

A photograph of three diverse teenagers standing outdoors at dusk. On the left is a young man with short brown hair, wearing a purple hoodie and a black backpack. In the center is a young woman with long, wavy brown hair, wearing a green hoodie. On the right is a young man with curly dark hair, wearing a purple hoodie and a blue backpack. They are all smiling and looking towards the camera. The background shows a building and trees under a twilight sky. The image has a color gradient overlay, transitioning from green on the left to purple on the right.

ADOLESCÊNCIA DESCOMPLICADA:

**Um Guia Colaborativo
Todos Juntos na Aprendizagem.**

APRESENTAÇÃO

Olá! Que bom que você chegou! Seja bem-vindo(a) a esta jornada de conhecimento sobre um universo que muitos de nós já fizemos, ou ainda fazemos parte: a adolescência. Neste livro, iremos abordar alguns aspectos que envolvem essa fase e seus desdobramentos, com o objetivo de auxiliá-lo(a) a compreender melhor esse universo e aprender a lidar com situações cotidianas comuns aos adolescentes, que necessitam de um olhar mais amplo e acolhedor por parte dos adultos ao seu redor. A ideia é ajudá-los a atravessar essa etapa da vida de maneira que se sintam amparados, cuidados e, principalmente, ouvidos.

Convidamos você a nos acompanhar pelos próximos capítulos e conhecer um pouco mais sobre essas situações e as questões que as cercam. Vamos começar? Aproveite a leitura!

AGRADECIMENTOS

Este livro é resultado de muita dedicação, trabalho e esforço. Os agradecimentos vão, em primeiro lugar, de modo especial, a todos os envolvidos no desenvolvimento desta obra. Sem as mãos amigas de vocês, este projeto não seria possível. Agradecemos também, de modo especial, a todos os adolescentes que estiveram conosco durante os encontros e que se dispuseram a abrir suas vivências. É por eles e para eles que este projeto emergiu.

A todos, o nosso muito obrigado.

Cordialmente, Autores: Lilian Mendes, Mayra Abrahão, Thalita Oliveira, Vitor Teodósio e Vitória Gomes. Professor Orientador: Josafá Lima de Souza.



A ADOLESCÊNCIA

Se você chegou até aqui, é porque em algum momento o tema adolescência atravessou a sua vida. Vamos falar um pouco sobre essa fase tão famosa de forma clara e objetiva. Depois de muito estudo, pesquisa, dedicação e trocas com esse público, o qual foi amplamente discutido e questionado ao longo das gerações, o objetivo deste livro é trazer um pouco de luz aos percalços enfrentados por todos os envolvidos nesse processo de aprendizado.

Para começar a entender melhor o assunto, a primeira pergunta que nos veio à mente foi: Afinal, o que é adolescência? Sabemos realmente como definir esse termo?

Para dar luz a essa discussão, vamos falar sobre esse fenômeno que todo ser humano atravessa na vida, onde a infância vai ficando para trás e a vida adulta começa a se aproximar. Esse é um dos fatores que torna a adolescência, como afirma Thompson (2017, p. 19), uma fase turbulenta, cheia de desafios, mudanças e responsabilidades, com conflitos familiares que não eram comuns durante a infância.

O Estatuto da Criança e do Adolescente considera como adolescente indivíduos entre 12 e 18 anos, enquanto a OMS (Organização Mundial da Saúde) define esse período entre 10 e 19 anos (Caroni e Bastos, 2015).

Não há quem passe por essa fase sem questionar “qual é sua função na humanidade”, afinal, passa a ser chamado a uma nova gama de responsabilidades e questões as quais ainda não lhes eram impostas, sem contar a grande transformação física, hormonal e social que é imposta ao indivíduo durante esse período em que aparecem tantos conflitos, sejam eles sociais, culturais, familiares e/ou emocionais.

