

# VI SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO À DOCÊNCIA - SEMID

PESQUISAS, INTERVENÇÕES E PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO

Universidade e escola: espaços dialógicos de investiga-ção e socialização da produção de conhecimentos sobre formação docente

## **FILOSOFIA E SAÚDE MENTAL: Uma reflexão filosófica sobre a promoção da saúde mental na adolescência <sup>1</sup>**

**Celia Regina Sarges Montenegro**

**Cleicione França sarges**

**Emilly Viegas**

### **INTRODUÇÃO**

A Experiência filosófica, desde a antiguidade clássica sempre esteve preocupada em problematizar o ser humano, estimulando-o a conhecer a si mesmo e nesse processo instruir o desenvolvimento da humanidade ao longo da história. A história humana nunca se fez dissociada da experiência filosófica, e nesse sentido tampouco a construção da história particular de cada um pode ser isenta de contar com o pensar crítico-reflexivo.

Desse modo, as transformações deste século têm afetado a vida humana, causando o aparecimento de inúmeros fatores que interferiram na conduta das pessoas, principalmente na adolescência, período que representa a transição entre a infância e a vida adulta, caracterizada por alterações em diversos níveis, físico, mental e social.

O novo ensino médio representa uma proposta educacional que visa à formação integral do ser humano, portanto, objetiva-se preparar os sujeitos para o mundo. Dessa forma, o projeto traz como propósito refletir acerca de problemas que atravessam a realidade dos discentes (e de toda contemporaneidade como um todo). Esses conflitos são, portanto, a depressão, a ansiedade, o bullying. O recorte desses problemas fora realizados tomando como referência conflitos diagnosticados nas observações das aulas e durante o período de vivência na escola, como também pelo próprio relato dos docentes.

Diante disso, o projeto busca discutir e promover reflexões sobre posturas e causas dos males psicológicos, ofertando aos discentes momentos de discursão e

---

1 Este trabalho é fruto das experiências vivenciadas no(s) Program(s) PIBID/Residência Pedagógica da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), na área de XXXXXXXXX no Centro XXXXXX, com apoio da CAPES.

# VI SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO À DOCÊNCIA - SEMID

## PESQUISAS, INTERVENÇÕES E PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO

Universidade e escola: espaços dialógicos de investigação e socialização da produção de conhecimentos sobre formação docente

reflexões que possibilite a prevenção ou correção de postura, necessárias para melhor direcionar seus caminhos. Portanto, conscientizar e promover a atuação de sujeitos autônomos, críticos e que tenham senso de responsabilidade consigo próprio e com a sociedade ao seu redor.

### **METODOLOGIA**

Roda de conversa e debates em sala aula,

Leitura e interpretação filosófica dos textos sugeridos para trabalhar as temáticas em questão. Apresentação de filmes e vídeos temáticos. Diálogos e debates do filme, relacionando com os textos.

Oficinas

### **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Foi realizado uma grade culminância para tratar deste problema em geral facilitando a compreensão de cada aluno e ajudando no desenvolvimento do aluno no ambiente escola e fora dele frizando aspectos que abordavam o convívio social e enfatizando grandes abusos psicológico que viviam e como lidar com ele, após a realização da culminância ouvinte e estudantes relataram um desenvolvimento social e aceitação de alguns aspectos de maneira mais efetiva!

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A promoção da saúde mental na adolescência é uma questão de extrema importância, pois é nessa fase da vida que ocorrem muitas transformações físicas, mentais e emocionais. É um período de transição em que os jovens estão desenvolvendo sua identidade, enfrentando novos desafios e buscando seu lugar no mundo

# VI SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO À DOCÊNCIA - SEMID

## PESQUISAS, INTERVENÇÕES E PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO

Universidade e escola: espaços dialógicos de investigação e socialização da produção de conhecimentos sobre formação docente

A adolescência é caracterizada por uma série de mudanças hormonais e neurobiológicas, que podem influenciar significativamente o bem-estar mental dos jovens. Além disso, fatores sociais, como pressões acadêmicas, problemas familiares, questões de identidade e o impacto das mídias sociais, também podem desempenhar um papel importante no desenvolvimento de problemas de saúde mental.

