

DIFICULDADES EXPERIENCIADAS NO COTIDIANO DOS ADOLESCENTES EM AMBIENTE ESCOLAR: GATILHOS PARA O SURGIMENTO DO SOFRIMENTO MENTAL

Recebido em: 10/07/2023

Aceito em: 09/08/2023

DOI: 10.25110/arqsaude.v27i8.2023-010

Bruna Alves¹
Isabela Lunara Alves Barbalho²
Alwsca Layane Gonçalves Rolim³
Izabel Patrício Bezerra⁴
Marcelo Costa Fernandes⁵

RESUMO: A adolescência é um período de experimentação e autodescoberta marcada por inúmeras transformações. Estas transformações quando associada a outras condições em que o adolescente não consegue lidar, podem culminar em depressão. Diante disso, este estudo tem por objetivo analisar, por meio dos discursos, saberes e experiências dos adolescentes acerca das dificuldades vivenciadas no cotidiano que levam ao sofrimento mental. Trata-se de estudo descritivo, com abordagem qualitativa, mediado pela pesquisa-ação. Participaram do estudo dezessete adolescentes estudantes da Escola Técnica localizada na Paraíba, estado do Nordeste do Brasil. Para proceder à ordenação e organização dos dados empíricos, produzidos nas entrevistas semiestruturadas, recorreu-se ao processo metodológico do Discurso do Sujeito Coletivo. O estudo teve início após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa. Considerou-se três temáticas: obstáculos no vivenciar do ambiente escolar como geradoras de angústias nos adolescentes, desestrutura nas relações familiares no surgimento do sofrimento mental e o bullying velado nas brincadeiras. Foi possível identificar problemáticas pertinentes à depressão, também possibilitou a discussão e análise sobre saberes e experiências dos adolescentes acerca das dificuldades vivenciadas no cotidiano que levam ao sofrimento mental. Ainda, oportunizou o compartilhamento das experiências vividas e um maior conhecimento sobre a relação desses adolescentes com os motivos pelos quais surge esse estresse psicológico.

PALAVRAS-CHAVE: Adolescentes; Depressão; Estresse-Psicológico.

¹ Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG).

E-mail: brunaalves0117@gmail.com

² Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG).

E-mail: isabelabrbhl@hotmail.com

³ Especialista em Saúde da Família pelo Instituto de Medicina Integral Professor Fernando Figueira (IMIP). Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). E-mail: alwscarolim@hotmail.com

⁴ Especialista em Enfermagem Obstétrica pelo Hospital Agamenon Magalhães. Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). E-mail: izabelpatriciobezerra@gmail.com

⁵ Doutor pelo Programa de Pós-graduação Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde pela Universidade Estadual do Ceará (UECE). E-mail: celo_cf@hotmail.com

DIFFICULTIES EXPERIENCED IN THE DAILY LIFE OF ADOLESCENTS IN THE SCHOOL ENVIRONMENT: TRIGGERS FOR THE EMERGENCY OF MENTAL SUFFERING

ABSTRACT: Adolescence is a period of experimentation and self-discovery marked by numerous transformations. These transformations, when associated with other conditions that the teenager cannot deal with, can culminate in depression. Therefore, this study aims to analyze, through the speeches, knowledge and experiences of adolescents about the difficulties experienced in everyday life that lead to mental suffering. This is a descriptive study, with a qualitative approach, mediated by action research. Seventeen adolescent students from the Technical School located in Paraíba, in the Northeast of Brazil, participated in the study. To order and organize the empirical data produced in the semi-structured interviews, the methodological process of the Discourse of the Collective Subject was used. The study began after approval by the Research Ethics Committee. Three themes were considered: obstacles in experiencing the school environment as generators of anguish in adolescents, disruption of family relationships in the emergence of mental suffering and veiled bullying in games. It was possible to identify issues related to depression, also enabling the discussion and analysis of knowledge and experiences of adolescents about the difficulties experienced in everyday life that lead to mental suffering. Still, it provided opportunities for sharing experiences and greater knowledge about the relationship of these adolescents with the reasons why this psychological stress arises.

KEYWORDS: Adolescents; Depression; Stress-Psychological.

DIFICULTADES VIVIDAS EN EL COTIDIANO DE LOS ADOLESCENTES EN EL ÁMBITO ESCOLAR: DESENCADENANTES DE LA EMERGENCIA DEL SUFRIMIENTO MENTAL

RESUMEN: La adolescencia es un período de experimentación y autodescubrimiento marcado por numerosas transformaciones. Estas transformaciones, cuando se asocian a otras condiciones que el adolescente no puede afrontar, pueden culminar en depresión. Por lo tanto, este estudio tiene como objetivo analizar, a través de los discursos, los conocimientos y experiencias de los adolescentes sobre las dificultades vividas en la vida cotidiana que conducen al sufrimiento mental. Se trata de un estudio descriptivo, con abordaje cualitativo, mediado por la investigación acción. Participaron del estudio diecisiete adolescentes estudiantes de la Escuela Técnica ubicada en Paraíba, en el Nordeste de Brasil. Para ordenar y organizar los datos empíricos producidos en las entrevistas semiestructuradas se utilizó el proceso metodológico del Discurso del Sujeto Colectivo. El estudio se inició después de la aprobación por el Comité de Ética en Investigación. Se consideraron tres temas: obstáculos en la vivencia del ambiente escolar como generador de angustia en los adolescentes, ruptura de las relaciones familiares en la aparición del sufrimiento psíquico y acoso velado en los juegos. Fue posible identificar cuestiones relacionadas con la depresión, posibilitando también la discusión y el análisis de saberes y experiencias de los adolescentes sobre las dificultades vividas en el cotidiano que conducen al sufrimiento psíquico. Aún así, brindó oportunidades para compartir experiencias y un mayor conocimiento sobre la relación de estos adolescentes con las causas por las que surge este estrés psicológico.