Vale lembrar que durante a adolescência o indivíduo, passa pela puberdade na qual ocorre também mudanças fisiológicas e anatômicas, quando termina essa fase da puberdade o sujeito perde as características de um corpo infantil. Logo, vê-se o que era uma criança se tornar um adolescente, que além de um novo corpo, assume novas responsabilidades. Esses fenômenos trazem uma nova visão de si mesmo e do outro. (Caroni e Bastos 2015).

É uma fase de adaptações e transformações que não pode ser atravessada sem que surjam conflitos, dificuldades e percalços. Assim, questões relacionadas a adaptação do novo corpo, a uma nova vida, a uma sociedade a qual exige cada vez mais dos adolescentes, com uma padronização criada pelo consumo. Padronização esta que todos querem de ter seu lugar e se encaixar de alguma forma.



A ADOLESCÊNCIA NA CONTEMPORANIDADE

O conceito de adolescência, como o entendemos atualmente, é relativamente recente. Até algumas décadas, essa fase era apressadamente superada, com os jovens sendo rapidamente direcionados a assumirem responsabilidades adultas, como trabalharem e formarem famílias. A palavra "adolescência" deriva do latim "adolescere", que significa crescer, e começou a ser usada para descrever essa etapa do desenvolvimento humano em 1904, pelo psicólogo Stanley Hall. Historicamente, até o século XVIII, a adolescência era confundida com a infância e a puberdade não era vista como um marco para essa transição. Na Grécia Antiga, jovens passavam por um treinamento cívico e militar, enquanto na Roma Antiga a educação era prática e focada em preparar os jovens para suas futuras funções na sociedade. Durante a Idade Média, crianças e adolescentes eram considerados adultos em miniatura, aprendendo as tarefas dos adultos em suas comunidades. Com o crescimento das cidades no século XIX e as mudanças sociais decorrentes da industrialização, as relações entre indivíduos tornaram-se mais complexas e menos familiares. A adolescência passou a ser reconhecida como uma fase distinta do desenvolvimento humano devido a transformações sociais, culturais e políticas que ocorreram nos séculos XIX e XX. Essa evolução permitiu uma nova compreensão da adolescência como um período crucial de formação de identidade e preparação para a vida adulta (Schoen-Ferreira, 2010)

Desse modo, ao falarmos da adolescência na contemporaneidade, podemos observar que vem sendo construída de uma maneira muito diferente de antes. Hoje, a adolescência tem se prolongado cada vez mais, assim como também as relações entre pais e filhos tem se estabelecido de forma mais aberta ao diálogo e a forma de aceitação das escolhas que são feitas. Contudo, um fato que não podemos ignorar é que antes tudo era preestabelecido, o jovem estudava, se empregava, casava e em seguida saía da casa dos pais. Essa dinâmica familiar mudou, pois houve um prolongamento desta fase pela dificuldade da obtenção de emprego, além de uma maior quantidade de tempo nos estudos, fazendo desses fatores os principais motivos para essa mudança. (Salles 2005).

Outro fator a destacar, é que a tecnologia tem entrado de forma assustadora, desde a mais tenra infância e isso pode trazer muitos prejuízos na adolescência, já que os bens de consumo e a visão deturpada das redes tem exercido sobre o mundo uma influência de forma abrupta ao adolescente, visto que esses são mais suscetíveis, em comparação aos adultos, a assimilar opiniões e estabelecer vínculos nos quais não exista segurança para uma formação mais racional da subjetividade.

Nesse ponto é que a psicologia entra como aliada para a tão grande necessidade de escuta e acolhimento desses jovens como uma forma de captar os maiores sofrimentos e discuti-los de forma descontraída e acolhedora.





A MEDICALIZAÇÃO DA VIDA

Quais as fronteiras que definem o normal e o patológico no contexto da infância e juventude? Nos últimos anos tem aumentado de forma exponente a quantidade de diagnósticos para crianças e adolescente. Além disso, tem aumentado também o número de sujeitos identificados como necessitantes de educação especial, como transtorno do espectro autista, e outras categorias de transtornos que têm vínculos com questões comportamentais, como o TDAH, ou escolares, como os transtornos específicos de aprendizagem (Oliveira, 2020).

