

JOGO INTERATIVO COMO ESTRATÉGIA PARA DISCUSSÃO DE QUESTÕES PSICOSSOCIAIS ENTRE ADOLESCENTES

Ana Júlia Garcia Mendes¹, Henrique Oliveira Lucas¹,

Thais Ferreira de Jesus¹, Rafael Gustavo de Liz¹

¹Centro Universitário Uniavan – SC, Brasil

e-mail: henrique.oliveira@uniavan.edu.br

1.INTRODUÇÃO

A adolescência é uma fase marcada por intensas transformações biopsicossociais, que influenciam diretamente a saúde mental dos jovens. Nesse contexto, intervenções lúdicas que promovam o bem-estar emocional tornam-se essenciais, especialmente no ambiente escolar. Entre essas intervenções, os jogos de tabuleiro se destacam como uma ferramenta eficaz para abordar temas diversos. Como apontam Coscrato, Pina e Mello (2010), um assunto pode ser discutido de forma ampla com jogos de tabuleiro, estimulando a compreensão e a reflexão de maneira descontraída. Esses jogos desenvolvem aspectos comportamentais, tanto individualmente quanto em grupo, conectando o tema às vivências reais dos participantes. Diante disso, este estudo propõe explorar a eficácia de uma intervenção lúdica como estratégia para abordar vulnerabilidades da adolescência.

Nesse contexto, muitos jovens enfrentam desafios significativos, como ansiedade, depressão, fobias sociais e questões relacionadas à sexualidade. Esses temas foram mencionados como vulnerabilidades comuns entre os jovens atendidos na Unidade Básica de Saúde através de um levantamento feito pelos acadêmicos com a estagiária de psicologia que atua no local. A intervenção foi realizada na Escola Prof^o Artur Sichmann próximo a UBS anteriormente citada e justifica-se devido ao fato de não haver grupos práticos voltados à adolescência na área, além do reconhecimento da crescente necessidade de atendimento psicológico para esse público.

Sendo assim, é importante possibilitar com que os jovens reflitam sobre as diversas formas de lidar com os desafios que enfrentam, promovendo uma análise crítica das situações e a busca por soluções saudáveis. Além disso, conscientizar os adolescentes sobre

a importância de buscar ajuda seja de familiares, profissionais da escola ou psicólogos é fundamental para que possam enfrentar suas dificuldades e promover seu bem-estar emocional. Dessa forma, fortalecemos a rede de apoio necessária para um desenvolvimento saudável e resiliente.

Dado o exposto, o objetivo geral deste estudo é promover o desenvolvimento emocional e social de adolescentes através da aplicação de um jogo de tabuleiro, proporcionando espaço para reflexões e debates sobre questões relacionadas à saúde mental e ao cotidiano juvenil. Os objetivos específicos são identificar as principais vulnerabilidades dos adolescentes, avaliar a participação dos mesmos na dinâmica do jogo, estimular a compreensão e resolução de problemas cotidianos e promover o reconhecimento da importância da busca por suporte.

2.METODOLOGIA

Através de uma proposta de intervenção realizada pela disciplina de Estágio Básico V, do curso de Psicologia do Centro Universitário Avantis - UNIAVAN, que trata da atuação do psicólogo no contexto do Sistema Único de Saúde, os acadêmicos conheceram uma Unidade Básica de Saúde no município de Camboriú, onde através da estagiária de psicologia do local, se informaram sobre a intensa e crescente demanda do público adolescente e suas mazelas que envolvem questões sociais e individuais.

Frente ao desejo de contribuir com esta significativa demanda social, pensou-se na realização da intervenção na escola, através de metodologias ativas e lúdicas que atendessem a necessidade do público apresentado.

A partir do uso do caderno de metodologia, definiu-se que este projeto de pesquisa bibliográfica é de natureza básica, utilizando uma abordagem qualitativa, com objetivo exploratório, e sendo o procedimento técnico um estudo de campo. Considerando o interesse pelo tema apresentado, a pesquisa exploratória, de acordo com Gil (2008) busca explorar, analisar e repensar ideias para possíveis estudos futuros. Como apontam Freitas e Prodanov (2013), essa abordagem também possui um planejamento flexível, permitindo que o tema seja estudado sob diversos ângulos e aspectos.

