M.A. Suicídio e sociedade: um estudo comparativo de Durkheim e Marx. **Revista Sul-americana de Psicopatologia Fundamental**, v. 12, n 4, pág.698-713, 2009.

SILVA, Orli Carvalho e MINAYO, Maria Cecília de Souza. Triplo tabu: sobre o suicídio na infância e na adolescência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 07, pág. 2693-2698, 2021.

SILVA, Marlene Alves da Terapia Cognitiva-Comportamental: da teoria à prática. **Psico-USF**, v. 19, n. 1, 2014.

VALDAMBRINI, Lucimara. Pertencimento e identidade – Campinas, SP: [s.n], 2014.

APENDICE A – MATERIAIS, FOTOS E REGISTROS DAS INTERVENÇÕES.

Confecção dos materiais do primeiro encontro- Dinâmica das frases complementares.



Registro do 4º Encontro- apenas algumas quiseram participar da foto.



Dinâmica dos Adjetivos