PALABRAS CLAVE: Adolescentes; Depresión; Estrés-Psicológico.

1. INTRODUÇÃO

A adolescência é um período de experimentação e autodescoberta marcado por esforços do adolescente de estabelecer sua identidade e autonomia, enfrentando transformações físicas, psicológicas, sociais, cognitivas e culturais. Esta transformação, ocasionalmente, quando associada a outras condições em que o adolescente não consegue lidar, podem culminar em depressão.

A depressão é descrita pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5 (DSM) como um transtorno afetivo que tem como elementos mais evidentes o humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas, que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo, sendo tratada atualmente como problema prioritário de saúde pública, pois é a primeira causa de incapacidade ao redor do mundo. A depressão pode ser do tipo episódica ou de transtorno, sendo a segunda uma manifestação recorrente da primeira (SAMPAIO; OLIVEIRA; PIRES, 2020).

Os adolescentes são mais propensos ao imediatismo e à impulsividade e ainda não possuem maturidade emocional completa; assim, eles possuem mais dificuldade em lidar com estresses agudos, como o fim de um relacionamento, situações que causam vergonha ou humilhação, rejeição pelo grupo social, fracasso escolar e perda de um ente querido. Esses eventos podem atuar como gatilhos para o sofrimento mental. A maior frequência de suicídio está mais associada à herança de traços impulsivos e agressivos do que à doença mental (AMARAL et al., 2019).

Em 2012, a Organização Mundial de Saúde (OMS) publicou um estudo que constata que 20% dos adolescentes no mundo enfrentam problemas de saúde mental, mas permanecem diagnosticados e tratados de forma inadequada. As principais causas destes transtornos estão relacionadas às suas condições de vida, estigma, discriminação ou exclusão, violência ou bullying, além de falta de acesso a serviços e apoio de qualidade. Estes dados atualizados em 2018, indicam que a depressão e ansiedade são as principais causas de doenças e incapacidades entre os adolescentes, e que o suicídio é uma das principais causas da morte nesta mesma faixa etária (OPAS, 2023).

De acordo com estes dados, pode-se afirmar que adolescência traz implícita a necessidade de programas preventivos ou intervenções educativas que visam o desenvolvimento socioemocional, da resiliência e das habilidades afetivas. A educação em saúde passa a ser vista como uma estratégia de promoção da saúde ao deixar de ser

uma simples informação e ser capaz de empoderar o indivíduo, tornando-o protagonista de seus cuidados, instruído a adotar melhores atitudes acerca de sua vida por meio do conhecimento construído (STREHLOW et al., 2016).

Destaca-se com esta pesquisa a abordagem de temática significativa sobre a visão dos adolescentes quanto a assuntos relacionados a angústia, bullying e depressão, sendo de extrema relevância a abordagem e disseminação desses discursos, que podem acabar desdobrando-se em ações significativas e positivas para esse grupo e a sociedade em geral, cujas medidas possam não somente prevenir, mas identificar precocemente sinais e sintomas relacionados a depressão e, conseqüentemente, a elaboração de planos de atenção à saúde no ambiente escolar voltados ao acolhimento dos adolescentes na multidimensionalidade subjetiva que os envolvem.

No intuito de transformar a realidade dos adolescentes, formando vínculos com os participantes envolvidos, comprometendo-se e concretizando ações intervencionistas capazes de empoderar esse público alvo, o estudo confere a identificação de certa demanda e a partir disso o planejamento e execução de ações educativas que possam saná-la. Logo, tem-se a finalidade nesta pesquisa de analisar, por meio dos discursos, saberes e experiências dos adolescentes acerca das dificuldades vivenciadas no cotidiano que levam ao sofrimento mental.

2. MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa e mediado pela metodologia da pesquisa-ação. A abordagem qualitativa inclina-se para os aspectos das circunstâncias naturais, não se restringindo a informações isoladas ligadas a uma teoria, o indivíduo faz parte do processo do pensamento interpretando os fenômenos tornando possível a análise de todas as dimensões da singularidade do ser humano, pois permite compreender e esclarecer a subjetividade dos fenômenos humanos. A proposição de utilizar-se da metodologia da pesquisa-ação neste estudo foi buscar a transformação na realidade observada entre os jovens acerca do surgimento do sofrimento mental (SILVA et al., 2011).

