

## **PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE JOVENS EM FASE DE VESTIBULAR POR MEIO DA PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL**

**Marcelino Viana da Silva Neto**

Doutorando, CIEC, Instituto de Educação  
Universidade do Minho, Braga, Portugal  
marcelinovsneto@gmail.com

**Andrea Stopiglia Guedes Braide**

Docente da Escola de Saúde Pública do Ceará  
Brasil

**andreasbraide@gmail.com**

Zélia Ferreira Caçador Anastácio  
Docente CIEC, Instituto de Educação  
Universidade do Minho, Braga, Portugal  
zeliarf@ie.uminho.pt

*Received: 11 febrero 2023*

*Revised: 16 febrero 2023*

*Evaluator 1 report: 15 marzo 2023*

*Evaluator 2 report: 08 abril 2023*

*Accepted: 19 abril 2023*

*Published: junio 2023*

### **RESUMO**

O presente trabalho visa apresentar uma perspectiva de cuidado e atenção à saúde mental de jovens em fase de escolhas profissionais e preparação para as seleções de acesso à Universidade no Brasil por meio de um trabalho vivencial a partir de Psicomotricidade Relacional de Andre Lapierre, que vem destacando-se como um método essencial à compreensão do ser humano na sua globalidade e largamente utilizada como trabalho de desenvolvimento de habilidades e competências socioemocionais, imprimindo qualidade pessoal nas ações e atitudes nas organizações educacionais. O desenvolvimento do trabalho ocorreu de forma interatuante com a gestão e o projeto pedagógico da escola e enquadra-se em uma pesquisa qualitativa com análise de conteúdo pautada na observação e nas fichas de escrita livre denominadas *fichas de análise do vivido*. Foram realizadas 5 sessões/ano no ano de 2019 com intervalo de 2 meses de um momento para o outro. Os 30 participantes tinham de 16 a 18 anos e cursavam a 3ª série do Ensino Médio em uma escola particular da cidade de Fortaleza, fazendo parte das duas turmas terceiranistas da instituição. Ao final do trabalho, nas turmas participantes de pré-universitário (série final do ensino básico), aproximadamente 85% dos alunos afirmaram que a prática beneficiou a saúde mental para os desafios da fase da vida pessoal e escolar, a qual incluía as seleções para as Universidades e o início de uma nova fase de desenvolvimento. Observou-se que a Psicomotricidade Relacional é um método

## PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE JOVENS EM FASE DE VESTIBULAR POR MEIO DA PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL

o qual, a partir de suas nuances de intervenção, contribuiu para a promoção da qualidade das relações no ambiente educacional, assim como valorizou, durante o trabalho, a saúde mental de maneira profilática, melhorando as habilidades dos estudantes em fase pré-universitária para os desafios vigentes, fortalecendo ainda, por meio da ludicidade e da escuta ativa, as estratégias de autoconfiança para os estudos.

**Palavras-chave:** educação; saúde mental; psicomotricidade relacional

### ABSTRACT

**Promotion of mental health of young people in the university entrance examination phase through relational psychomotricity.** The present work aims to present a perspective of care and attention to the mental health of young people in the phase of professional choices and preparation for the selections of access to the University in Brazil through an experiential work from Relational Psychomotricity of Andre Lapierre, which has been highlighted as an essential method for understanding the human being in its entirety and widely used as a work of development of socioemotional skills and competencies, imprinting personal quality in the actions and attitudes in educational organizations. The development of the work occurred interactively with the management and the pedagogical project of the school and fits into an action-research. There were 5 sessions/year in the year 2019 with an interval of 2 months from one moment to the other. The 30 participants were aged 16 to 18 years old and attending the 3rd grade of high school in a public school in the city of Fortaleza, being part of the two third-year classes of the institution. At the end of the work, in the participating pre-university (final grade of basic education) classes, 85% of the students stated that the practice had benefited their mental health for the challenges of the phase of personal and school life, which included selections for Universities and the beginning of a new phase of development. It was observed that the Relational Psychomotricity is a method which, from its nuances of intervention, contributed to the promotion of the quality of relationships in the educational environment, as well as valued during the work, the mental health in a prophylactic way, improving the skills of students in pre-university phase for the current challenges, strengthening still, through playfulness and active listening, the strategies of self-confidence for the studies.

**Keywords:** education; mental health; relational psychomotricity

### INTRODUÇÃO

O mundo tem passado por mudanças significativas ao longo das últimas décadas, especialmente, em virtude da globalização crescente e da velocidade impulsionada pelas evoluções tecnológicas no que diz respeito ao acesso a informações e a transformações nas dinâmicas de convivência pessoal e com o trabalho. As sociedades saíram de períodos de certezas na formação do século XX sobre a condução da vida para períodos de completas incertezas.

