SAÚDE MENTAL NA ADOLESCÊNCIA E SUAS IMPLICAÇÕES NO PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DA SUA IDENTIDADE[1]

MENTAL HEALTH IN ADOLESCENCE AND ITS IMPLICATIONS FOR THE IDENTITY DEVELOPMENT PROCESS

Maysa Cristhinne Santos da Silva Rosa[2]
Silvana Santos Belém[3]
Daniele Almeida Santos[4]

RESUMO

A saúde mental na adolescência é um tema que possui enorme relevância, devido à relação que existe entre a saúde em si e a formação da identidade dos adolescentes, levando em consideração aspectos como emocionais, familiar, escolar e social. É de extrema necessidade que haja um acompanhamento contínuo e efetivo em busca da saúde e da prevenção de doenças desses jovens. O objetivo desta pesquisa é identificar possíveis conflitos emocionais causados durante a construção da identidade dos adolescentes buscando entender como essas dificuldades emocionais e psicológicas enfrentadas por esses jovens influenciam na formação de sua autoimagem e percepção de si mesmo. A metodologia utilizada foi a de revisão bibliográfica, isto é, análise de obras acadêmicas que versam sobre o tema proposto, como: livros, teses, dissertações e artigos disponíveis em bibliotecas virtuais, como o Scielo, Google Scholar e também a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e o Portal da CAPES. Identificou-se que de acordo com os artigos utilizados para o embasamento da pesquisa, a adolescência é o momento em que há intensas transformações físicas, cognitivas e emocionais, que aumentam a vulnerabilidade a transtornos como ansiedade e depressão. Assim sendo, mediante toda a análise feita, torna-se possível verificar que a família possui um papel de suma importância, podendo apresentar-se como favorável ou não, já que quando há a atuação da família como fator de proteção em momento que oferta diálogo, compreensão, amor e suporte, é favorável, e em casos que traz negligência e conflitos, é desfavorável. Ademais, também foi possível verificar com as escolas e as redes sociais apresentam relevância favorável, quando relevância favorável, quando fomenta socialização e o autoconhecimento e desfavorável quando suscita sentimentos de exclusão, baixa autoestima ou instabilidade identitária. Isto posto, torna-se inegável que saúde mental precisa ser analisada de maneira integrada, levando em consideração a interação que há entre diferentes contextos e possibilidades, sempre prezando por ambientes que promovam acolhimento, mediante o apoio familiar e a aplicação de políticas públicas e da escola.

Palavras-chave: adolescência; saúde mental; identidade; família; escola.

---

[1]Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Universitário Mais - UNIMAIS, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia, no segundo semestre de 2025.

[2]Acadêmico(a) do 10º Período do curso de Psicologia pelo Centro Universitário Mais – UNIMAIS. E-mail: maysarosa@aluno.facmais.edu.br

[3]Acadêmico(a) do 10º Período do curso de Psicologia pelo Centro Universitário Mais – UNIMAIS. E-mail: silvanasantos@aluno.facmais.edu.br

[4]Professor(a)-Orientador(a). Mestre em Psicologia. Docente da Centro Universitário Mais - UNIMAIS. E-mail: danielealmeida@facmais.edu.br

ABSTRACT

Mental health in adolescence is a topic of enormous relevance due to the relationship between health itself and the formation of adolescents' identities, taking into account emotional, family, school, and social aspects. It is extremely necessary to have continuous and effective monitoring in pursuit of health and disease prevention for these young people. The objective of this research is to identify possible emotional conflicts caused during the construction of adolescents' identity, seeking to understand how these emotional and psychological difficulties faced by these young people influence the formation of their self-image and perception of themselves. The methodology used was a literature review, that is, an analysis of academic works on the proposed topic, such as books, theses, dissertations, and articles available in virtual libraries, such as Scielo, Google Scholar, the Virtual Health Library (VHL), and the CAPES Portal. It was identified that, according to the articles used as the basis for the research, adolescence is a time of intense physical, cognitive, and emotional changes, which increase vulnerability to disorders such as anxiety and depression. Therefore, based on the analysis, it is possible to verify that the family plays a very important role, which can be favorable or unfavorable, since when the family acts as a protective factor by offering dialogue, understanding, love, and support, it is favorable, and in cases where there is neglect and conflict, it is unfavorable. Furthermore, it was also possible to verify that schools and social networks have a favorable relevance when they foster socialization and self-knowledge, and an unfavorable relevance when they give rise to feelings of exclusion, low self-esteem, or identity instability. That said, it is undeniable that mental health needs to be analyzed in an integrated manner, taking into account the interaction between different contexts and possibilities, always valuing environments that promote acceptance, through family support and the application of public and school policies.