Para Thiollent (2011) a pesquisa-ação representa uma abordagem de investigação social que envolve a combinação de ação e pesquisa, com o objetivo de solucionar problemas coletivos. Nesse processo, pesquisadores e pesquisados trabalham de forma colaborativa e participativa nas ações desenvolvidas. O método não apresenta forma exata

a ser seguida, possuindo determinado ponto de partida e de chegada, sendo a fase exploratória e a divulgação dos resultados, respectivamente. O foco deste artigo será apresentar a etapa do diagnóstico situacional da pesquisa-ação, momento no qual foram levantados situações e problemas, na ótica dos adolescentes, que eram gatilhos para desencadear sentimentos depressivos. A etapa da descrição, implementação e avaliação das ações será foco de outro estudo.

A pesquisa foi realizada na Escola Técnica de Saúde de Cajazeiras (ETSC) que está localizada na cidade de Cajazeiras, no estado da Paraíba, Brasil. A ETSC está vinculada à Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Centro de Formação de Professores (CFP), funcionando em regime seriado para o ensino médio e modular para os cursos técnicos de enfermagem e em saúde bucal. A escolha por esta escola foi por ser referência de ensino e por ser localizada em uma universidade, o que pode gerar, naturalmente, cobranças por bons desempenhos nas provas do vestibular.

Os participantes desta pesquisa foram adolescentes que estudam na escola, a qual possuía durante a realização da pesquisa 144 alunos no ensino médio, sendo 45 referentes ao terceiro ano. Foi adotado como critério de inclusão alunos regularmente matriculados no terceiro ano do ensino médio, devido à pressão eminente para realização de escolha profissional e aprovação em vestibulares. Como critério de exclusão adolescentes que já estivessem em acompanhamento psicológico. Seguindo os critérios, participaram da pesquisa 17 adolescentes.

As entrevistas foram realizadas individualmente em uma sala de aula da própria instituição para que os participantes pudessem expressar sua compreensão e suas emoções, com duração média de 20 minutos. O instrumento consistiu em questões norteadoras discursivas, que permitiram a expressão livre dos participantes, a exemplo: Quais problemas ou dificuldades você percebe no meio onde você vive e que estão diretamente relacionados ao surgimento de sentimentos depressivos. Ressalta-se que as respostas foram gravadas mediante autorização prévia e posteriormente ouvidas, transcritas e analisadas com base no emprego da técnica do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC). A partir do conjunto de ideias obtidos foram elaboradas as ideias centrais, com o propósito de aprofundamento dos temas surgidos.

Para realização da análise e estruturação dos dados foi utilizado o DSC como processo metodológico. O DSC possibilita a expressão do pensamento coletivo, por meio da associação das opiniões com sentido semelhante presentes em distintos depoimentos,

sendo possível formar um depoimento condensado composto pela ideia coletiva (LEFEVRE; LEFEVRE, 2014).

Para este trabalho, inicialmente houve a submissão do projeto de pesquisa ao Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), sob o parecer nº 2.606.394, posicionamento favorável à realização da pesquisa. Solicitou-se a assinatura do termo de assentimento pelos participantes e autorização dos pais para o início da pesquisa. Para garantia do anonimato as transcrições das entrevistas foram identificadas pela abreviatura ADOL, seguida de uma numeração que variou de 01 a 17.

3. RESULTADOS

A partir da realização das entrevistas para diagnóstico situacional, foi possível elaborar os DSC e agrupá-lo em três ideias centrais (IC), estas estruturadas em: os problemas escolares com relação a notas, os problemas familiares e o bullying.

A primeira ideia central aborda as dificuldades vivenciadas no meio escolar, em relação a notas, expectativas dos pais e um improvável futuro, que podem influenciar o surgimento de sentimentos de angústia. Para a construção do DSC dessa IC. Para construção desse DSC participaram: ADOL01, ADOL02, ADOL05, ADOL07, ADOL11, ADOL12.

3.1 IC 1 – Obstáculos no Vivenciar do Ambiente Escolar como Geradoras de Angústias nos Adolescentes

DSC01: Aqui na escola eu vejo muitos alunos se torturando mesmo, porque tipo, por exemplo, não consegue tirar boas notas, não consegue atingir o objetivo, é muito difícil se adaptar a uma questão acadêmica, porque muito dos conteúdos são bem complicados, tipo lógico que é ensino médio, parte do aluno assim, se empenhar ou não numa matéria, mas o triste daqui é que você estuda pra uma coisa, você se dedica, fica só estudando, só estudando, só estudando e acaba esquecendo de outras coisas que são mais importantes do que só estudar. Você pega na prova e você tenta fazer, não consegue e quando chega a nota ela é baixíssima. Isso faz você ficar triste, porque você realmente estudou, você está se dedicando e você vê seu futuro acabando, assim, e você acha que está, de certa forma, decepcionando seus pais ou então não suprindo as expectativas que você cria pra si mesmo. As discrepâncias de nota são normais, mas como a nossa escola é seletiva, as pessoas que vêm pra cá geralmente são acostumadas com notas altas, mas

aqui o nível é bem mais avançado. Então é como uma quebra de expectativas de si mesmo e você acaba se encontrando numa situação tipo “nossa, eu nunca imaginava que eu fosse tirar uma nota tão baixa”, e dá uma sensação de tipo, você não é capaz, e isso pode desencadear sentimentos de depressão.