*Este problema é abordado pelo conceito conhecido como o mundo VUCA (Volatility, Uncertainty, Complexity, Ambiguity), que enfatiza a importância de lidar com este caos, assumindo que o mundo é volátil, incerto, complexo e ambíguo, aceitando a adversidade e respondendo através de sistemas e processos cada vez mais rápidos e eficientes (Pestana, 2022, p. 10)*

Essa visão de incertezas contempla todos os cenários e idades, desde o processo escolar mais exigente e focado no desenvolvimento de habilidades para decisões importantes em idades imaturas até ao mercado de trabalho envolvendo inúmeras exigências para que a pessoa consiga manter e ampliar os espaços profissionais na competição cotidiana. A partir desse pensamento, uma preocupação foi levantada: como estariam as emoções dos jovens em fase final da educação básica, em processo de escolha profissional?

Considera-se que a geração de nativos digitais, nascidos no século XXI, possui uma vivência embarcada na vida online, passando por situações bem distintas das gerações anteriores.

*Essa geração nasceu, cresceu e se desenvolveu em um período de grandes transformações tecnológicas e, por suas correlações com esse meio digital, adquiriram competências e habilidades que lhes permitem desenvolver diferentes atividades a partir desses novos meios de comunicação tecnológica (Coelho, 2012, p. 90).*

Ao mesmo tempo em que uma geração nasce com essa visão digital, as gerações anteriores sentem dificuldade em lidar com essa nova lógica, necessitando de se reorganizar emocionalmente para o diálogo com os antecessores.

Nessa organização social, a geração atual apresenta visões diferentes, não se prendendo, por exemplo, a profissões tradicionais e projetando liberdade e autonomia. No entanto, há evidentemente um conflito de pensamento com os pais, os quais, em algum momento, buscaram capacitar-se para uma possível estabilidade em áreas mais conhecidas. Isso se reflete diretamente nas escolhas dos jovens, os quais, com medo do fracasso transitivo dos adultos, buscam atender às expectativas deles em meio a ansiedades geradas pelo desacordo com os próprios conceitos de profissão e de vida que buscam para si. Além disso, a importância em encontrar o reconhecimento também afeta a fase de escolhas e decisões, tornando o processo ainda mais desafiador.

Assim, o presente trabalho visa apresentar uma perspectiva de cuidado e atenção à saúde mental de jovens em fase de escolhas profissionais e preparação para as seleções de acesso à Universidade no Brasil por meio de um trabalho vivencial a partir de Psicomotricidade Relacional de Andre Lapierre, que se vem destacando como um método essencial à compreensão do ser humano na sua globalidade e largamente utilizada como trabalho de desenvolvimento de habilidades e competências socioemocionais, imprimindo qualidade pessoal nas ações e atitudes nas organizações educacionais.

## **OBJETIVOS DA INVESTIGAÇÃO**

A presente pesquisa possui como objetivo geral analisar as percepções relativas a um espaço de saúde mental assente na psicomotricidade relacional para jovens em idade de escolhas de carreira.

Entende-se, nesse contexto, que a pesquisa deva ser processualmente constituída numa relação transparente com os sujeitos observados, dentro de práticas reflexivas entre ambos, que possam contribuir para um tipo de conhecimento social mais autêntico, coerente, justo e transformador.

Considerando o objetivo geral pretende-se, por meio da intervenção da Psicomotricidade Relacional com jovens na escola atingir os seguintes objetivos específicos:

Investir no prazer de ser, conviver e partilhar reduzindo o stress por meio do brincar.

Quebrar paradigmas, enfatizando a comunicação não verbal e aumentando a fluidez de comunicações autênticas.

Desencadear um diálogo igualitário com ênfase em ações coerentes para o aprender.

Desenvolver comportamentos de coesão, agregando sentido ao que se faz e qualidade para a relação escolar como um todo.

Investir na inclusão da afetividade como estratégia de aprendizagem e socialização do conhecimento.

Elevar a autoestima e a segurança nos jovens para que possam expandir seu poder pessoal de modo construtivo para o protagonismo na escolha profissional de vida.

Ao final da pesquisa, pretende-se observar os impactos das intervenções e os contributos positivos da intervenção da Psicomotricidade Relacional para a saúde mental dos jovens, promovendo protagonismo nos respectivos níveis de aprendizagem.

## **AMOSTRA E PARTICIPANTES**

A amostra era composta por 30 participantes com idades entre 16 e 18 anos, que frequentavam a 3ª série do Ensino Médio em uma escola particular da cidade de Fortaleza, Brasil, incluindo as duas turmas de terceiro ano da instituição, que se preparavam para os exames vestibulares, o que permite o acesso às Universidades brasileiras.