Keywords: adolescence; mental health; identity; family; school.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência é uma etapa da vida das pessoas que se caracteriza pela fase de transição entre infância e adulta, ela é conhecida pelo desenvolvimento humano, que se caracteriza pelas transformações físicas, emocionais, sociais e também de cognição. Essas mudanças podem se manifestar de diferentes formas, devendo ser levado em consideração em que meio o adolescente está inserido, haja vista deve-se levar em conta o contexto social, cultural e socioeconômico. Além disso, também há diversas mutações, sejam físicas, emocionais, sociais ou cognitivas (Papalia; Martorell, 2022).

Assim, a busca pela autonomia e pelo pertencimento se entrelaçam, dando início à construção da identidade, que é um desenvolvimento que consolida a subjetividade e possibilita a integração social de tais adolescentes. A saúde mental, por sua vez, acaba desempenhando uma função essencial, já que ela é responsável por regular os desequilíbrios emocionais, transtornos como a ansiedade e a depressão, que podem acabar comprometendo os processos de mapeamento da autoimagem saudável e também da vivência acerca das experiências identitárias positivas (Papalia; Martorell, 2022).

Sendo assim, para efetuar a realização desta pesquisa, partiu-se do seguinte problema: os profissionais da saúde mental, estão propensos a encarar dentro de seus consultórios uma grande conjunção de situações problemáticas encontradas na vida do adolescente. Visto isso, a adolescência é o momento em que são geradas grandes mudanças e onde é necessária a execução de suas escolhas mediante tantas descobertas nessa fase de vida. Portanto, como a saúde mental durante a adolescência influencia na formação da identidade e quais são as principais consequências desse efeito no crescimento emocional e social dos jovens?

O presente estudo se mostra relevante sob diferentes espectros, como, por exemplo: social, econômico e financeiro. A relevância social revela-se patente, uma vez que, em conformidade com a Organização dos Serviços de Saúde, a saúde mental dos adolescentes é um desafio, precisando de mais atenção e envolvimento social. É necessário que se torne o assunto mais conhecido e abrangente, que se façam mais estudos e os mesmos sejam divulgados, para que as mães busquem ajuda dos profissionais da psicologia, possibilitando que os adolescentes tenham o devido acompanhamento do desenvolvimento. É evidente ainda dizer que o SUS fornece esse acompanhamento de forma gratuita. Assim, os argumentos apresentados comprovam a relevância e também a urgência da análise. Além disso, também há a vulnerabilidade emocional que os adolescentes desenvolvem, o que precisa de tratamento, já que pode acarretar dificuldades na vida adulta, incluindo a fragmentação da identidade e o comprometimento das relações interpessoais (Van der Kolk, 2015; Brasil, 2008).

Isto posto, este trabalho tem como objetivo geral identificar possíveis conflitos emocionais causados durante a construção da identidade dos adolescentes buscando entender como essas dificuldades emocionais e psicológicas enfrentadas. Mediante o levantamento da discussão de como os adolescentes lidam com a saúde mental, identificando fatores que podem influenciar no bem-estar psicológico e as estratégias que são utilizadas para o enfrentamento; Examinando o papel dos pais no processo de construção da identidade e subjetividade do adolescente; Analisando os desafios enfrentados na transição da infância para a adolescência e como esses desafios influenciam os aspectos emocionais.

Para o desenvolvimento do presente trabalho, adotou-se o método de revisão de literatura, partindo da análise de obras acadêmicas que versem sobre o tema proposto, para tanto foram utilizados sites como o Scielo, o Google Scholar, o site da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e também o Portal da CAPES para fazer a busca pelos artigos e trabalhos que embasaram esta pesquisa.