A segunda IC trata dos problemas vivenciados no meio familiar e que podem ser fatores para o desencadeamento do sentimento negativo. Na construção deste DSC houve a participação de oito adolescentes. Houve a participação dos seguintes adolescentes: ADOL01; ADOL04; ADOL10; ADOL11; ADOL12; ADOL14; ADOL15 e ADOL17.

3.2 IC 2 – Desestrutura nas Relações Familiares no Surgimento do Sofrimento Mental

DSC02: Quando tem uma família muito conturbada, com os pais que não se dão bem, a própria família tem problemas internos, a gente briga com os pais, ou tem algum tipo de chateação, isso faz a gente ficar triste. Acho que principalmente em casa é um grande índice pra desencadear a depressão, pode ser tipo falta de atenção dos pais, porque geralmente os pais tão trabalhando, falta de compreensão dos pais, pelos pais que não acompanham os filhos, ou então eles mesmos meio que julgam os filhos. Tipo, acho que tem pais que exige muito dos filhos e eles não veem que aqui é diferente, que não é porque a nota do seu filho aqui não tá tão boa que ele não tá estudando, a gente se preocupa muito com isso e tem pais que não veem, e tem pais que veem o filho estudando, vê o filho se dedicando e ainda quer cobrar mais. Pode ser também a dor da não aceitação da família, às vezes questão de você ser “hétero” ou homossexual, na sua questão do sexo, do que você gosta, porque você sente que em casa é onde mais vão aceitar você e tudo mais e quando isso não acontece, você vê que nem no seu meio ali de origem você não tá sendo aceito.

A terceira e última IC expõe o bullying, ainda praticado em vários meios, assim como na escola, e que se caracteriza como causa de angústia nos adolescentes. Neste DSC houve a participação de cinco adolescentes. Neste DSC houve a participação dos seguintes pesquisados: ADOL01; ADOL03; ADOL15 e ADOL17.

3.3 IC 3 – O Bullying Velado nas Brincadeiras

DSC03: A questão de bullying eu já sofri muito por eu não se enquadrar no padrão da sociedade, porque querendo ou não sempre rola brincadeiras chatas que um

determinado aluno não gosta, aí falam: “ah, você não tem senso de humor”, “ah, é um brincadeira”, mas nem todo mundo leva isso como uma brincadeira, vai que leva muito para o sentimental da pessoa e porque nem todo mundo é igual, tem uns que são diferentes, tanto parte por esse negócio de estética, também por identidade sexual, orientação sexual, e a questão da homofobia pode gerar o preconceito. Eu tenho colega que é gay, só que não era “aceito”, era muito criticado e sofreu muito, quase cometeu suicídio.

4. DISCUSSÃO

Como exposto no DSC01 existe certa dificuldade entre os adolescentes em cumprir com as expectativas escolares, afetando emocionalmente suas vidas ao ponto de suscitar sentimentos depressivos. O DSC menciona alguns aspectos importantes que acabam contribuindo para o desenvolvimento da depressão no público em questão, relacionados a problemas familiares e à falta de apoio emocional. É fundamental reconhecer o impacto que o ambiente familiar pode ter na saúde mental dos adolescentes e buscar formas de apoio e comunicação aberta dentro da família. Os pais desempenham papel crucial na promoção de ambiente seguro e acolhedor, no qual os filhos se sentem amados, ouvidos e compreendidos.

A formação da identidade e as diversas dinâmicas das relações interpessoais do adolescente, como a família, o grupo de amigos e os relacionamentos afetivos podem gerar uma carga considerável de estresse, tornando-se potencializado quando atrelado a estressores relacionados a educação e expectativas com o futuro, como desempenho acadêmico e questões relacionadas às perspectivas de carreira (VOLLMER et al., 2011).

Diante de todo período de mudanças e desenvolvimento sentem-se pressionados para conseguirem atingir os seus próprios objetivos. A cada vez mais prolongada permanência no seio da família faz com que o processo de transição da dependência para a autonomia se transforme não só numa etapa longa do ciclo de vida dos jovens, mas também numa etapa de grande intensidade sentimental, levando, por sua vez, a uma conflitualidade relacionada com a separação física dos pais (CLAUDINO; CORDEIRO; ARRIAGA, 2016).

Jovens são mais suscetíveis aos sofrimentos emocionais e transtornos mentais, porque nesta fase há muita expectativa e insegurança em relação ao futuro. Além disso, são submetidos a muita pressão sobre decisões importantes que devem ser tomadas cada

vez mais cedo, quando ainda não apresentam experiência e habilidades psíquicas para lidar com frustrações e situações de muita responsabilidade (BRITO, 2018). Estudos apontam níveis elevados de sintomas depressivos em estudantes e sabe-se que a depressão não tem uma única causa definida, sendo uma doença multifatorial, no entanto, levanta-se um questionamento a respeito de um fragmento de responsabilidade das instituições educadoras, o que pode demonstrar a necessidade de análise nas metodologias empregadas, assim como nas propostas de ensino (CAMARGO; CALAIS; SARTORI, 2015).