## **METODOLOGIA E INSTRUMENTOS UTILIZADOS**

A metodologia utilizada nesta pesquisa foi a qualitativa a partir da análise reflexiva das fichas e dos depoimentos dos participantes ao final dos momentos vivenciais realizados. Foi feita uma análise de conteúdo com base nos elementos presentes no objetivo deste estudo: prazer de ser e de conviver, redução de stresse, comunicação autêntica, coerência nas atitudes, autoestima para aprendizagem, autoconfiança para escolha profissio-

## PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE JOVENS EM FASE DE VESTIBULAR POR MEIO DA PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL

nal. A base de intervenção para o referido estudo é a Psicomotricidade Relacional, que traz à tona dois protagonistas, adultos e crianças com o princípio da regulação corporal inconsciente, ou seja, das emoções. O investigador / psicomotricista sai da condição de neutralidade para o compartilhamento dos valores em análise. Os participantes eram de uma escola privada do município de Fortaleza, Ceará – Brasil. O trabalho ocorreu no ano de 2019 com 30 participantes das duas turmas de 3ª série pré-universitária de uma escola particular do município de Fortaleza-Ceará, Brasil. O trabalho foi solicitado pela instituição preocupada com a atenção à saúde mental dos alunos no momento de escolhas profissionais. Foram organizadas 5 vivências ao longo do ano de 2019 com foco na regulação das emoções. As turmas foram divididas em dois grupos para que o trabalho fosse realizado com mais segurança e possibilidades de intervenção. Cada encontro de Psicomotricidade Relacional foi organizado com materiais e propostas que pudessem levar os jovens ao encontro com suas potencialidades e o alívio das tensões para olhar os desafios de maneira proativa e segura.

Os momentos, de maneira coerente com os objetivos do estudo, foram, portanto, divididos em:

Resgatando o prazer de ser por meio do brincar;

Aceitando a si mesmo e aos outros;

Assumindo poder pessoal;

Potencializando a autoconfiança e o poder pessoal;

Construindo a segurança para as escolhas da vida.

Ao final de cada vivência, os participantes recebiam uma ficha para escrita denominada *ficha de análise do vivido* sobre as experiências e os sentimentos gerados nos momentos de Psicomotricidade Relacional. Além da observação do movimento dos estudantes nos grupos, foi feita uma coleta de dados a partir da verbalização e das fichas de escritas livres, analisando-se a frequência com que os participantes, a partir do trabalho, relataram estar mais seguros e confiantes, considerando a frequência com que citaram os referidos conteúdos ligados às temáticas organizadas para cada vivência:

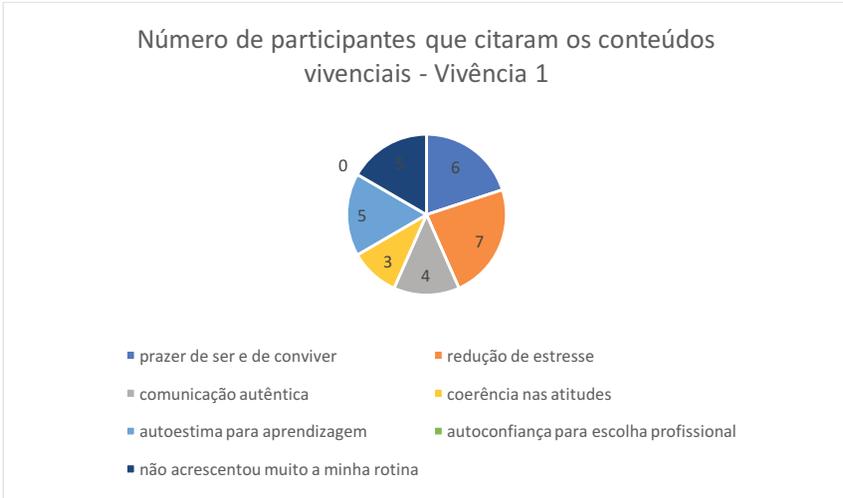
1. prazer de ser e conviver;
2. redução de stresse;
3. comunicação autêntica;
4. coerência nas atitudes;
5. autoestima para aprendizagem;
6. autoconfiança para escolha profissional;
7. não acrescentou muito a minha rotina.

## RESULTADOS

O trabalho ocorreu de forma coerente com a gestão da escola e a proposta pedagógica da instituição, além de atender às demandas específicas que envolvem conteúdos vivenciais dos estudantes frente à regulação emocional para uma comunicação autêntica e, por conseguinte, para impulsionar autoconfiança ao percurso de estudo e escolha profissional. Considerando esses fatores, foram realizadas análise de dados essenciais durante as cinco vivências realizadas com intervalos de 2 meses com as turmas de terceiro ano. Além da observação do movimento dos participantes nos grupos, ocorreu uma recolha de dados a partir das fichas denominadas *análise do vivido*, uma escrita livre acerca das emoções dos estudantes ao final de cada sessão, e corroborada por meio da fala de fechamento na conclusão de cada momento. Utilizou-se, assim, como parâmetro conteúdos pertinentes às temáticas escolhidas para cada vivência e com base na demanda inicial indicada pela instituição de ensino. Assim, observou-se a quantidade de vezes que os conteúdos vivenciais foram citados pelos participantes nas fichas de escrita livre de cada sessão, conforme explicitado nos gráficos a seguir.