Com esse objetivo, os acadêmicos desenvolveram um recurso terapêutico intitulado "Jogo das Situações", composto por tabuleiro, peões, dados e cartas contendo situações. O tabuleiro, feito com cartolinas brancas e canetas coloridas, retrata um caminho que possui 52 círculos, sendo 17 coloridos e 35 brancos. A ação envolveu 26 participantes, que foram divididos em grupos, sendo cada um representado por um peão, feito de garrafas PET de 200ml, água, tinta e glitter.

A cada rodada, um representante de cada grupo lança o dado e move o peão no tabuleiro conforme o número indicado. Se o peão cai em uma casa branca, deve permanecer nela e o próximo grupo joga. Caso pare em uma casa colorida, o representante deve retirar um cartão da pilha de "cartões de situação". Cada cartão apresenta uma situação cotidiana, por exemplo "Estou me sentindo triste e tenho passado os recreios sozinha(o). Escolha um(a) amigo(a) para avançar até a sua casa e lhe fazer companhia." ou "Está acontecendo um evento na escola, estou nervoso(a) pelo número de pessoas, mas vou enfrentar o medo. Avance 4 casas." Ao apresentar essas situações que refletem o cotidiano dessa população, o jogo incentiva ricos debates, criando oportunidades para diversas discussões, abrindo espaço para acolhimento e orientações em grupo, bem como percepções individuais.

A cada leitura de um cartão, acontecem reflexões e comparativos com situações já vivenciadas, propiciando aos acadêmicos momentos de incentivo aos jovens a pensarem em diferentes maneiras de lidar com situações-problema, estimulando uma análise crítica de suas reações e encorajando-os a se apropriarem de estratégias para enfrentar os desafios de forma saudável, sempre destacando a importância de buscar apoio quando necessário.

Os acadêmicos enfatizam que pedir ajuda não é sinal de fraqueza, mas uma atitude madura e necessária, seja com familiares, professores ou profissionais especializados, como os psicólogos, divulgando aos adolescentes o trabalho da psicologia ofertado na UBS que atende a microárea da escola.

3.RESULTADOS E/OU DISCUSSÃO

3.1 PROMOÇÃO DA SAÚDE ATRAVÉS DE INTERVENÇÃO LÚDICA

A promoção de saúde diz respeito à troca de conhecimento entre os indivíduos visando encontrar melhores condições de vida. A mesma trabalha com o desenvolvimento e a interação no meio social, buscando garantir os direitos e respeitar a cidadania (Borges; Jesus; Schneider, 2018).

Ao analisar o percurso histórico da saúde no Brasil, Buss *et al.* (2020, p. 4725) afirmam que:

Promoção da saúde, como vem sendo entendida nos últimos 30-35 anos, representa uma estratégia promissora para enfrentar os problemas de saúde que afetam as populações humanas. Partindo de uma concepção ampla do processo saúde-doença e de seus determinantes, essa estratégia propõe a articulação de saberes técnicos e populares, e a mobilização de recursos institucionais e comunitários, públicos e privados a favor da qualidade de vida.

De acordo com Heidemann, Wosny e Boehs (2014), a infraestrutura dos estabelecimentos é essencial para o desenvolvimento de práticas voltadas à promoção da saúde. Além disso, os recursos financeiros são indispensáveis, como também os materiais e espaços físicos.

Em contrapartida, percebe-se que ainda há poucas ações voltadas à promoção de saúde, visto que grande parte delas englobam a prevenção de doenças e a recuperação da saúde (Farias, 2020).

Segundo Nogueira *et al.* (2011), os serviços de saúde possuem um papel fundamental na implementação de ações voltadas para os jovens e também, em garantir que estas sejam engajadoras a eles. Para os mesmos autores, “a criação de um espaço lúdico contribui para a construção do conhecimento, bem como para ampliar a possibilidade da instauração de novos vínculos entre os profissionais da saúde e os adolescentes” (Nogueira *et al.*, 2011, p.952).

Durante a intervenção realizada, notou-se grande adesão dos alunos em participar do jogo, evidenciando sua animação e forte competitividade. Essa empolgação se manifestou nas interações entre os participantes, que se envolveram ativamente nas dinâmicas e se esforçaram para se destacar nas atividades. O entusiasmo dos grupos criou um ambiente propício para o aprendizado e a troca de experiências, refletindo o interesse dos jovens em participarem das discussões e enfrentarem os desafios propostos.