De acordo com oliveira, Rocha e Cavalcante (2014), apontam que diagnosticar hoje em dia se tornou uma tarefa “fácil”, já que com a ampliação da internet e dos meios de comunicação, a busca por uma hipótese diagnóstica está a um click de distância. O problema disso é que os sintomas passam a compor quadros patológicos ao invés de pistas a serem investigadas a fim de uma melhor compreensão do sujeito. Ainda de acordo com Oliveira, Cordeiro, Yaegashi e Oliveira (2014) aponta que se a avaliação centrar seu olhar no comportamento do sujeito, corremos o risco da simplificação. Se, por exemplo, um aluno possuir dificuldades em lógica-matemática e dificuldades associadas à atenção poderá facilmente ser avaliado como possível aluno com TDAH ou discalculia. Simplificando os fenômenos e as manifestações, estamos negando a complexidade que constitui as questões do desenvolvimento humano e as manifestações de interação social.

Conforme Oliveira (2020), Moyses (2008, p. 3) nos salienta que “O que escapa às normas, o que não vai bem, o que não funciona como deveria. Tudo é transformado em doença, em problema biológico e individual”. A normatização da vida e neste caso, da infância, tem solo fértil no território educacional. “Medicalizar a educação, transformando os problemas pedagógicos e sociais em questões biológicas e patológicas” (MOYSES, 2008, p. 11).

O aluno que não aprende ou que encontra alguma dificuldade em seu processo de ensino e aprendizagem, logo é taxado como “aluno problema”, já que não se encaixa e não segue o “padrão” dos outros alunos. A medicalização desses adolescentes ocorre quando somos incapazes de olhar o todo: as deficiências do nosso atual sistema de ensino, o esgotamento e sucateamento dos professores, o cansaço e a falta de tempo dos pais e cuidadores. Tudo isso influencia no desenvolvimento e na aprendizagem da criança e do adolescente. Mas como ninguém está disposto a se implicar e a assumir sua responsabilidade sobre esse sujeito em formação é mais fácil o diagnóstico, pois a partir do diagnóstico o sujeito é reduzido a ele, e deixa de ser então responsabilidade da escola, dos professores e dos pais, porque qualquer “problema” ou dificuldade que esse aluno enfrente é jogado na conta do diagnóstico. E o aluno passa então a ser visto como o aluno que tem X ou Y transtorno, reduzindo a complexidade do desenvolvimento deste sujeito a um diagnóstico, contribuindo assim para a patologização de medicalização de dificuldades e comportamentos que por vezes possuem uma explicação se analisados em seu contexto social e familiar (Oliveira, 2020).

PSICOLOGIA E ADOLESCÊNCIA: UMA VISÃO AMPLIADA

Analisando pela Ótica da Gestalt-Terapia, conforme escreveu (Baroncelli 2012), podemos dizer que a leitura sobre a adolescência na visão da Gestalt-terapia precisa ser flexível e profunda o suficiente para evitar os seguintes erros teóricos: tratar o desenvolvimento do adolescente como algo natural, sem levar em conta os aspectos históricos e contextuais; generalizar e universalizar características, desconsiderando a singularidade de cada experiência; e, por fim, o que é essencial: evitar uma visão limitada que reproduz ideias teóricas dominantes sobre a adolescência, tanto na academia quanto na sociedade, ignorando os aspectos simplistas e rígidos dessas ideias, que vão contra os princípios básicos da Gestalt-terapia.