Evidencia-se tanto na literatura quanto nos discursos dos adolescentes desta pesquisa, a relação dos problemas escolares como possíveis fatores causadores dos transtornos mentais e dentre eles a depressão nesse público, em destaque a problemática do desempenho escolar em relação a notas, salienta-se da relevância da promoção da saúde mental entre os jovens, com foco na prevenção e detecção precoce de transtornos, com a finalidade de oferecer atendimento adequado e diminuir maiores riscos à saúde, que deve ser prioridade pelos atores que estão na gestão pedagógica das escolas.

É importante reconhecer esses desafios enfrentados pelos adolescentes e oferecer-lhes um ambiente de apoio. Os pais, professores e profissionais de saúde devem estar atentos aos sinais de depressão e ansiedade e buscar ajuda adequada quando necessário. A criação de expectativas realistas, a promoção de uma cultura escolar saudável e a preservação de outros aspectos da vida dos adolescentes além do desempenho acadêmico também são importantes para reduzir a pressão e o impacto negativo em sua saúde mental.

Embora o público-alvo tenha sido graduandos, pesquisa realizada com acadêmicos do curso de medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), mostra que o nível de satisfação com o desempenho acadêmico, a frequência de atividades destinadas ao lazer, a falta de apoio emocional e o estresse são fatores de risco para o desenvolvimento de depressão. Ao utilizar o instrumento nomeado Inventário de Depressão de Beck (BDI), os pesquisadores quantificaram que os participantes que empregavam de zero a duas horas semanais para a realização de atividades de lazer ou de cunho extracurricular apresentaram maior escore de BDI quando comparado aos que dedicavam maior quantitativo de horas (CYBULSKI; MANSANI, 2017).

Tão importante quanto trabalhar a inteligência cognitiva dos adolescentes, faz-se necessário trabalhar a inteligência emocional, como forma de lidar com as problemáticas e situações de frustrações presentes no dia a dia. Ter bom nível de

autoconhecimento ajuda a interpretar as próprias emoções, entender o que elas, de fato, querem dizer, fazer conexões com outros traços da sua personalidade, e, então, lidar da melhor forma com elas.

Nota-se ainda que os adolescentes apontam problemas na vivência familiar como possível causa para desencadear a depressão, seja pelas dificuldades de relacionar-se com os pais, ou a ausência dos mesmos, a cobrança pelo aumento do rendimento escolar, ou a não aceitação da orientação sexual. Todas essas situações são frustrantes para os adolescentes e ficam evidenciadas no DSC02.

Os dilemas enfrentados pelos adolescentes não estão relacionados apenas ao aspecto individual, eles percorrem a sociedade, incluindo as vivências no núcleo familiar. A família é vista como o eixo estruturante de qualquer sujeito e tem função fundamental para o indivíduo. Para o adolescente, esta assume cargo excepcional no que se diz respeito ao desenvolvimento, pois é nela que os jovens buscam embasamento e se ancoram para sua formação identitária (SILVA; MADEIRA, 2014).

Corroborando com Beatriz, Araújo e Fernandes (2021) reconhece-se que a família desempenha um papel fundamental no aprendizado e formação de valores. Os pais têm a responsabilidade de educar e orientar seus filhos, assim, a maneira como são criados ainda reflete muito os princípios e valores preestabelecidos culturalmente. Pode-se então observar que os valores transmitidos pelos pais, com base nas influências que eles próprios receberam na infância, influenciam e moldam as formas de educação, ou que, por sua vez, impactam a formação das identidades.

Junior et al (2023) reafirmam a importância do ambiente familiar em que o adolescente está inserido, visto que, quando o ambiente é hostil e permeado por conflitos, tem-se maior probabilidade de que a pessoa desenvolva traumas e torne-se mais suscetível a maus-tratos e a desenvolver relações conflituosas. Em contrapartida, quando os familiares convivem de maneira harmoniosa e estão abertos ao diálogo sobre os problemas enfrentados, observa-se melhora no desenvolvimento de sua inteligência emocional.

Estudo conduzido na China indicou que o efeito da estrutura familiar no desenvolvimento identitário e comportamental dos adolescentes é extremamente complexo. A convivência em um ambiente no qual os pais estão ausentes por longos períodos pode ter um impacto significativamente negativo na saúde mental dos adolescentes. Ainda se constatou que adolescentes chineses provenientes de famílias

disfuncionais apresentaram maior incidência de comportamentos desviantes e sintomas de depressão (YANG; JIANG, 2023),

Posto isso, a saúde mental é influenciada por diversos fatores, incluindo a qualidade das relações interpessoais, especialmente dentro do núcleo familiar. Quando uma estrutura familiar é disfuncional, isso pode afetar a saúde mental de seus membros. Existem várias formas de desestrutura familiar que podem contribuir para o sofrimento mental, seja pela falta de comunicação saudável e apoio emocional. A falta de comunicação adequada pode dificultar a expressão de sentimentos e necessidades, desencadeando pensamentos negativos de incapacidade no adolescente.