A cada situação apresentada, tornou-se evidente a conexão com o cotidiano dos adolescentes e o quanto eles vibram diante de uma situação positiva, como em "Conversei com um(a) amigo(a) que estava precisando de ajuda". Contudo, as reações negativas são significativamente mais presentes em suas vivências. Mesmo com o foco do jogo em promover empatia e preocupação com os sentimentos dos outros, muitos participantes ainda utilizaram termos ofensivos durante as interações, o que revela um contraste entre o desejo de reagir positivamente e a realidade de suas atitudes no dia a dia.

3.2 SAÚDE MENTAL NA ADOLESCÊNCIA

Segundo Cardoso, Borsa e Segabinazi (2018, p.3), “a juventude é caracterizada por importantes mudanças biológicas, psicológicas e sociais em que o indivíduo vivencia a conquista gradual da sua autonomia”. Nessa fase, os jovens enfrentam dilemas e apresentam muitas vezes instabilidade emocional.

Além disso, nota-se que grande parte dos adolescentes lidam com suas dificuldades internas de maneira individualizada, eles podem inclusive sentir-se culpados por algum acontecimento e não acreditar em uma ajuda profissional (Rossi, 2019).

Evidenciando os pontos citados acima, a ação realizada foi planejada com duração de 53 minutos, porém a atividade se estendeu por 1 hora e 20 minutos e, ainda assim, os acadêmicos perceberam que não foi suficiente para mediar tudo o que era desejado durante os debates. A partir da vontade dos adolescentes em participar, compartilhando suas experiências e debatendo possibilidades, se deu a necessidade de prolongar a atividade. O envolvimento dos jovens também revelou a ânsia da partilha e a escassez com que são convidados a fazê-la.

Tendo em vista essa necessidade, segundo Silva *et al.* (2019), as unidades de atenção primária possuem um papel fundamental para a saúde desse público, pois garantem o acesso ao cuidado e organizam redes de suporte em escolas e outros setores.

Fatores como o relacionamento familiar, o desempenho na escola, problemas com autoestima e violência psicológica podem prejudicar a saúde mental dos adolescentes. Dessa forma, os profissionais da saúde e da educação devem acolher esses indivíduos, trabalhando

com estratégias voltadas à promoção de saúde (Avanci, 2007).

A Psicologia Escolar nesse sentido analisa as dificuldades encontradas a partir do seu contexto histórico, agindo preventivamente e criando ações que desenvolvam a aprendizagem no ambiente escolar. Com isso, percebe-se que a atuação do psicólogo é voltada à promoção e cuidado com a saúde psíquica no cotidiano dos estudantes (Oliveira; Marinho-Araujo, 2009).

Martinez (2009) cita que dentre as possibilidades de atuação do profissional no contexto escolar estão a orientação de pais e alunos, de forma individual ou coletiva, utilizando das principais demandas psicológicas obtidas. Outros aspectos também podem ser desenvolvidos, como por exemplo, o autoconhecimento, a tomada de decisões, a responsabilidade com os outros e questões envolvendo a sexualidade, desejos e afetos do sujeito.

Portanto, observa-se que o Psicólogo escolar também é importante para a integração e resolução de conflitos presentes na equipe escolar. Trabalhos em grupo podem ser realizados com o auxílio desse profissional, visto que seus conhecimentos beneficiam a todos. (Martinez, 2009).

4 CONCLUSÕES

A conclusão desta intervenção revela a significativa contribuição do recurso terapêutico, “Jogo das Situações”, desenvolvido pelos acadêmicos, como uma estratégia eficaz para abordar questões biopsicossociais entre adolescentes. Os resultados demonstram que o jogo promove debates profundos e significativos ao trazer situações cotidianas que refletem as vulnerabilidades enfrentadas por esse público.

Outros pontos relevantes da ação são a agitação da turma e a grande competitividade, onde muitos se exaltam e acabam praticando as mesmas ações negativas citadas no jogo, como o bullying, promovendo a intervenção, orientação e reflexão, propondo uma possível mudança de comportamento.

A participação ativa dos jovens revela que, embora eles reconheçam a importância de reações positivas, as interações negativas são muito mais frequentes em suas experiências

diárias. Isso destaca a necessidade de um trabalho contínuo que incentive o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais, além de promover a busca por apoio de familiares e profissionais de saúde mental.