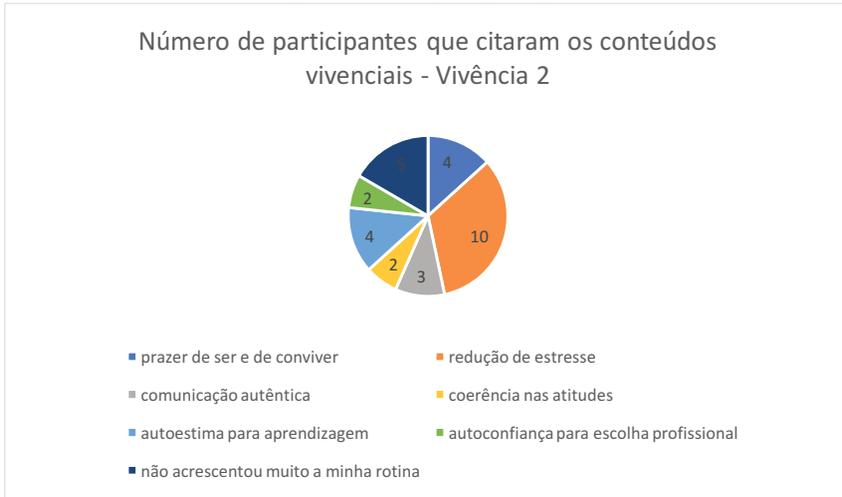
Logo na primeira vivência a redução do stress é o conteúdo vivencial mais citado (Figura 1).

Figura 1. Quantidade de participantes que citaram os conteúdos vivenciais nas fichas “análise do vivido (Vivência 1 – 30 participantes).



Na vivência 2 destaca-se o aumento do número de participantes a citarem a redução do stress, tendo passado de 7 na primeira para 10 na segunda (Figura 2). Também, 2 participantes já referiram neste momento a autoconfiança para a escolha profissional, conteúdo não referido na primeira.

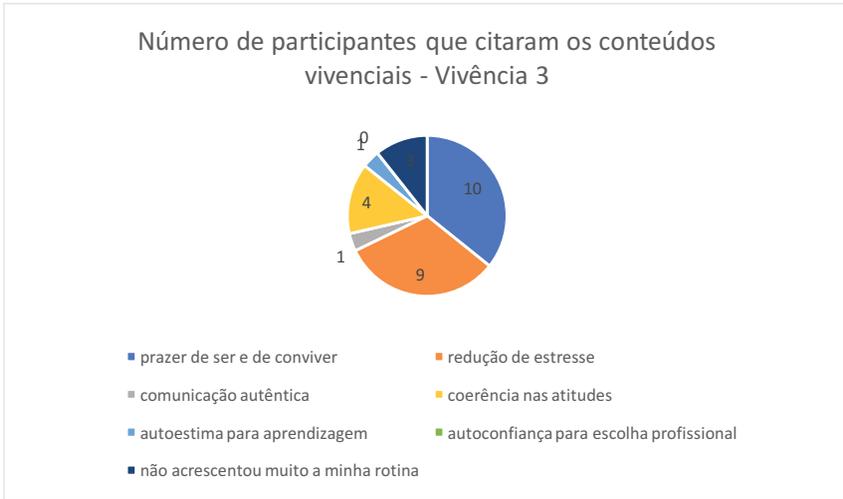
Figura 2. Quantidade de participantes que citaram os conteúdos vivenciais nas fichas “análise do vivido (Vivência 2 – 30 participantes).



Na Vivência 3 destaca-se o prazer de ser e conviver, que passou de 4 para 10 participantes a referirem esse conteúdo vivencial (Figura 3). A coerência nas atitudes também teve um aumento notório sendo neste momento referido por 4 participantes.

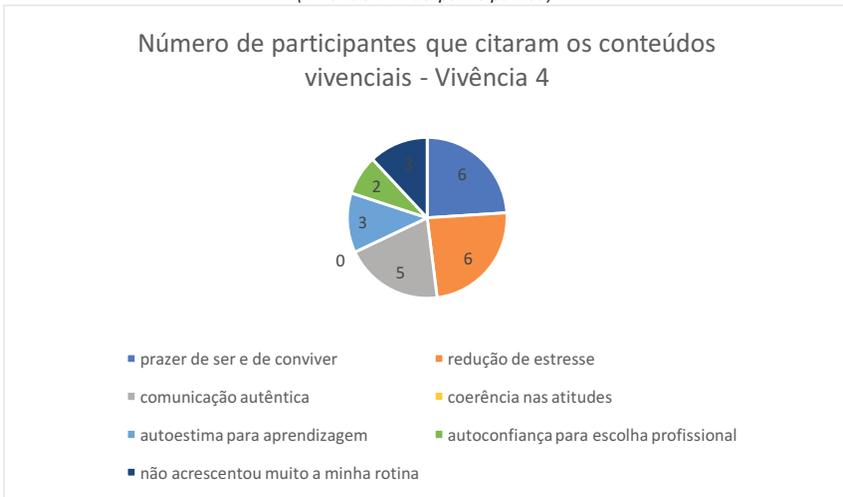
**PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE JOVENS EM FASE DE VESTIBULAR POR MEIO DA PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL**

Figura 3. Quantidade de participantes que citaram os conteúdos vivenciais nas fichas “análise do vivido (Vivência 3 – 28 participantes).