Para isto, a manutenção de relações saudáveis no cotidiano das pessoas é algo de grande relevância, já que é apontado como fator promotor em saúde, em razão de detectar os primeiros sinais e na prevenção de recaídas de sofrimentos psicológicos. O bem-estar que esses relacionamentos proporcionam é capaz de fazer o indivíduo interpretar a realidade em que está contido e colaborar com a estruturação de um ambiente equilibrado. Desse modo é ressaltada a importância de que os adolescentes, como também as demais pessoas, vivam em meio a convívios tranquilos, no intuito de prevenir a ocorrência de transtornos mentais (PRADO; BRESSAN, 2016).

Em relação ao aspecto vinculado a cobrança pelo aumento do rendimento escolar, estudos mostram que alunos que são reprovados na série escolar possui maior chance de apresentarem sintomas depressivos quando comparados aos que nunca foram reprovados, isso pode acontecer devido à pressão que o aluno reprovado tem que enfrentar, as críticas familiares, dos professores e dos próprios colegas, fazendo-os assim, passarem a se sentir inferiorizados e incapazes, além do mais, o nível de desempenho escolar pode influenciar as relações familiares (FORLIM; STELKO-PEREIRA; WILLIAMS, 2014; MAHENDRA; MARIN, 2015).

O papel de apoio por parte dos pais pode melhorar o desempenho escolar à medida que é capaz de diminuir ou prevenir incidência de transtornos psicológicos, destacando assim a importância da orientação e colaboração da família na construção do sentimento de segurança para o adolescente e motivação para o mesmo enfrentar suas dificuldades. Quando não há esse suporte da família, os demais relacionamentos sociais do indivíduo podem ser afetados, pois estes tendem a seguir o primeiro modelo vivenciado (FARIA; DOBRIANSKYJ WEBER; TON, 2017).

Outra questão que emergiu no DSC02 foi a não aceitação da orientação sexual, sobre isso pesquisas apontam que os adolescentes homossexuais podem sentir medo da exclusão e da injúria da sociedade, mesmo que já compreendam sua afetividade e sexualidade, podem assumir um comportamento heterossexual por conta da rejeição de seus familiares e amigos. Ao se afastar da sociedade, esconder-se ou negar os próprios sentimentos e desejos, estes podem passar a desenvolver depressão (TEIXEIRA-FILHO; RONDINI, 2012).

Ainda, Teixeira-filho e Rondini (2012) apontam que embora presencie-se na atualidade uma maior e positiva flexibilização quanto aos papéis de gênero, isso torna mais difícil a passagem pela adolescência, especialmente para aqueles que não correspondem ao alinhamento naturalizado entre sexo-gênero-sexualidade, que sustenta a heteronormatividade. Assim, o adolescente homossexual sabe que, além de sua sexualidade ser diferente da de seus colegas, ele não é aceito por seu grupo de amigos, familiares e sociedade em geral, pois ele/ela percebe o modo como é negativamente tratado.

Diante do que foi discutido, fica evidente no discurso dos participantes a real importância das relações familiares como influência de fatores de risco para a depressão, pois esta é como um modelo que os adolescentes tendem a seguir para a sua própria identificação, entretanto, quando há problemas nas relações familiares essas colaboram diretamente para o surgimento do sofrimento, como nos casos de pressão ou não aceitação da orientação sexual, e também indiretamente ao inspirar demais relacionamentos frustrados.

Arelado a tais experiências o *bullying*, evidenciado no DSC03 mostra-se como forma de agressão diariamente presente na realidade escolar e ele é muitas vezes mascarado como brincadeira, no entanto pode se tornar verdadeiramente traumático para o adolescente, que além de estar passando pelas mudanças fisiológicas e emocionais inerentes a faixa etária, precisa ser aceito entre os demais, passando por discriminação de diversas maneiras.

O *bullying* é compreendido como um problema nas relações entre pares, caracterizado pelo desequilíbrio de poder entre as partes, pela intencionalidade e pela repetitividade dos atos de agressão. Ele também pode ser examinado ao tipo de ocorrência, física, verbal ou psicológica, assim como em relação à natureza de suas

manifestações, relativa aos comportamentos, ações e métodos adotados nas agressões, como bater ou usar apelidos pejorativos (OLIVEIRA et al., 2018).

Corroborando com o discurso dos participantes em relação às consequências do *bullying*, em um estudo realizado nas escolas públicas do distrito de Coimbra, com 383 adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos, os resultados indicaram maior evidência de sintomas de estresse, depressão e ansiedade em adolescentes que passaram por experiências de vergonha que se tornaram traumáticas para sua vida. Dentro da realidade do *bullying* há também a promoção do sentimento de vingança, fazendo as vítimas tornarem-se agressores, ainda, adolescentes que assumem a experiência de alvo e de autor do *bullying* com cinco vezes maior chance de desenvolver a depressão quando comparados aos que não são alvo e autor (OLIVEIRA et al., 2018; FORLIM; STELKO-PEREIRA; WILLIAMS, 2014).