Finalmente, acerca da estruturação desta pesquisa, diz-se que a mesma está estruturada em cinco seções, além da introdução, conclusão e referências, inicia-se a discussão na seção de número 2, com o referencial teórico, dando destaque aos principais conceitos e discussões que possuem relação com a adolescência, saúde mental e identidade. Na terceira seção, é levantada uma discussão acerca das implicações das contribuições para a prática da psicologia e para o planejamento de intervenções. A quarta seção trata dos desafios da transição da infância para a adolescência e a quinta seção traz a temática do trabalho da psicologia na transição da infância para a adolescência. Para fechamento, é feita uma sistematização das contribuições do estudos, indicando caminhos que podem ser percorridos para futuras pesquisas na área.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Desenvolvimento Infanto-Juvenil

Ao falar sobre o desenvolvimento na adolescência, estratégias de promoção da saúde e intervenções de enfermagem devemos sempre lembrar que a OMS – Organização Mundial da Saúde aplica como adolescente o período entre 10 (dez) e 20 (vinte) anos de uma pessoa e segundo o ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente caracteriza como adolescente o período entre 12 (doze) e 18 (dezoito) anos. Nesse período são ocorridas inúmeras mudanças no corpo e na mente das pessoas, é nesse período que ocorrem as alterações biológicas que fazem a maturação, o desenvolvimento e também o crescimento de cada um.

Esse desenvolvimento é dotado de um extenso processo de construção contínua, que é a formação de identidade de uma pessoa, na adolescência é que se forma a identidade, o que é essencial para que esses adolescentes cresçam e aprimorem suas competências. Durante o período da adolescência podem ser observados inúmeros elementos que são considerados como indispensáveis nessa construção identitária, é algo que essas pessoas ainda desconhecem, tudo muito novo e necessita de organização, acarretando em flexibilidade para que se torne possível estabelecer um domínio acerca do processo de separação da identidade infantil e seguindo o caminho para a nova personalidade que surge com a criação da identidade juvenil, essa nova fase é considerada como um avanço extremamente relevante no desenvolvimento moral, físico, emocional e até mesmo cognitivo.

Conforme preceitua o próprio ECA (Estatuto da Criança e Adolescente) Lei N° 8,069 de 1990, o período da adolescência ocorre entre as fases de doze a dezoito anos de idade e é justamente nesse período em que há grandes mudanças e questões que antes não existiam, passam a surgir, havendo uma transição entre a fase infantil e a juvenil, a exemplo disso, podem ser citados os hormônios, que sofrem ligeiro aumento ou o desenvolvimento físico, que cresce consideravelmente (Moreira Lima, 2011, p. 113). Há também as mudanças corporais que surgem com essa fase, como o aumento de peso e a estatura que muitas vezes se modifica, além disso, há alteração na voz e crescimento de pelos, acnes aparecem, as meninas desenvolvem o período menstrual e os meninos passam a ter ereções e ejaculações, possibilitando a fertilidade de ambos.

Essa fase não é semelhante a todos, alguns demonstram de forma tardia o desenvolvimento e outros de forma prematura, o que pode acarretar em sentimentos ruins, esses jovens podem se sentirem inferiores quando se parecem de modo físico com os demais jovens da mesma idade, conforme descreve Lewin K, 1943. Ademais, é nessa fase que os adolescentes necessitam passar pela aceitação de suas aparências, eventualmente buscam a aceitação, querem se sentir pertencentes a um mundo que o grupo social imponha determinados padrões, já em outros casos, também tem a possibilidade de reflexão da baixa autoestima, por aqueles adolescentes que não conseguem se encaixar nos padrões de beleza que aquele grupo social impõe.

Já a questão do desenvolvimento cognitivo engloba as mudanças que ocorrem no cérebro, que durante essa mudança de fase, torna-se responsável pela sustentação das decisões, pensamentos críticos, autocontrole, atenção, organização, planejamento, empatia, impulsividade, avaliação de riscos e resoluções de problemas. Cada uma das estruturas cerebrais possuem funções específicas e atuando em conjunto perfazem um sistema dinâmico, que faz com que os seres humanos

possuem a capacidade de analisar as situações e encontrar soluções viáveis (Luria, A. R., 1981), é necessário dizer também que para alguns teóricos, o desenvolvimento pleno do cérebro se estende até os 25 anos de idade, surgindo a ideia de que o desenvolvimento cognitivo manifesta-se na construção social.

Há duas áreas fundamentais para o amadurecimento dos jovens, que são: o sistema límbico, que é relacionado à memória e o córtex pré-frontal, que fomenta as tomadas de decisões e controla os impulsos, quando esse processo ainda não está completo, os adolescentes quando passam por situações em que haja necessidade da tomada de decisão, tendem a ter uma ativação na área do cérebro que possui ligação com as emoções, o que acarreta em dificuldades no controle dos impulsos e também gera reações como o aborrecimento, a irritação explosões e com comportamentos regados a raiva e impulsos.