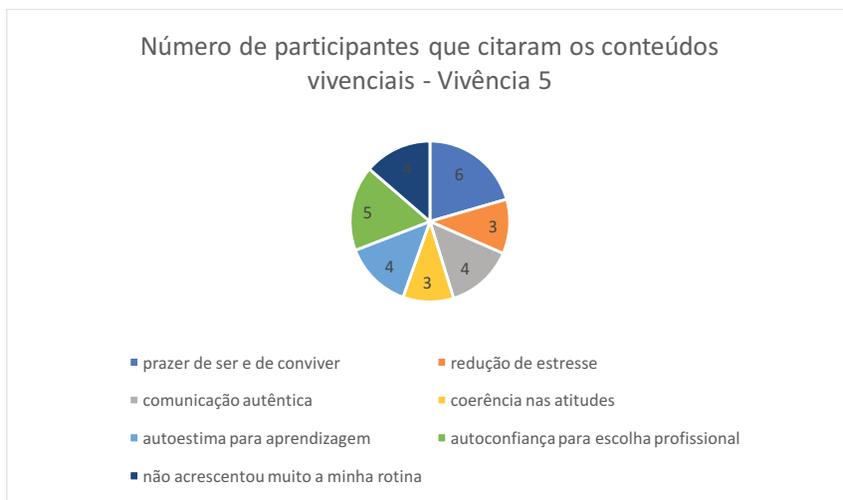
No momento de vivência 4 constatou-se um aumento na referência a comunicação autêntica sendo então citada por 5 participantes. O prazer de ser e de conviver, assim como a redução do stress continuaram a ser dos mais citados (6 participantes cada), como elucida a figura 4.

Figura 4. Quantidade de participantes que citaram os conteúdos vivenciais nas fichas “análise do vivido (Vivência 4 – 25 participantes).



Nos resultados da Vivência 5 apresentados no gráfico da figura 5 salienta-se o aumento de participantes a referirem autoconfiança para a escolha profissional.

Figura 5. Quantidade de participantes que citaram os conteúdos vivenciais nas fichas “análise do vivido (Vivência 5 – 29 participantes).



Dessa maneira, na análise final do trabalho, entre observações da intervenção, análise das fichas de autoanálise preenchidas aos finais das sessões e fala dos participantes nos rituais de encerramento das vivências, percebeu-se que aproximadamente 85% dos alunos, 25 participantes, em média, afirmaram que a prática beneficiou a saúde mental no tocante aos conteúdos demandados para os desafios da fase da vida pessoal e escolar de acordo com os gráficos apresentados.

## DISCUSSÃO

Historicamente, as mudanças sociais aconteceram e acontecem de acordo com os pensamentos vigentes em cada época. Com o passar do tempo, as evoluções dos pensamentos das ciências humanas como a antropologia e a sociologia buscaram compreender e significar os povos em suas importâncias fundamentais para a formação da identidade cultural e com seus hábitos e costumes representativos, combatendo as visões marginalizadas em coletividades.

Dentro dessa perspectiva, as crianças eram vistas como desprovidas de capacidade de reflexão e ação, de sentimentos, estando na dependência das ações dos adultos que as cercam. A construção do pensamento científico, no entanto, demorou a dar a voz às crianças, o indutivismo comportamental, as correntes da ciência humana e o tratamento das crianças como estatísticas não deram a elas o valor de atores sociais, por meio de interpretações que as distanciam epistemologicamente de suas potencialidades reais por décadas, resquícios de pensamentos ainda na raiz do positivismo. A evolução da pedagogia piagetiana em que a criança descobre o mundo e evolui segundo as suas fases de base biológicas e das discussões em torno da ideologia construtivista abrem uma escuta para as vivências autônomas das crianças e de suas infâncias. A sociologia trazia uma condição dominante da posição do adulto como o transmissor das experiências para a criança sofre reformulações em torno dos conceitos de tabula rasa, e as investigações avançam nesse sentido do protagonismo infantil.

No tocante aos estudos investigativos, a sociologia da infância busca recusar o etnocentrismo e o adultocentrismo, além do instrumentalismo das crianças como informantes desqualificados, ampliando a participação e a voz das mesmas. Na segunda modernidade, o discurso referente à criança passa a ter um olhar de protagonismo, como atores centrais. No campo da sociologia da infância e na política, há uma evolução dos direitos da criança e de sua proteção, podendo, assim, participar ativamente das investigações no campo científico. A criança

## PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE JOVENS EM FASE DE VESTIBULAR POR MEIO DA PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL

agora é vista como um sujeito concreto que integra uma categoria geracional; uma construção social que, com o passar do tempo, se transforma, variando entre grupos sociais e étnicos dentro de qualquer sociedade. Essas formas diferenciadas de se ver e de se tratar esses seres de pouca idade é o que chamamos de 'infância', que é a forma de ser criança, ou melhor, as formas, pois, a partir dessa definição, não teremos mais uma única infância e, sim, várias. Essas formas de se ver e conceber os diversos tipos de infância fazem parte de um processo histórico-cultural que foi sendo construído e modificado em diferentes tempos, espaços e sociedades.