Segundo uma visão psicanalítica é importante criar um espaço em que os papéis e os limites entre as pessoas, especialmente entre adultos e adolescentes, estejam bem claros. Isso ajuda o adolescente a se desenvolver de forma saudável, reconhecendo as diferenças e recebendo cuidado e proteção. Também temos de abordar a importância dos limites na formação da mente, usando a ideia psicanalítica de "castração", que não significa algo literal, mas sim a aceitação de que somos incompletos. Essa aceitação permite que surja o desejo de crescer e buscar novas experiências.

A TCC (Terapia Cognitivo-Comportamental) ressalta a importância das experiências sociais, do processo de aprendizagem ao longo do desenvolvimento do sujeito, assim como a forma do indivíduo processar as informações e emoções experimentadas durante essa fase da vida. Desse modo, é importante durante este momento, agir como um tutor para esse sujeito, oferecendo-lhe o suporte necessário para conseguir manejar os desafios que esse período da vida apresenta, criando estratégias e habilidades que propiciem uma melhor adaptação do indivíduo durante essa fase da vida, entendendo que esse ser humano ainda está em formação e por vezes precisará de limites que balizem essa formação (Moreira, 2020).

ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

Nas pesquisas feitas pelo viés psicanalítico, Freud ressaltou que a separação da autoridade dos pais é um dos principais desafios enfrentados na adolescência. Esse processo ocorre de maneira gradual, com altos e baixos. Para os pais, é essencial compreender que, apesar das negativas constantes dos filhos, suas opiniões e orientações devem ser mantidas com firmeza e consistência. Isso não significa que suas ideias sejam inquestionáveis, mas sim que foram pensadas de forma cuidadosa e devem ser revistas com o mesmo nível de reflexão (Alberti, 2024)

Em uma busca constante, os pais podem estar se confundido muitas vezes de serem os melhores amigos dos filhos e acabam por esquecerem de que eles são as figuras de autoridade e por mais que essa relação de melhores amigos tenha sido construída é muito importante estabelecer limites, como citado anteriormente, para seus filhos e isso tem ficado de lado.

A grande dificuldade em dar limites, tem surgido em constante dentro da clínica, mesmo com todas as dificuldades e questionamentos que o adolescente traz quando lhe é imposto um limite, ele deve ser colocado. Os papéis devem ser claros dentro da dinâmica familiar: quem é pai e mãe, quem é filho. Considerado ser um fator ordenador e estruturante do aparelho psíquico. (Ayub e Macedo 2011).

Essa dinâmica também se aplica ao ambiente escolar, onde as experiências de apoio e vulnerabilidade são cruciais nas interações familiares e educativas durante a adolescência. Nesse cenário, o contexto social impõe desafios que exigem que os adolescentes mobilizem recursos psíquicos para enfrentar diversas situações. Isso resulta na identificação de uma categoria fundamental: a necessidade de recursos psíquicos, que são essenciais para o processo de ressignificação da identidade (Ayub, 2009).

Criar esse ambiente saudável e respeitoso pode parecer um grande desafio, tanto para escola como para família, entretanto isso pode ser construído de maneira gradativa, até que a confiança e respeito sejam resgatados, pois isso muitas vezes já se perdeu. Escutá-los sem julgamento e falar com pontualidade.

A adolescência é uma fase desafiadora do desenvolvimento marcada por mudanças físicas, emocionais e sociais, que causam impacto tanto ao adolescente quanto aos cuidadores. A Terapia Cognitivo-Competitiva (TCC) traz em sua abordagem alguns pontos que vêm como marco nessa fase.

O primeiro ponto é a busca pela identidade a qual é um aspecto central da adolescência, visto que muitos jovens enfrentam inseguranças sobre quem são, o que pode consequentemente levar a uma baixa autoestima. A necessidade de aceitação social também pode levar a comportamentos de risco e ansiedade. O desejo de ser aceito muitas vezes causa conflitos internos, causando flutuações hormonais, e podem resultar em alterações de humor, tornando a gestão emocional um desafio.