Tais comportamentos acabam impulsionando os adolescentes a agirem mediante comportamentos infantis, tornando ainda mais complexo o processo de deixar de ser criança. Surge então a ideia de que antes havia mais facilidade em viver, surtindo como efeito a saudade de viver no mundo da fantasia, em que havia predominava a compreensão, o acolhimento e a proteção. Quando esses adolescentes enxergam que precisam assumir responsabilidades e construir sua trajetória, surgem sentimento de impotência, desilusão e até mesmo perda, já que se deve deixar a identidade infantil para trás, é como se ele estivesse perdendo uma parte de si.

Knobel (1981), descreve que quando os adolescentes fazem essa travessia pelos desequilíbrios e instabilidades é normal, conhecido como a “síndrome normal da adolescência” e surge da necessidade que os adolescentes possuem de estruturar sua identidade, objetivando o desenvolvimento.

Assim, o resultado desses fatores de mudança, acarretam em transformações que são muito importantes para o desenvolvimento dos adolescentes, como a emoção, que é influenciada pelo contexto familiar e social. Essa fase de transformações acarreta nas descobertas de novas habilidades, é ali que surgem as novas possibilidades que esse adolescente passa a ter, ele começa a enxergar interesses que antes não tinha, qualidades pessoais, desejos, que são característicos da pré-puberdade e desenvolve reflexões acerca dos vínculos amorosos e/ou sexuais, temas que muitas vezes podem gerar dúvidas e confusão.

Desse modo, torna-se comum que os adolescentes tomem suas decisões com base na emoção e não na razão, manifestando dificuldades para lidar com as situações em que os adultos vejam como fáceis ou adequadas, é necessário entender que esses adolescentes não enxergam as situações como simples, conforme os adultos conseguem ver. Os pais, na maioria das vezes acabam entendendo que esses comportamentos são ofensivos às regras estabelecidas, já para os adolescentes, essas pressões e cobranças são desafios a serem enfrentados, já que é necessário que os mesmos assumam responsabilidades, tornando-se protagonistas de sua própria vida. Processo doloroso e que conduz à busca pelo seu eu, sua individualidade, que é o momento em que há a formação da identidade, onde são expressadas características próprias e reconhecidas por esse adolescente como suas.

Para que essa formação tenha um desenvolvimento saudável é necessário que haja desenvolvimento moral, social e ético, estimulado pelas novas experiências e vínculos que são promovidos pelo convívio foram do ambiente familiar, como relacionamentos e amizades e o pertencimento a grupos sociais. A ampliação de tais espaços garantem que os adolescentes consigam desenvolver capacidades de

enfrentamento e ponderem acerca de seus papeis na comunidade em que são partes. Dando início a novas perspectivas, novas formas de penar, experiências que passam a ter influência direta na construção da identidade, regras internas, valores possuídos e referências, sejam morais ou sociais.

2.2 Saúde mental na adolescência

A adolescência é marcada por muitas transformações físicas, cognitivas, emocionais e sociais, tornando os adolescentes mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos mentais. Segundo a OPAS, 2020, a adolescência é o momento em que há o feitio da moldagem das pessoas para a vida adulta, considerando que a saúde mental é responsável cerca de 16% em relação a carga global de doenças e lesões em pessoas com idade entre 10 e 19 anos.

Cerca de 50% das condições de saúde mental tiveram inícios aos 14 anos de idade, entretanto, na maioria dos casos não há detecção ou tratamento. A depressão é uma das principais causas da doença e que acarreta incapacidade entre os adolescentes e o suicídio é a terceira principal causa de morte dos adolescentes entre 15 a 19 anos (OPA, 2020).

Estima-se que aproximadamente 20% das crianças e adolescentes em nível mundial apresentam algum tipo de problema de saúde mental, o que pode afetar significativamente seu desenvolvimento e qualidade de vida (OMS, 2003). Em relação ao Brasil, há ações que possuem como objetivo prevenir os transtornos e reduzir a institucionalização de jovens com necessidades psiquiátricas, tais métodos são de extrema necessidade e considerados como prioridade pelo Fórum Nacional de Saúde Mental Infanto-Juvenil. Assim, estudar acerca da saúde mental das crianças e dos adolescentes é uma ferramenta que precisa ser viabilizada, já que com os estudos surgem métodos para combater e orientar as políticas públicas e programas de intervenção (Benetti et al., 2010).

