

PSICOEDUCAÇÃO E VIOLÊNCIA NOS RELACIONAMENTOS DE JOVENS: PROMOVENDO DIÁLOGOS SAUDÁVEIS

68

Alessandra Abreu da Rosa¹, Carolina Martins Caminha¹, Camilly Andriéli Martins Mazuhi¹, Juliano Ilha Franco¹, Raiana Moreira Caon¹, Sara da Silva Silveira¹, Marília Domingues Centeno².

1 acadêmico(a) de Psicologia, Centro Universitário da Região da Campanha-URCAMP;
2 professora e supervisora de estágio, Centro Universitário da Região da Campanha-URCAMP.

RESUMO

A fase da juventude é marcada por intensas transformações emocionais e sociais, o que pode favorecer o surgimento de comportamentos abusivos e relacionamentos marcados por desigualdade, violência e comportamentos disfuncionais. Dessa forma, o presente trabalho buscou abordar a temática da psicoeducação como estratégia fundamental na prevenção e enfrentamento da violência nos relacionamentos afetivos entre jovens, em duas escolas municipais de Bagé, RS, promovendo reflexões e diálogos saudáveis e trabalhando temas como as emoções, limites, autoestima, respeito e comunicação não violenta.

Palavras chaves: Psicoeducação, Jovens, Relacionamentos Saudáveis, Comunicação Não Violenta.

INTRODUÇÃO

As relações afetivas na adolescência são um tema de grande relevância, uma vez que esse período é crucial para a formação da identidade e das dinâmicas interpessoais

em todos os âmbitos da vida (Papalia, 2021), os jovens encontram-se em uma fase crucial do desenvolvimento emocional, social e psicológico, e as relações interpessoais, sejam elas de amizade, familiares ou amorosas, têm um papel central nesse processo. A formação de relacionamentos saudáveis durante a juventude pode ter impactos duradouros no bem-estar mental e emocional. No entanto, muitos jovens enfrentam dificuldades em estabelecer limites, lidar com conflitos e reconhecer comportamentos prejudiciais.

De acordo com Castro et al. (2006) é de extrema importância a construção da diferença nas interações sociais entre jovens, enfatizando que as relações são moldadas não apenas por fatores individuais, mas também por contextos sociais e culturais. Essa construção de identidade e diferença pode influenciar a forma como os jovens percebem e vivenciam suas relações afetivas. Porém, é importante que seja analisado como os relacionamentos afetivos podem se tornar disfuncionais neste período de descoberta e serem perpetrados pelo resto da vida, causando sofrimento e violências para o jovem e àqueles que ele se relaciona. De acordo com Cecchetto et al. (2016), muitos adolescentes, especialmente homens, percebem e perpetuam violências em suas interações afetivo-sexuais. Essa percepção pode estar ligada a padrões de masculinidade tóxica que muitas vezes são internalizados desde a infância. Estas violências podem ser de variadas formas, como por exemplo as violências simbólicas e psicológicas, conforme destaca Bittar e Nakano (2017), que apesar de sutis, podem ter efeitos duradouros sobre a autoestima e a saúde mental dos adolescentes, criando um ciclo vicioso que se perpetua nas relações futuras. Oliveira et al. (2014) também discutem a circularidade da violência psicológica nos contextos relacionais dos adolescentes, indicando que essa forma de violência é muitas vezes invisível, mas impactante. A exposição à violência familiar, abordada por Faias et al. (2017), é outro fator que contribui para a perpetuação de relacionamentos disfuncionais. A pesquisa

mostra que jovens que vivenciam violência em casa têm maior probabilidade de replicar esses comportamentos em seus relacionamentos amorosos ou de amizade.

Para que estes ciclos de violência possam ser rompidos, é fundamental que se traga para os jovens o conhecimento e o auxílio de como realizar a construção de relações afetivas saudáveis. Como destaca Soares et al. (2013), a busca de ajuda e redes de apoio ressaltam a importância de fortalecer a capacidade dos jovens de identificar quando precisam de ajuda e onde encontrá-la. Como também refletem Vidal e Ribeiro (2008) sobre relacionamentos afetivos e sexuais na adolescência, mostram a necessidade de uma abordagem multidisciplinar ao abordar essas questões, além do olhar da Psicologia, como a escola e a família, para a construção de relacionamentos estáveis desde o período da juventude.

Dessa forma, o presente projeto justifica-se pela necessidade urgente de promover relações

saudáveis entre jovens, abordando as diversas formas de violência que podem afetar suas experiências afetivas, de forma geral. Ao oferecer um espaço seguro para discussão, suporte emocional e educação, busca-se, então, auxiliar os jovens a construir relacionamentos baseados em respeito, empatia e igualdade, contribuindo para o seu desenvolvimento pessoal e social, pelo olhar da Psicologia onde a abordagem preventiva é uma maneira eficaz de promover relacionamentos mais saudáveis e resilientes, que impactam positivamente tanto a vida pessoal quanto a coletiva.

METODOLOGIA

A metodologia adotada baseou-se em uma pesquisa de natureza básica, com objetivo exploratório, com uma abordagem quali-quantitativa estudada conforme Strauss e Corbin (1990). Os procedimentos técnicos são de pesquisa bibliográfica e práticas de psicoeducação, empregando dinâmicas, atividades lúdicas, técnicas reflexivas e questionários com os alunos de sexto a nono ano das turmas participantes, em duas escolas municipais de Bagé - RS.