Adolescentes vítimas de *bullying*, independentemente do tipo de agressão, sofrem com os sentimentos negativos que são gerados a partir da experiência. Tais sentimentos podem envolver: raiva; vergonha; medo; sentir-se chateado; isolar-se da sociedade; dentre outros que se tornam fatores de risco para ansiedade e depressão, chegando até tentativas de suicídio (SANTOS et al., 2013; TAMAYO CORDOVÍ et al., 2021).

A vulnerabilidade apresentada por adolescentes não heterossexuais, é uma das situações que podem desencadear o *bullying*. Um estudo realizado junto a estudantes do ensino médio em três cidades do Oeste Paulista, revela que foi possível detectar que, os homossexuais da sua amostra apresentaram cerca do dobro de chances de pensar em suicídio e o triplo de chances de tentá-lo, quando comparado aos heterossexuais, pois além daqueles fatores associados a fase da adolescência, há um peso maior naqueles que não se encaixam na heteronormatividade, levando a predisposição de riscos (TEIXEIRA-FILHO; RONDINI, 2012).

A partir da literatura pode-se observar o que havia sido relatado no discurso, a prática do *bullying*, incluindo ser vítima ou autor, pode sim ser considerada fator para o possível desenvolvimento de problemáticas como a depressão, pois está intimamente ligada a formação de sentimento negativos, tristeza, vergonha, dentre outros, capazes de gerar atitudes que venham a ser aspectos determinantes da depressão, como o isolamento.

5. CONCLUSÕES

Identificou-se ao longo da pesquisa, a postura dos adolescentes com relação ao domínio do conteúdo sobre o sofrimento mental e demais tópicos relacionados a essa temática, oportunizando o compartilhamento das experiências vividas e diferentes conhecimentos sobre as relações desses adolescentes com os motivos do estresse psicológico. Ainda oportunizou-se identificar e analisar problemáticas pertinentes à depressão como o experienciar do *bullying*, o baixo rendimento escolar que, não obstante, influencia também nos problemas das relações familiares, além das frustrações geradas devido à orientação sexual. Assim possibilitou-se a discussão e análise sobre saberes e experiências dos adolescentes acerca das dificuldades vivenciadas no cotidiano que levam ao sofrimento mental.

Atenta-se a limitações vivenciadas para a continuidade deste estudo, a restrição da amostra, sendo o estudo feito apenas com estudantes cursando o terceiro ano do ensino médio, visto que seria interessante a realização com os demais alunos para ter um real diagnóstico de gatilhos em alunos do ensino médio que podem levar a depressão. Ainda, houve à dificuldade de reunir-se com o público-alvo, já que estes eram concluintes do ensino médio e estavam se preparando para provas e vestibulares, causando a ideia de interrupção dos horários para estudos dos mesmos, assim como o tempo de pesquisa, com o aumento da quantidade de reuniões seria possível obter ainda mais discursos significativos.

As discussões resultaram em avaliações positivas, abrangendo não apenas o conhecimento teórico, mas também sendo propulsoras da melhoria das relações entre os participantes, fortalecendo sua união e capacidade de compreensão. Foi despertado o sentimento de diversidade e acolhimento para com o outro e a necessidade de atuarem como multiplicadores, disseminando a sensibilização e a vivência adquiridas para toda a sociedade. Espera-se que a pesquisa possibilite reflexões acerca da indispensabilidade de se debater questões tão singulares com adolescentes no âmbito escolar, para assim buscar ações mais eficientes e adequadas a esse público, tendo em vista o quão particular é essa fase da vida.

Para o desenvolvimento de futuras pesquisas, sugere-se a implementação e avaliação de ações em longo prazo, assim como novas investigações e desenvolvimento que possam trabalhar o desenvolvimento de habilidades sociais nesta temática e em outras pertinentes, capazes de empoderar os adolescentes e os tornarem atores de seus cuidados,

visto que são um público, por inúmeras vezes, esquecido dentro das ações de promoção da saúde na Rede de Atenção à Saúde, além de não ser compreendido nos seus ambientes de convívio.