Acerca da psicopatologia do desenvolvimento torna-se possível verificar a manifestação dos transtornos mentais como uma perspectiva multidimensional e dinâmica, em que os fatores individuais, familiares e do contexto a que se está inserido enquanto se passa pelo desenvolvimento geram consequências, sejam boas ou ruins. Assim, há fatores de risco que podem ser ruins aos adolescentes, como experiências que englobem violência, rompimento de vínculos familiares, condições socioeconômicas ruins, doenças ou eventos traumáticos, são características que podem vir a fazer com que os adolescentes desenvolvam manifestações psicopatológicas, como ansiedade, depressão e queixas somáticas, que são as doenças internalizantes ou podendo ser externalizantes, como ser agressivo, condutas antissociais e utilização de substâncias (Polanczyk, 2009).

Também há outro fator relevante na saúde mental da adolescência, que é a exposição direta ou indireta à violência comunitária, adolescentes que convivem em altos níveis de violência em seus bairros e acabam presenciando altos índices de assaltos, agressões físicas e violência doméstica, apresentam maior risco de desenvolver sintomas de estresse pós-traumático, depressão, comportamentos agressivos e problemas de atenção. (Marçola; Braz; Reato, 2025).

Assim, é necessário que se tenha compreensão dos mais diversos fatores que influenciam a vida e a saúde mental dos adolescentes, sendo de extrema necessidade na elaboração de políticas públicas e intervenções que sejam eficazes no combate aos problemas mentais e garantia do desenvolvimento saudável. É necessário que haja uma integração entre os cuidados familiares, a escola, a comunidade e também

haja a identificação precoce dos fatores de risco, aumentando o conhecimento e representando uma forma de redução da vulnerabilidade dos adolescentes quanto aos transtornos emocionais e comportamentais.

3 O papel da família na construção da identidade adolescente

A família possui um papel muito importante na formação identitária dos adolescentes, isso porque um adolescente que possui acolhimento se sente muito mais protegido do que um que não tem, a família é o primeiro local em que se tem contato com as referências simbólicas, afetivas e culturais. Assim, a figura dos pais fazem a mediação das primeiras identificações que são fundamentais no processo de criação do ideal do ego e na internalização de valores e de normas sociais (Drummond & Drummond Filho, 1998). A falta ou a insuficiência de reconhecimento parental, principalmente em relação a falta de símbolos e funções fálicas do pai, podem acarretar em estado de carência simbólica, onde há o comprometimento quanto à transmissão de referências de identificação necessárias no desenvolvimento subjetivo do adolescente (Lima; Dias, 2014).

O processo de identificação na adolescência é englobado pela construção de vínculos imaginários, em que há idealizações e também representações internas, geralmente eles seguem os modelos dos próprios pais. Tais laços são explicados como uma forma de estrutura emocional e simbólica, que faz a orientação de tais adolescentes na vida social e na forma de se relacionar com os demais. A forma como os pais e a família lidam com os demais e com o mundo externo acabam servindo de exemplo para esses jovens, quando os pais não conseguem dialogar, ter presença emocional ou não entrega a esses adolescentes referências estáveis, possivelmente vão surgir sentimentos difíceis, como a rejeição, a hostilidade, conflitos intensos e até mesmo a revolta, já que esses jovens não possuem um exemplo bom para se compreender e lidar com as exigências do mundo (Lima; Dias, 2014).

A função da família é mais que somente a proteção física ou provisão material, ela deve ser um meio de transmissão de sistemas simbólicos dominantes, proporcionando ao adolescente ferramentas para se projetar na sociedade e estabelecer vínculos saudáveis. Essa eficácia carece de fatores sociais, econômicos e culturais, já que a família está inserida no contexto mais amplo que influencia diretamente as possibilidades de reconhecimento e pertencimento do jovem.

Dessa forma, a construção de identidade dos adolescentes não são limitadas somente às experiências individuais, fazem parte da dinâmica familiar, já que a família é o primeiro exemplo que esse jovem vê, seja para lidar com as questões internas, construir ideais ou ego coerente. A família é o ponto de mediação entre os desejos do indivíduo e o que a sociedade considera como correto, cumprindo com as exigências sociais e oportunizando que haja suporte simbólico, o que é de extrema necessidade para os adolescentes, acarretando na inserção dos mesmos de maneira saudável e produtiva (Drummond & Drummond Filho, 1998).