Melucci (1997) afirma que a adolescência é a idade da vida em que se começa a enfrentar o tempo como uma dimensão significativa e contraditória da identidade. Nesta idade, o futuro é visto como um conjunto de possibilidades, prevalecendo sua orientação. Essas possibilidades podem se tornar fantasmas, por não haver tempo para realizá-las.

Também podemos citar a busca por autonomia, que pode criar tensões nas relações familiares, complicando a comunicação entre os filhos com seus pais ou cuidadores. A cobrança excessiva vinda dos pais causa nos adolescentes a ansiedade em querer ser independente e ao mesmo tempo, ter medo da transição para as responsabilidades da vida adulta. A ansiedade sobre o futuro, incluindo escolhas educacionais e profissionais, é uma preocupação frequente.

Em virtude de o autoconhecimento ser uma habilidade para a vida, pode ser aprendido ou aprimorado em qualquer etapa do ciclo vital. No entanto, quanto mais cedo o indivíduo o desenvolve, mais chances ele tem de enfrentar de forma positiva e adaptativa os desafios da vida cotidiana (Who,1997).

Assim, oferecer estratégias para ajudar os adolescentes a enfrentarem esses desafios pode ser um ponto a ser trabalhado pelos pais e escolas, principalmente quando contam com o apoio de um psicólogo. O auxílio aos jovens para identificar e desafiar pensamentos negativos, pode promover uma visão mais realista e positiva de si mesmo. Os desafios enfrentados na adolescência são complexos, mas com o apoio adequado e incentivo dos pais, é possível transformar os desafios em oportunidades de crescimento e autoconhecimento.

A adolescência é um período com características próprias, no qual o sujeito necessita de delimitações para exercitar a busca de si mesmo, responder para si a questão: quem eu sou? Nesta, é produzida uma angústia inerente ao processo da adolescência, dado que, ao longo deste, ocorrem mudanças físicas, tais como o crescimento dos seios e do pênis, por exemplo, e psíquicas, como a capacidade de pensamento abstrato e sentimento de perda que são sensações bastante específicas desta fase, com situações e peculiaridades próprias experienciadas por qualquer adolescente. Na adolescência, surgem novas experiências e desmoronam velhas certezas (Erikson, 1993; Jeammet, 1994; Rappaport & cols., 1993; Rassial, 1997).

Nos dias atuais a adolescência é considerada um processo cada vez mais longo, pois não se trata mais de pensá-la como faixa etária e sim como forma de lidar com os acontecimentos subjetivos de sua existência. As experiências da infância praticamente estão desaparecendo com as imposições da mídia, do consumo e da publicidade, que fazem as crianças cada vez mais próximas do mundo adolescente e adulto. Essa proximidade faz com que o adolescente contemporâneo viva uma adolescência prolongada. O que está ocorrendo para que aconteçam estas mudanças? O que vivemos agora é a expressão da pluralidade e da diversidade dos modos de vida que provocam, no adolescente, um sentimento de insegurança e de incerteza quanto às suas necessidades e à possibilidade de realizá-las na relação com o mundo. Isto suscita um mal-estar que, em alguns casos, gera novas síndromes psicopatológicas, caracterizadas como stress, fobia, bulimia, alterações do sono e depressão. (MELO, Anna Karynne da Silva; MOREIRA, Virginia. 2008)

É interessante pensar sobre o diagnóstico dessas novas síndromes a partir da ideia de Bergeret (1988), que indica a existência da dificuldade do clínico em classificar os fenômenos psicopatológicos na adolescência, por se tratar de um período de potencial estrutural, ou seja, não se tem a definição estrutural do sujeito para que se possa realizar uma definição válida da psicopatologia. Essa dificuldade torna-se ainda mais complicada, quando se traz à tona a discussão de normalidade e anormalidade. Para este autor, esses conceitos não podem ser entendidos por aquilo que é da ordem do coletivo, do ideal ou do que é comum a todos, estatisticamente apontado. Normal e patológico está em relação ao modo como o sujeito supera ou não supera os seus conflitos, "... um sujeito que conserva em si tantas fixações conflituais como tantas outras pessoas..." (p.21).

