



GRUPO TERAPÊUTICO PARA ADOLESCENTES: ACOLHIMENTO, ESCUTA E DESENVOLVIMENTO SOCIOEMOCIONAL NA UBS JARDIM MACEDÔNIA

Priscila Karen dos Santos Costa
UBS Jardim Macedônia – São Paulo

Eixo Temático: Saúde da Criança e do Adolescente

Introdução

A adolescência é marcada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, podendo repercutir na saúde mental e nas relações interpessoais. Nesse período, questões relacionadas à identidade, autoestima, pertencimento, autonomia e convivência podem gerar inseguranças e dificuldades emocionais. Nesse contexto, os grupos terapêuticos constituem uma estratégia de cuidado que favorece o acolhimento, a escuta qualificada, a troca de experiências e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais. A experiência apresentada refere-se a um grupo terapêutico para adolescentes desenvolvido em uma Unidade Básica de Saúde.

Objetivo

Promover o acolhimento e o desenvolvimento emocional de adolescentes por meio de encontros grupais, favorecendo a expressão de sentimentos, o fortalecimento da autoestima, a socialização e a construção de estratégias saudáveis de enfrentamento.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência sobre a condução de um grupo terapêutico para adolescentes, realizado quinzenalmente em uma, nas primeiras e terceiras quintas-feiras de cada mês. O grupo existe há 3 anos e é coordenado por psicóloga, com encontros de aproximadamente 1h30 de duração. Participam adolescentes de 13 a 17 anos e 11 meses, encaminhados pela equipe da UBS.

Os encontros são conduzidos de forma participativa, utilizando rodas de conversa, dinâmicas, atividades reflexivas, partilhas e estratégias de educação em saúde, de acordo com as demandas apresentadas pelos participantes. São abordados temas relacionados às emoções, autoestima, identidade, relações interpessoais, ansiedade, enfrentamento de dificuldades e outros aspectos presentes no cotidiano dos adolescentes. A proposta busca favorecer a escuta qualificada, a expressão de sentimentos, a troca de experiências, o fortalecimento de vínculos e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais. As observações e registros realizados ao longo das sessões foram utilizados como base para a construção deste relato de experiência.

Conclusão

A experiência evidencia o grupo terapêutico como estratégia acessível para o cuidado em saúde mental de adolescentes, favorecendo expressão emocional, autoestima, socialização, comunicação e pertencimento. Os encontros também contribuíram para a construção coletiva de estratégias diante dos desafios da adolescência. Destaca-se a importância de espaços permanentes de acolhimento nos serviços de saúde, fortalecendo vínculos, identificando precocemente necessidades em saúde mental e promovendo maior autonomia no cuidado.

Resultados

Ao longo dos encontros, observaram-se repercussões positivas em diferentes aspectos do desenvolvimento emocional e social dos adolescentes. Foram identificados relatos de melhora relacionados a sintomas de ansiedade e depressão, além de maior abertura para falar sobre sentimentos, dificuldades e situações vivenciadas no cotidiano. Os participantes demonstraram maior capacidade de reconhecer, nomear e expressar emoções, bem como de refletir sobre diferentes formas de lidar com situações de conflito, frustração e insegurança.

Também foram observados avanços na socialização e na comunicação, evidenciados pela maior participação nas atividades propostas, ampliação das interações entre os participantes e maior disposição para compartilhar experiências e opiniões. As atividades coletivas favoreceram o exercício da escuta, do respeito às diferenças e da empatia, contribuindo para relações interpessoais mais positivas.

No decorrer do processo, percebeu-se ainda o fortalecimento da autoestima e da valorização pessoal, com maior confiança para expressar necessidades, sentimentos e posicionamentos. O espaço grupal possibilitou reflexões sobre identidade, características individuais, potencialidades e dificuldades, favorecendo uma percepção mais acolhedora de si.

Outro resultado relevante foi o fortalecimento do sentimento de pertencimento. A identificação com experiências semelhantes e a possibilidade de compartilhar vivências em um ambiente seguro contribuíram para a redução da sensação de isolamento e para a construção de vínculos entre os adolescentes. O grupo também favoreceu maior aproximação e confiança na equipe de saúde, fortalecendo o vínculo terapêutico e a continuidade do cuidado.

De forma geral, a experiência demonstrou que o grupo se constituiu como um espaço de acolhimento, escuta, troca, convivência e construção coletiva, favorecendo não apenas o cuidado das demandas emocionais apresentadas, mas também o desenvolvimento de recursos pessoais e sociais importantes para o enfrentamento dos desafios próprios da adolescência.

Acesse o trabalho
na íntegra!