3.1 A família como núcleo fundamental de socialização

A família é o primeiro meio em que as pessoas se inserem, é o primeiro contexto de socialização que os adolescentes têm, essa família possui a responsabilidade de transmitir valores, normas e referenciais culturais que são de suma importância na construção da identidade e na inserção social. A família deve oferecer características como a coesão, o apoio emocional, a disciplina, a

comunicação, favorecendo assim o desenvolvimento das habilidades sociais dos jovens, bem como a autonomia e o senso de pertencimento, assim como a família pode ser boa, ela também pode ser ruim, é o que ocorre em casos em que há negligência, autoritarismo ou ausência de comunicação, o ambiente que era para ser bom e acolhedor, torna-se um fator de risco, já que a falta do acolhimento pode acarretar em sentimentos ruins, como a rejeição, baixa autoestima e confusão identitária, dificultando a adaptação social do adolescente (Baptista, Baptista, & Dias, 2001).

A família é a mediadora simbólica que deve ser capaz de ofertar referências para que o adolescente compreenda seu lugar no mundo e internalize normas e valores de maneira segura e eficaz (Erikson, 1976). Assim, atua como núcleo estratégico de proteção, promoção da saúde mental e preparação para o exercício da cidadania, articulando vínculos afetivos à socialização normativa.

O modo que os pais se relacionam com os filhos são diretamente influenciados na construção da identidade dos adolescentes, isso porque as famílias que incentivam os filhos a serem autônomos e há equilíbrio familiar, como orientações, limites e acolhimento, os jovens geralmente agem com maior maturidade emocional e prezam pelos valores que foram transmitidos na convivência diária e pelas conversas, acolhimentos e práticas que essa família desempenha, é normal que os adolescentes normalizem a forma como sua família vive e lida com as situações (Baptista; Baptista; Dias, 2001).

De acordo com Erikson (1976), a adolescência trata-se do período em que esses jovens buscam fazer parte dos grupos, utilizando como modelo de conduta as práticas que sua família exerce, o que influencia de forma direta no processo identitário. Devido a isso é necessário que haja exemplos positivos de empatia, respeito, comunicação e acolhimento por parte da família, reforçando assim a capacidade do adolescente em transmitir essas características.

3.2 Conflitos familiares e repercussões na identidade

Na adolescência busca-se a autonomia e a construção da identidade, o que é feito mediante processos que possuem ligação com as experiências familiares. Os conflitos que existem no ambiente doméstico acabam acarretando em prejuízos nessa criação identitária, onde há enorme senso de crítica, falta de afeto, rivalidade e até mesmo normas que são quase impossíveis de se cumprir. Esse conjunto não é benéfico para os jovens que estão buscando conhecer suas identidades e pode prejudicar o desenvolvimento do senso de identidade estável, o que dificulta a criação da percepção por parte do adolescente, podendo ficar perdido, sem entender sua posição no mundo (Baptista, Baptista, & Dias, 2001).

Conforme descreve Oliveira, 2006, a identidade se forma mediante as interações dos adolescentes com sua família, assim sendo, quando o jovem possui pais responsáveis e que são modelos, é muito mais fácil que os filhos tenham valores e atitudes inegociáveis. Quando é o caso de se conviver com parentes que são incoerentes, ambíguos ou que são “não referência”, os jovens podem se sentir inseguros ou experimentar um sensação de perda simbólica, em que há o enfraquecimento da capacidade dos mesmos em interpretar seus desejos e anseios pessoais, acarretando em sentimentos como a desvalorização, a hostilidade ou o ressentimento com relação ao próprio núcleo familiar. O reconhecimento parental acaba tornando mais fácil a construção da identidade e quando se tem a falta deste reconhecimento, o processo é mais doloroso e instável, já que a identidade não pode

ser efetuada somente em convivência com a família, deve haver uma atuação social ampla, convivendo em diferentes meios. Nos casos em que o ambiente familiar não cumpre com o seu papel de oferecer suporte afetivo, simbólico, escuta e acolhimento, pode acarretar em casos mais extremos, quando esses jovens se sentem em desequilíbrio podem optar por mecanismos de defesa, como comportamentos de riso, estratégias de alívio temporário ou sofrimento emocional, o que piora e atrasa ainda mais a consolidação da formação identitária coerente e integrada.