A partir desta perspectiva apresentada, é possível utilizar algumas técnicas e estratégias para que seja possível compreender e auxiliar este público que passa por este momento tão rico e complicado que é a adolescência, sendo estas:



EXERCÍCIOS DE PRESENÇA

1

Reflexão

Lembrar da conversa

2

Análise

Examinar expectativas

3

Reconsideração

Repensar palavras

4

Negociação

Cuidar das necessidades

EXERCÍCIO 03 – AS PALAVRAS E A MELODIA SÃO UM CONVITE

1. Puxe em sua memória uma de suas últimas conversas "conflituosas". Qual era o tema da conversa?
2. Como você entrou nesse diálogo? (Aflito, irritado, calmo...)
3. Como seu interlocutor soube que você entrou dessa forma?
4. Qual era a sua expectativa sobre seu interlocutor?
5. Qual era a expectativa de seu interlocutor sobre você nessa conversa?
6. Repassando esse diálogo em sua cabeça, como você escolheu as palavras para essa conversa? De forma ríspida ou mais gentil?
7. Se você pudesse trocar algumas palavras, quais palavras você trocaria?... Existiria outra forma de dizer o que você gostaria? (ALMEIDA, Gabriela Franco de; ABRÃO, Larissa Guimarães Martins, 2020)

EXERCÍCIO DE PRESENÇA 04 – ATENÇÃO ÀS EXPECTATIVAS E ÀS POSIÇÕES

- A) Escolha uma conversa conflituosa para repensar aqui, talvez possa ser a mesma da conversa escolhida no exercício 03. Como a sua expectativa te coloca lentes para enxergar esse outro?... Que lentes são essas?
- B) Quais necessidades suas te ajudaram a construir essas lentes?
- C) Qual lugar você estabelece para essa pessoa existir?
- D) Como é o conforto desse lugar para você e para ela?
- E) Negocie essa expectativa com você: como você poderia cuidar melhor dessas suas necessidades mencionadas no item B)? (ALMEIDA, Gabriela Franco de; ABRÃO, Larissa Guimarães Martins, 2020)

Para concluir, estas são algumas técnicas oferecidas pela abordagem fenomenológica a fim de auxiliar nas questões abrangentes ao universo dos adolescentes e facilitar a relação entre responsáveis e educadores com os adolescentes.

Conclusão

Bom, estamos chegando ao fim da nossa conversa... Construir este e-book e poder compartilhá-lo com vocês foi uma grande e incontestável experiência. Ao longo de cada página escrita, não consta somente o conhecimento coletado através dos encontros, das pesquisas e leituras, mas também a vivência adquirida ao longo dos meses imersos neste trabalho, dedicando tempo, estudo, esforço e, mais ainda, a vontade de entregar a vocês uma parte significativa deste projeto tão sonhado.

Esperamos que vocês tenham gostado de nos acompanhar ao longo de cada capítulo, e que esta obra possa contribuir no dia a dia de cada um, facilitando a dinâmica da vida com os adolescentes e permitindo que um olhar mais acolhedor a este público possa surgir e se propagar para aqueles que passam por esta fase da vida, como também aos que já passaram, e aos que ainda vão passar por este universo incrível e repleto de singularidade.

Em nosso site, abordaremos os temas mais discutidos nos encontros que tivemos com os adolescentes durante esse período, como ansiedade, bullying, depressão, entre outros. Para entender sobre as emoções e saber identificá-las, é muito importante que todos sejam ouvidos. E, para isso, continuemos essa conversa em nosso site. Faça-nos uma visita:

<https://deixaeusoltaraminhavoz.com/>

Até breve!