REFERÊNCIAS

- AMARAL, A.P. et al. Depressão e ideação suicida na adolescência: implementação e avaliação de um programa de intervenção. **Global Enf.** V. 19, n. 3, p. 31-35, 2020. <https://doi.org/10.6018/egglobal.402951>.
- BEATRIZ; ARAÚJO, B.; FERNANDES, M. Violência simbólica no campo familiar na (des)estruturação do habitus do adolescente. **Av Enferm**, v. 39, n. 1, p. 112–120, 1 jan. 2021.
- BRITO, D. **Expectativa e insegurança sobre futuro levam jovem a problema mental**. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2018-08/expectativa-e-insegura-quanto-ao-futuro-levam-jovem-problema-mental>. Acesso em: 29 maio. 2023.
- CAMARGO, V. C. V.; CALAIS, S. L.; SARTORI, M. M. P. Estresse, depressão e percepção de suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 32, n. 4, p. 595–604, dez. 2015. <https://doi.org/10.1590/0103-166X2015000400003>
- CLAUDINO, J.; CORDEIRO, R.; ARRIAGA, M. Depressão e suporte social em adolescentes e jovens adultos. Um estudo realizado junto de adolescentes pré-universitários. **Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health**, n. 32, p. 185–196, 2016. <https://revistas.rcaap.pt/millenium/article/view/8402>
- CUNHA, M. I. V. A. et al. Avaliação do impacto de acontecimentos traumáticos na adolescência: validação da Impact of Event Scale-Revised. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 34, p. 249–260, 1 abr. 2017. <https://doi.org/10.1590/1982-02752017000200006>
- CYBULSKI, C. A.; MANSANI, F. P. Análise da Depressão, dos Fatores de Risco para Sintomas Depressivos e do Uso de Antidepressivos entre Acadêmicos do Curso de Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 1, p. 92–101, jan. 2017. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n1RB20160034>
- FARIA, R. R.; DOBRIANSKYJ WEBER, L. N.; TON, C. T. O estresse entre vestibulandos e suas relações com a família e a escolha profissional. **Psicologia Argumento**, v. 30, n. 68, 29 nov. 2017. <https://doi.org/10.7213/psicol.argum.5883>
- FORLIM, B. G.; STELKO-PEREIRA, A. C.; WILLIAMS, L. C. DE A. Relação entre bullying e sintomas depressivos em estudantes do ensino fundamental. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 31, n. 3, p. 367–375, set. 2014. <https://doi.org/10.1590/0103-166x2014000300005>
- JUNIOR, S. C. et al. O impacto de maus-tratos na saúde mental de crianças e adolescentes: revisão integrativa de literatura. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 4, p. 1912–1931, 11 maio 2023. <https://doi.org/10.25110/arqsaude.v27i4.2023-020>
- LEFEVRE, F.; LEFEVRE, A. M. C. Discourse of the collective subject: social representations and communication interventions. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 23, n. 2, p. 502–507, jun. 2014. <https://doi.org/10.1590/0104-07072014000000014>

MAHENDRA, F.; MARIN, A. H. Ambiente familiar e desempenho escolar: uma revisão sistemática. **Psicologia da Educação**, n. 40, p. 41–57, 1 jun. 2015. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1414-69752015000100004&script=sci_abstract

OLIVEIRA, W. A. DE et al. Modos de explicar o bullying: análise dimensional das concepções de adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 3, p. 751–761, mar. 2018. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018233.10092016>

OPAS/ **Saúde mental dos adolescentes - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde**, 2023. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>

PRADO, A. L.; BRESSAN, R. A. O estigma da mente: transformando o medo em conhecimento. **Revista Psicopedagogia**, v. 33, n. 100, p. 103–109, 2016. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0103-84862016000100012

SAMPAIO, L. R. .; OLIVEIRA, L. C. de .; PIRES, M. F. D. N. Empatía, depresión, ansiedad y estrés en Profesionales de la Salud Brasileños. **Ciencias Psicológicas**, [S. l.], v. 14, n. 2, p. e–2215, 2020. DOI: 10.22235/cp.v14i2.2215. <https://doi.org/10.22235/cp.v14i2.2215>.

SANTOS, L. C. DE S. et al. A cultura bullying na escola a partir do olhar das vítimas. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 13, n. 1, p. 27–40, 2013. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=451844510003>

SILVA, J. C. E et al. Pesquisa-ação: concepções e aplicabilidade nos estudos em enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 64, n. 3, p. 592–595, jun. 2011. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672011000300026>

SILVA, L. de L. T.; MADEIRA, A. M. F. Tentativa de autoextermínio entre adolescentes e jovens: uma análise compreensiva. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S. l.], 2015. DOI: 10.19175/recom.v0i0.760. <https://doi.org/10.19175/recom.v0i0.760>

STREHLOW, B. R.; DAHMER, L.; DE OLIVEIRA, T. B.; FONTANA, R. T. Percepção dos usuários sobre os grupos de educação em saúde do pet - vigilância em saúde Patients' perception of groups on health education of pet health surveillance. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 4243–4254, 2016. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2016.v8i2.4243-4254>

TAMAYO CORDOVÍ, A. et al. Factores de riesgo asociados a intento suicida en adolescentes. Unidad de cuidados intensivos pediátricos. 2018-2019. **Multimed**, v. 25, n. 3, 1 jun. 2021. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182021000300002

TEIXEIRA-FILHO, F. S.; RONDINI, C. A. Ideações e tentativas de suicídio em adolescentes com práticas sexuais hetero e homoeróticas. **Saúde e Sociedade**, v. 21, p. 651–667, 1 set. 2012. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902012000300011>

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-ação**. 18.ed. – São Paulo: Cortez, 2011.

VOLLMER, C. et al. Association Among School-related, Parental and Self-related Problems and Morningness-Eveningness in Adolescents. **Stress and Health**, v. 27, n. 5, p. 413–419, 16 fev. 2011.

YANG, Y.; JIANG, J. Influence of family structure on adolescent deviant behavior and depression: the mediation roles of parental monitoring and school connectedness. **Public Health**, v. 217, p. 1–6, abr. 2023. <https://doi-org.ez292.periodicos.capes.gov.br/10.1016/j.puhe.2023.01.013>