Uma reflexão filosófica sobre a promoção da saúde mental na adolescência nos leva a questionar e refletir sobre diferentes aspectos. Aqui estão algumas considerações que podem ser levadas em conta:

1. Autenticidade e autoconhecimento: A adolescência é um momento em que os jovens estão buscando descobrir quem são e qual é o seu propósito na vida. A promoção da saúde mental deve incentivar a busca pela autenticidade e pelo autoconhecimento, encorajando os jovens a explorarem seus interesses, talentos e valores pessoais.

2. Equilíbrio e bem-estar emocional: A saúde mental envolve o equilíbrio emocional. É importante que os jovens aprendam a reconhecer e lidar com suas emoções de forma saudável. Isso pode incluir o desenvolvimento de habilidades de regulação emocional, como a prática da atenção plena, a expressão criativa e o estabelecimento de relacionamentos saudáveis.



# VI SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO À DOCÊNCIA - SEMID

## PESQUISAS, INTERVENÇÕES E PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO

Universidade e escola: espaços dialógicos de investigação e socialização da produção de conhecimentos sobre formação docente

3. Resiliência e enfrentamento: A adolescência pode ser um período desafiador, com muitas pressões e obstáculos. A promoção da saúde mental deve focar no desenvolvimento da resiliência e habilidades de enfrentamento dos jovens, de modo que eles possam lidar de forma eficaz com o estresse, superar dificuldades e se adaptar às mudanças.

4. Relacionamentos e conexões sociais: A qualidade dos relacionamentos e conexões sociais desempenha um papel fundamental na saúde mental dos adolescentes. É importante que eles tenham um sistema de apoio sólido, com amigos, familiares e mentores que possam oferecer suporte emocional e encorajamento. Além disso, promover a empatia, a compreensão e o respeito mútuo nas interações sociais pode contribuir para um ambiente saudável e positivo.

5. Educação e conscientização: A promoção da saúde mental na adolescência requer educação e conscientização sobre questões relacionadas à saúde mental, como a importância de buscar ajuda quando necessário, a redução do estigma associado aos problemas de saúde mental e a disponibilidade de recursos de apoio. Os jovens devem ser informados sobre os sinais de alerta, os recursos disponíveis na comunidade e a importância do autocuidado.

Em suma, a promoção da saúde mental na adolescência é um desafio complexo, que requer uma abordagem holística e multidimensional. Uma reflexão filosófica sobre esse

# VI SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO À DOCÊNCIA - SEMID

## PESQUISAS, INTERVENÇÕES E PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO

Universidade e escola: espaços dialógicos de investigação e socialização da produção de conhecimentos sobre formação docente

tema nos leva a considerar aspectos como autenticidade, equilíbrio emocional, resiliência, relacionamentos e conscientização. Ao abordar esses aspectos, podemos ajudar os jovens a desenvolver um senso de bem-estar mental e emocional, capacitando-os a enfrentar os desafios da vida de forma saudável e construtiva.

### AGRADECIMENTOS (opcional)

Xxxxxxx

### REFERÊNCIAS

#### REFERÊNCIAS

MINISTÉRIO DA SAÚDE Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Ações Programáticas

Estratégias Brasília–DF2008SérieB. Textos Básicos da Saúde ©2008 Ministério da Saúde. Todos os direitos reservados.

Silva. Edileuza Alencar. ADOLESCÊNCIA E SEXUALIDADE: UMA ANÁLISE SOBRE O OLHAR DO ADOLESCENTE E DA FAMÍLIA.

BARBOSA, Ana Beatriz. Mentas perigosas. Rio de Janeiro: Editora Fontanar, 2011.

\_\_\_\_\_. Mentas ansiosas. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

BARROS FILHO, Clóvis de; CALABREZ, Pedro. Em busca de nós mesmos: diálogos sobre o ser humano e seu lugar no universo. São Paulo: CDG Edições e Publicações, 2017.

ECHEVARRÍA, J. A. Fundamentos de antropologia: um ideal da excelência humana. São Paulo: Instituto Brasileiro de Filosofia e Ciência, 2011.