Assim, as crianças evoluem em suas respectivas histórias, assumindo fases mais desafiadoras e uma delas, ainda precoce, exige que elas assumam o protagonismo repletas de questionamentos acerca do que desejam seguir na vida adulta. Adolescentes na faixa etária entre 15 e 18 anos precisam trabalhar sentimentos que se misturam com as expectativas das famílias e de outros setores da sociedade que projetam neles conteúdos como sucesso e retorno financeiro. A escola se torna, dessa forma um ponto de equilíbrio entre todas essas necessidades, envolvendo as partes.

A escola assume um papel que vai além da perspectiva cognitiva. A temática da Educação é, sem dúvidas, de interesse para diversos pesquisadores no mundo. No entanto, os olhares estão quase sempre virados para as práticas pedagógicas e, em especial, para os novos processos de ensino. No Brasil, mais especificamente, o processo regido pela Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018), que indica conteúdos e trilhas para uma caminhada significativa favorecendo a aprendizagem, passou a contemplar um conteúdo fundamental para qualquer percurso que eleve o sujeito ao protagonismo: a saúde emocional.

*Nas séries iniciais, por exemplo, valorizam-se as situações lúdicas e a autonomia das instituições para, dentro de um complexo de orientações, articular a progressiva sistematização das experiências dos alunos com novas formas de relação com o mundo, novas possibilidades de ler e formular hipóteses sobre fenômenos, testá-las, em uma atitude ativa de desenvolvimento e aprendizagem. Nesse período da vida, as crianças vivem mudanças importantes na maturação e em seus processos de desenvolvimento que repercutem nas suas relações consigo mesmas, com o outro e com o ambiente, na intermediação e validação por parte dos adultos.* (BRASIL, 2018, p.58).

De acordo com Batista (2019), o mundo passa por mudanças significativas. Aquilo que era seguro há pelo menos quatro décadas agora dá lugar a um universo de incertezas, inseguranças, as quais provocam sentimentos de impotência frente à vida acelerada e exigem resiliência para o enfrentamento de desafios constantes. Vale ressaltar que os adultos (pais, mães, professores e cuidadores) são sujeitos que sofrem por se sentirem perdidos, sem os parâmetros asseguradores das normas e regras da educação que um dia receberam e que já não cabem mais na atualidade. Isso reflete-se na formação das crianças e, por consequência, no desenvolvimento global e saudável para o protagonismo dos adolescentes e, em especial, para a aprendizagem e para as escolhas da vida. A relevância de todos os bons comportamentos protagonistas reflete-se diretamente nas relações projetivas e formativas entre adultos e crianças. E isso se evidencia de maneira bastante intensa no ambiente escolar, lugar onde as crianças e os jovens passam boa parte do tempo em suas dinâmicas de desenvolvimento. A escola, independentemente do nível social a que atende, é um lugar de confiança e segurança para o aprender não apenas cognitivamente, mas também emocionalmente sobre o mundo e suas possibilidades.

Toda a aprendizagem é essencialmente corporal desde a mais tenra idade. Dentre todas as espécies de animais, o ser humano é o que nasce menos maduro e o que demora mais para se desenvolver e, por isso, a sua afetividade leva mais tempo para se manifestar, sendo desenvolvida no decorrer de toda a infância por meio do corpo e registrada no corpo. Por meio do corpo, a criança e o adolescente adquirem habilidades sociais favoráveis ao convívio e à construção da afetividade, do respeito e do cuidado, sendo, portanto, significativamente importante para o desenvolvimento. Nesse contexto:

*a Psicomotricidade Relacional é uma metodologia de apoio ao fortalecimento dessas habilidades no espaço educacional, por amparar as experiências corporais. Vivenciam-se no espaço simbólico da intervenção psicomotora relações favoráveis aos dizeres conscientes e inconscientes de modo livre, possibilitando à criança a regulação de suas emoções, de sua agressividade, das relações com o prazer, com as regras, com o*

*desejo, com os limites, fortalecendo a expressão de afirmação da sua identidade e de sua liberdade de ser e a comunicação corporal com valores. O gesto, o olhar, o tônus muscular falam de nossos sentimentos, de nossos medos, desejos, conflitos, isto é, da expressão do imaginário consciente e inconsciente”* (Vieira, Batista & Lapiere, 2013, p. 42).

A Psicomotricidade Relacional destaca-se como essencial à compreensão do ser humano na sua globalidade e vem sendo largamente utilizada como método de desenvolvimento de habilidades e competências socioemocionais, imprimindo qualidade pessoal nas ações e atitudes de alunos e professores que compõem as organizações educacionais.

Nesse sentido, no âmbito da escola, ela poderá despertar para o desejo de aprender, prevenir dificuldades de expressão motora, verbal e gráfica, estimular a criatividade, facilitar a integração social, elevando a capacidade da criança para enfrentar situações novas e criar estratégias positivas em suas relações e minimizar as manifestações de agressividade, inibição, dependência, afetividade, autoestima, entre outros distúrbios do comportamento (Vieira, Batista & Lapiere, 2005).