71

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A primeira atividade, em cada um dos três encontros, foi a realização de uma pesquisa para quantificar o que os alunos participantes sabiam sobre a Comunicação Não Violenta (CNV) e outras habilidades socioemocionais necessárias para a construção de relacionamentos saudáveis através de um questionário. A pesquisa contou com a participação de 67 alunos. Desses, 14 declararam ter algum conhecimento sobre CNV e habilidades socioemocionais, enquanto 53 afirmaram desconhecerem os temas. A análise dos dados revelou que 20,9% dos alunos possuem conhecimento prévio sobre CNV e habilidades socioemocionais, enquanto 79,1% desconhecem o assunto. Esses resultados indicam que a maioria dos alunos ainda não está familiarizada com as temáticas, o que sugere uma carência na abordagem desse tema no ambiente escolar ou nas discussões do cotidiano. A baixa porcentagem de alunos que conhecem a CNV aponta para a necessidade de implementar atividades educativas que promovam o entendimento e a prática dessa abordagem, contribuindo para a ampliação do conhecimento e da aplicação da CNV e das habilidades no contexto escolar.

Seguidos desses dados, os encontros também contaram com psicoeducação como foco na promoção da comunicação não-violenta (CNV) e relacionamentos saudáveis,

utilizando rodas de conversa, dinâmicas e estímulo à reflexão dos temas. Por meio das atividades desenvolvidas, foi possível explorar a Comunicação Não Violenta (CNV) e às habilidades socioemocionais como ferramentas essenciais para a gestão de conflitos e o fortalecimento das relações interpessoais no ambiente escolar e em outros relacionamentos dos adolescentes. Todos os encontros foram marcados por grande receptividade e engajamento dos alunos, onde foi possível trabalhar as atividades propostas de maneira efetiva e que agregassem a sua formação enquanto indivíduos. A prática extensionista realizada alcançou com êxito os objetivos propostos, promovendo reflexões e aprendizados significativos entre os alunos participantes. Dessa forma, foi observado um bom resultado, pois foi visível o quanto os adolescentes aprenderam e colocaram em prática, mesmo ainda dentro de sala de aula, o que foi trabalhado nas práticas.

CONCLUSÃO

Diante de tal prática extensionista, pode-se ver a importância da Comunicação Não Violenta (CNV) e das habilidades socioemocionais como ferramentas essenciais para construção dos relacionamentos a partir da adolescência. O sucesso alcançado reforça a relevância dos assuntos abordados na promoção do desenvolvimento de relações saudáveis. Conclui-se esta experiência com a convicção de que investir em iniciativas como esta é essencial para preparar os jovens para estabelecer conexões interpessoais baseadas em respeito e compreensão, promovendo o bem-estar emocional e social dos mesmos e de suas relações interpessoais.

REFERÊNCIAS

- Bittar, D. B., & Nakano, A. M. S.. (2017). Symbolic violence among adolescents in affective dating relationships*. Revista Da Escola De Enfermagem Da USP, 51. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2017003003298>. Acesso em Setembro de 2024.
- Castro LR de, Mattos AR, Juncken ET, Monteiro RA de P, Villela HAM. A construção da diferença: jovens na cidade e suas relações com o outro. Psicol Estud [Internet]. 2006May;11(2):437–47. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S1413-73722006000200023>. Acesso em Setembro de 2024.
- Cecchetto F, Oliveira QBM, Njaine K, Minayo MC de S. Violências percebidas por homens adolescentes na interação afetivo-sexual em dez cidades brasileiras. Interface (Botucatu) [Internet]. 2016Oct;20(59):853–64. Available from: <https://doi.org/10.1590/1807-57622015.0082>. Acesso em Setembro de 2024.
- Faias, J., Caridade, S., & Cardoso, J. (2017). Exposição à violência familiar e abuso íntimo em jovens: Que relação?. Psychologica, 59(1), 7-23. https://doi.org/10.14195/1647-8606_59-1_1. Acesso em Setembro de 2024.
- Oliveira, Q. B. M., Assis, S. G. de., Njaine, K., & Pires, T. O.. (2014). Namoro na adolescência no Brasil: circularidade da violência psicológica nos diferentes contextos relacionais. Ciência & Saúde Coletiva, 19(3), 707–718. <https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.19052013>. Acesso em Setembro de 2024.
- PAPALIA, Diane; MARTORELL, Gabriela. Desenvolvimento humano. 14. ed. Rio de Janeiro: Editora Grupo A Educação S/A RIO, 2021.

STRAUSS, Anselm; CORBIN, Juliet. Basics of qualitative research: grounded theory procedures and techniques. Newbury Park: SAGE, 1990.

74

Soares, J. dos S. F., Lopes, M. J. M., & Njaine, K.. (2013). Violência nos relacionamentos afetivo-sexuais entre adolescentes de Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil: busca de ajuda e rede de apoio. Cadernos De Saúde Pública, 29(6), 1121–1130. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2013000600009>. Acesso em Setembro de 2024.

Vidal, E. I., & Ribeiro, P. R. M.. (2008). Algumas reflexões sobre relacionamentos afetivos e relações sexuais na adolescência. Fractal: Revista De Psicologia, 20(2), 519–531. <https://doi.org/10.1590/S1984-02922008000200016>. Acesso em 2024.

,