Referências:

1. AYUB, R. C. P. (2009). O olhar de psicanalistas que escutam a adolescência: singularidades da clínica atual (Dissertação de Mestrado). Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
2. ALBERTI, S. O Adolescente e o outro (2004). A Clínica Psicanalítica com Adolescentes: Especificidades de um Encontro Analítico Renata Cardoso Plácido Ayub & Mônica Medeiros Kother Macedo
3. Adolescência e autonomia: conceitos, definições e desafios; Mariana Malheiros Caroni1 Olga Maria Bastos
4. Infância e adolescência na sociedade contemporânea: alguns apontamentos; Leila Maria Ferreira SALLES
5. ADOLESCÊNCIA: FENÔMENO SINGULAR E DE CAMPO, Lauane Baroncelli5.
6. Bock, A. M. B.. (2007). A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores. *Psicologia Escolar E Educacional*, 11(1), 63–76. <https://doi.org/10.1590/S141385572007000100007>
7. Ferreira, I. M. F., Barletta, J. B., Mansur-Alves, M., & Neufeld, C. B.. (2022). DO AUTOCONHECIMENTO AO AUTOCONCEITO: REVISÃO SOBRE CONSTRUTOS E INSTRUMENTOS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES . *Psicologia Em Estudo*, 27, e49076. <https://doi.org/10.4025/psicolestud.v27i0.49076>
8. Moreira, Ana Paula. Adolescência e a Terapia Cognitivo-Comportamental. CETCC, São Paulo, 05 de jun. de 2020. Disponível em: <https://www.cetcc.com.br/blog/33/Adolescência+e+a+Terapia+Cognitivo-Comportamental>. Acesso em:26 de Set. de 2024.
9. Schoen-Ferreira, T. H., Aznar-Farias, M., & Silveiras, E. F. de M.. (2010). Adolescência através dos séculos. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 26(2), 227–234. <https://doi.org/10.1590/S010237722010000200004>
10. Oliveira, Anié Coutinho, Silva, Carla Maciel da, Batista, Claudio Roberto. (2020). INFÂNCIA E MEDICALIZAÇÃO DA VIDA: UMA ANÁLISE SOBRE A PRODUÇÃO DIAGNÓSTICA E SEUS NEXOS COM OS PROCESSOS DE ESCOLARIZAÇÃO. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, Vol. 15, Nº. Extra 5, 2020, páginas 2803-2819. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8083075> . Acessado em: 06 de Out. De 2024.
11. World Health Organization(WHO). (1997). Promoting health through schools Report of a WHO Expert Committee on Comprehensive School Health Education and Promotion (WHO Technical Report). Geneva, SW.
12. MELO, Anna Karynne da Silva; MOREIRA, Virginia. Fenomenologia da queixa depressiva em adolescentes: um estudo crítico-cultural. *Aletheia*, n. 27, Canoas, jun. 2008.
13. Rappaport, C. R., & cols. (1993). Adolescência: uma abordagem psicanalítica. São Paulo: EPU.13.
14. Erikson, E. H. (1976). Identidade, juventude e crise. Rio de Janeiro: Zahar.14.
15. Rassial, J. J. (1997). A adolescência como conceito da teoria psicanalítica. Em: Associação Psicanalítica de Porto Alegre (pp.45-72). Porto Alegre: Artes Ofício.
16. Jeammet, P. (1994). Adolescence et processus de changement. Em: D. Widlöcher (Org.), *Traité de Psychopathologie*. Paris: Presses Universitaires de France.
17. Bergeret, J. (1988) A personalidade normal e patológica. Porto Alegre: Artes Médicas.17.
18. ALMEIDA, Gabriela Franco de; ABRÃO, Larissa Guimarães Martins. Tornar-se terapeuta: exercícios de presença e escuta. Uberlândia: [s.n.], 2020. E-book com distribuição gratuita. Disponível em: <http://www.nossogabinete.com>. Acesso em: 13 out. 2024.