Por ser um espaço de desenvolvimento pessoal e interpessoal importantíssimo, para que se compreenda o desenvolvimento humano, por nos apontar uma perspectiva contemporânea, o seu método está alicerçado em um conjunto de teorias, que podem apontar o sofrimento psíquico sem, com isso, ter que enquadrá-lo em uma única teoria, visto que o que está em foco é o ser humano e não, o seu sintoma. A partir disso, procura-se potencializar as soluções ativas de cada criança, tendo como intenção, portanto, ajudá-la a construir e conservar um equilíbrio pessoal dinâmico. Essa construção acontece na medida em que o participante vai, através do jogo espontâneo, integrando as suas dificuldades, necessidades e linguagem, de forma harmônica, à realidade familiar e socioeducativa, aprendendo a conviver com o meio em que está inserido.

Sobre essa concepção do corpo e da aprendizagem, Piaget afirma que:

*a inteligência verbal ou refletida baseia-se numa inteligência prática ou sensorio-motora, a qual se apoia, por seu turno, nos hábitos e associações adquiridos para recombina-los” e “por outra parte, esses mesmos hábitos e associações pressupõem a existência do sistema de reflexos, cuja conexão com a estrutura anatômica e morfológica do organismo é evidente. Em suma, ao fazermos um exercício de regressão quanto à origem do conhecimento, entendido como estrutura, remontaremos a organização psicobiológica* (Becker & Machado, 2016, p.63).

Lapiere e Aucouturier (2004) salientam a máxima da Psicomotricidade Relacional, segundo a qual movimento é vida e vida é relação. Assim, compreendendo os significados e simbolismos contidos nos movimentos e nas interações humanas (o eu e o outro), André Lapiere estruturou essa forma interessante de abordagem sobre o ser humano. Nela busca-se agir em um nível simbólico, usando a mediação dos gestos, do diálogoônico, das posturas, da melodia da fala, além das palavras verdadeiras que ajudam o sujeito a desvelar seus fantasmas, para, a partir daí, poder modificar padrões de conduta repetitivos e sintomáticos, que em alguns casos é imprescindível, sobretudo, nos distúrbios evolutivos, psicomotores, de linguagem, além dos casos de atraso

cognitivo, que requerem um tipo específico de descodificação atendida na intervenção da Psicomotricidade Relacional.

Utiliza-se, portanto, o brincar como elemento motivador e provocador da exteriorização corporal, capaz de impulsionar os processos de desenvolvimento e de aprendizagem. Essas estratégias de intervenção pedagógica criam, também, condições favoráveis para a construção de um vocabulário psicomotor amplo e diversificado e servem como meio de melhoria das relações da criança e do adolescente com o adulto, com os iguais, com os objetos e consigo mesma. O estímulo à vivência simbólica leva a criança a desenvolver atividades representativas. Com a realização dessas ações corporais (movimentos e ações) é possível construir segurança para o conhecimento das coisas e do mundo e para tomada de decisões diante dos desafios e dos desejos de vida.

Moraes, Frota e Soares (2020) afirmam que, no âmbito escolar:

*[...] a Psicomotricidade Relacional visa a promoção do desenvolvimento pessoal da criança, com foco na subjetividade, autonomia e protagonismo. Quando pensada para a docência, a proposta assume feições similares. Visa, portanto, o desenvolvimento pessoal do professor através de um processo de autoconhecimento que*

## **PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE JOVENS EM FASE DE VESTIBULAR POR MEIO DA PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL**

*Ihe possibilite se fortalecer em sua subjetividade, expressar seu protagonismo e individualidade, ampliar sua autonomia dentre outros elementos.* (p. 188)

Ouvindo a si próprio, conhecendo e compreendendo melhor a si mesmo, é esperado que o professor, agente de apoio ao jovem de 3ª série do Ensino Médio, reúna melhores condições de escutar e compreender os estudantes em suas respectivas demandas.

A Psicomotricidade Relacional caminha como uma ruptura, nesse contexto, com a Educação do passado e aponta um direcionamento coerente para ampliar a dimensão do afeto, reconhecer o poder pessoal da criança, abrir a ela uma escuta ativa, visando compreender as necessidades e dar respostas autênticas no nível simbólico, com liberdade e leveza, favorecendo naturalmente a autoconfiança, o que eleva o protagonismo na aprendizagem e nas escolhas pessoais que precisarão ser sustentadas diante do social. Isso, para o jovem em fase de decisões importantes como definições profissionais, pode apoiá-lo e diminuir as tensões para melhor condução do percurso por envolver muitos fatores como características pessoais, condições socioeconômicas, realidade do mundo ocupacional e incertezas sobre o futuro (Sobrosa, Oliveira, Santos & Dias, p. 316, 2015).

Portanto, a Psicomotricidade Relacional, enquanto método que potencializa esse protagonismo, oferece oportunidades para os jovens se manifestarem e viverem as suas demandas reais do momento com possibilidade de escuta e ressonância. Brincar e gerar leveza em relação aos temas importantes que precisam ser discutidos não é necessariamente sinônimo de 'caos' ou 'falta de controle' como se pode pensar, mas uma abertura para vivenciar por meio do corpo a contenção dos problemas, a aceitação de si mesmo e das escolhas que serão realizadas com leveza, tranquilidade e segurança. É um caminho importantíssimo para que pessoas dos mais variados contextos e grupos sócio econômicos e culturais, exerçam seus direitos de serem quem efetivamente são, descobrirem o mundo ao seu redor, aprenderem a conhecer e conviver com outras crianças, jovens e adultos e descobrirem e desenvolverem seus potenciais (Friedmann, 2017).