Em suma, este estudo não só evidencia a relevância de intervenções lúdicas na promoção da saúde mental, como também contribui para a formação de um diálogo mais aberto sobre questões psicossociais entre adolescentes. Percebe-se a necessidade de que instituições de saúde e educação considerem a incorporação de métodos interativos em suas práticas, adaptando-os às especificidades de cada grupo. Futuros estudos podem expandir essa pesquisa para explorar a aplicação de jogos interativos em diferentes contextos e populações, visando uma compreensão mais ampla de suas potencialidades e limitações.

REFERÊNCIAS

AVANCI, Joviana Q. *et al.* Fatores associados aos problemas de saúde mental em adolescentes. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, [S.L.], v. 23, n. 3, p. 287-294, set. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722007000300007>. Acesso em: 23 ago. 2024.

BORGES, Claudia Daiana; JESUS, Luciana Oliveira de; SCHNEIDER, Daniela Ribeiro. Prevenção e promoção da saúde: revisão integrativa de pesquisas sobre drogas. **Psicol. pesq.**, Juiz de Fora, v. 12, n. 2, p. 5-13, jul. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472018000200002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 20 ago. 2024.

BUSS, Paulo Marchiori *et al.* Promoção da saúde e qualidade de vida: uma perspectiva histórica ao longo dos últimos 40 anos (1980-2020). **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 12, p. 4723-4735, dez. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202512.15902020>. Acesso em: 9 set. 2024.

CARDOSO, Hugo Ferrari; BORSA, Juliane Callegaro; SEGABINAZI, Joice Dickel. Indicadores de saúde mental em jovens: fatores de risco e de proteção. **Est. Inter. Psicol.**, Londrina, v. 9, n. 3, supl. 1, p. 3-25, dez. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072018000400002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 11 set. 2024.

COSCRATO, Gisele; PINA, Juliana Coelho; MELLO, Débora Falleiros de. Utilização de atividades lúdicas na educação em saúde: uma revisão integrativa da literatura. **Acta Paulista de Enfermagem**, [S.L.], v. 23, n. 2, p. 257-263, abr. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002010000200017>. Acesso em: 9 set. 2024.

FARIAS, Joni Marcio de; MINGHELLI, Luana Cademartori; SORATTO, Jacks. Promoção da saúde: discursos e concepções na atenção primária à saúde. **Cadernos Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 28, n. 3, p. 381-389, set. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028030351>. Acesso em: 29 set. 2024.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HEIDEMANN, Ivonete Teresinha Schülter Buss; WOSNY, Antonio de Miranda; BOEHS, Astrid Eggert. Promoção da Saúde na Atenção Básica: estudo baseado no método de paulo freire. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 19, n. 8, p. 3553-3559, ago. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232014198.11342013>. Acesso em: 9 set. 2024.

MARTINEZ, Albertina Mitjáns. Psicologia Escolar e Educacional: compromissos com a educação brasileira. **Psicol. esc. educ.**, Campinas, v. 13, n. 1, p. 169-177, jun. 2009. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572009000100020&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 26 set. 2024.

NOGUEIRA, Maria José *et al.* Criação compartilhada de um jogo: um instrumento para o diálogo sobre sexualidade desenvolvido com adolescentes. **Ciência & Educação (Bauru)**, [S.L.], v. 17, n. 4, p. 941-956, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ciedu/a/qsnYDQTcwYDjRcCRH4Fbyjh/#>. Acesso em: 10 ago. 2024.

OLIVEIRA, Cynthia Bisinoto Evangelista de; MARINHO-ARAUJO, Claisy Maria. Psicologia escolar: cenários atuais. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, dez. 2009. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812009000300007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 9 ago. 2024.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do Trabalho Científico**: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

ROSSI, Livia Martins *et al.* Crise e saúde mental na adolescência: a história sob a ótica de quem vive. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L.], v. 35, n. 3, p. 1-12, mar. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00125018>. Acesso em: 9 ago. 2024.

SILVA, Jaqueline Ferreira da *et al.* Adolescência e saúde mental: a perspectiva de profissionais da atenção básica em saúde. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, [S.L.], v. 23, p. 1-14, jun. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/Interface.180630>. Acesso em: 9 ago. 2024.