### **CONCLUSÕES**

Percebeu-se a partir do trabalho realizado que os jovens, sua maioria, permitiram-se investir no espaço de contenção oferecido pela escola e conduzido no *setting* e proposta da Psicomotricidade Relacional. Aproximadamente 85% dos jovens reconheceram a importância dos momentos para a regulação das emoções, escuta afetiva de suas necessidades, aceitação de si e do outro e nutrição das potencialidades visando seguir a caminhada de preparação e escolha profissional com confiança, segurança e de forma mais leve e prazerosa. Além disso, os participantes reconheceram que a frequência dos encontros poderia ser maior e seria um ponto favorável a ampliação das atividades de Psicomotricidade Relacional. Mesmo assim, entende-se que houve um impacto positivo na vida dos jovens participantes, mas também no olhar institucional acerca do valor que o método pode proporcionar a partir de suas nuances de intervenção, pois contribui para a promoção da qualidade das relações no ambiente educacional, assim como valoriza a saúde mental, incluindo da comunidade escolar, de maneira profilática e corretiva, nos casos nos quais ocorre a integração do discurso institucional, melhorando a capacidade de ação conjunta de profissionais para favorecer a regulação afetiva e respeitar, por meio de uma escuta ativa, as demandas individuais dos estudantes para as estratégias de fortalecimento da aprendizagem e da preparação para a vida.

### **AGRADECIMENTOS E/OU FINANCIAMENTO**

Este trabalho foi financiado por Fundos Nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia no âmbito dos projetos do CIEC (Centro de Investigação em Estudos da Criança da Universidade do Minho) com as referências UIDB/00317/2020 e UIDP/00317/2020.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Batista, M.I.B. A comunicação em psicomotricidade relacional: convergência entre emoção e motricidade. Revista ibero-americana de psicomotricidad y técnicas corporales. v.8, n.31, p.105- 110, 2008. Disponível em: [www.iberoamericana.depsicomotricidade.net](http://www.iberoamericana.depsicomotricidade.net).
- Becker, F.; Machado D.D.S. Schème Revista Eletrônica de Psicologia e Epistemologia Genéticas e-ISSN: 1984-1655. UNESP – SP, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.36311/1984-1655.2016.v8n2.04.p52>.
- Brasil. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.
- Coelho, P.M.F. Os nativos digitais e as novas competências tecnológicas. <http://periodicos.letras.ufmg.br/index.php/textolivre> Ano: 2012 – Volume: 5 – Número: 2
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (2012). Safe and sound: An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning (SEL) programs. Retirado do sítio da CASEL: <http://casel.org/guide/download-the-2013-guide/>. Acesso em 25 fev. 2019.
- Friedmann, A. Protagonismo infantil. In: Lovato, A.; Yirula, C. P.; Franzim, R. (Orgs.) Protagonismo: a potência de ação da comunidade escolar. 1. ed. São Paulo: Ashoka/Alana, 2017.
- Lapierre, A. (2010). Da psicomotricidade relacional à análise corporal da relação. Curitiba: Editora da UFPR.
- Lapierre, A. & Autourier, B. (2004). A simbologia do movimento. Psicomotricidade e educação. 3. ed. Curitiba: Filosofart / CIAR.
- Maciel, O. et. al (2014). Recurso ao inquérito por questionário na avaliação do papel das Tecnologias de Informação Geográfica no ensino de Geografia. Revista de Geografia e Ordenamento do Território (GOT), n.º 6 (dezembro). Centro de Estudos de Geografia e Ordenamento do Território, p. 153-177.
- Moraes, R. R. A.; Frota, A. M. M. C.; Soares, S. M. S.; Docência em educação infantil: diálogo entre filosofia da infância e psicomotricidade relacional. Revista Brasileira de Pesquisa sobre a Formação de Professores. Form. Doc., Belo Horizonte, v. 12, n. 24, p. 181-194, mai./ago. 2020 Disponível em <http://www.revformacaodocente.com.br>.
- Pestana, J.G. Cultura Organizacional e Competências do Século XXI no Mundo VUCA. Dissertação de mestrado. Repositório Comum. Universidade Europeia, 2020. UE – TDM – <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/6769>
- Sobrosa, G.M.R; Oliveira, C.T; Santos, A.S; Dias, A.C.G. Influências percebidas na escolha profissional de jovens provenientes de classes socioeconômicas desfavorecidas. Psicologia em Revista, Belo Horizonte, v. 21, n. 2, p. 314-333, ago. 2015.
- Vieira, L., Batista, M. I. B. & Lapierre, A. (2005). Psicomotricidade Relacional: a teoria de uma prática. Curitiba: Filosofart/Ciar.