Os estudos mais recentes indicam que os conflitos familiares tendem a aumentar a viabilidade de que os jovens tenham problemas de comportamento ou emocionais, como a depressão a automutilação, pensamentos suicida e condutas de risco. Conforme ressalta Baptista, Baptista, & Dias, 2001, a depressão pode ser desencadeada por sentimentos como a rejeição ou a negligência parental, o que pode comprometer a capacidade dos adolescentes em se conectarem com as demais pessoas e desenvolvimento de habilidades sociais na criação da identidade. A psicanálise enxerga os conflitos familiares como pressupostos de reforços negativos nos adolescentes, que acabam aceitando o sentimento de ódio, ressentimento, e internalizam como normais comportamentos que não devem ser considerados normais, o que pode acarretar em comportamentos desafiadores ou transgressores, como um método de tentar afirmar que tem identidade própria, que manda em si, em que o seio familiar deve reconhecer, acolher e garantir segurança emocional.

Acerca de tudo que já fora descrito até aqui, é necessário demonstrar como os conflitos impactam na vida e na construção da identidade dos adolescentes, já que os conflitos não são passageiros e podem influenciar no bem estar dos mesmos e na inserção social de maneira duradoura. Quando a família acompanha esses adolescentes de forma efetiva, promovem mediação de conflitos e promove comunicação ativa, afeto, escuta e afeto, favorece a diminuição de fatores de risco e garante que haja uma construção identitária saudável e coerente (Baptista, Baptista, & Dias, 2001).

4 Desafios da transição da infância para a adolescência

A transição que ocorre da infância para a adolescência é o momento que há mudanças físicas, cognitivas e também emocionais, exigindo que os jovens passem pelo processo de adaptação, ele lida com a busca pelo entendimento das mudanças no corpo, na busca por sua identidade e também sente maior necessidade de autonomia. É um processo de adaptação e autoconhecimento que acarreta impactos na identidade e na saúde mental dos mesmos, isso porque geralmente é o início da puberdade, que acaba despertando questões na cabeça destes, relacionadas a como eles se enxergam, a aceitação social e quanto a definição de valores pessoais, que se tornam fundamentais para a construção do “eu” adolescente (Erikson, 1976).

Conforme o autor Erikson (1976) preceitua, as mudanças ocorrem não somente no corpo, mas também na mente dos jovens, que passam a lidar com desafio psicológicos e sociais, buscando autonomia e independência, isso tudo enquanto tenta pertencer a um mundo, a um grupo de pares, acarretando assim em possíveis conflitos internos e externos. Também surgem dúvidas quanto às suas habilidades pessoais, eles fazem comparações entre si e os colegas e enfrentam pressões para estarem em conformidade com às expectativas da família e da escola, o que pode contribuir com a insegurança e também com a instabilidade emocional. Essa transição também acaba fazendo com que seja necessário que se façam ajustes na rotina, no relacionamento familiar, na forma em que os jovens lidam com as regras e

os limites. Adolescentes que possuem suporte familiar adequado desenvolvem maior autoestima, senso de responsabilidade e capacidade de tomar decisões, enquanto contextos de negligência, autoritarismo ou falta de comunicação podem aumentar a vulnerabilidade a comportamentos de risco e dificuldades na formação da identidade (Baptista, Baptista, & Dias, 2001).

Finalmente, é necessário compreender que os desafios desse período de transição são necessários na promoção de estratégias de apoio que favoreçam os jovens, seja quanto ao seu desenvolvimento emocional, social ou cognitivo ou para que ele consigam buscar a construção de uma identidade de forma saudável e integrada, contando com o apoio dos pais, dos profissionais que conseguem ajudar e da escola.

4.1 Mudanças físicas e biológicas e o desenvolvimento cognitivo e emocional

Na adolescência é que ocorrem as maiores mudanças no corpo e na mente dos adolescentes, isso porque é o período em que há o desenvolvimento humano e as transformações biológicas, cognitivas, emocionais e sociais. Tais mudanças influenciam diretamente os relacionamentos na adolescência e a maneira como o adolescente se relaciona com o mundo e com as pessoas ao seu redor (Justo, 2005). Dito isso, é evidente que os relacionamentos interpessoais, incluindo os amorosos e as amizades, frequentemente viram fonte de conflitos, angústias e aprendizados.

O desenvolvimento psicossocial, descrito e desenvolvido por Erik Erikson descreve que a adolescência é a fase em que: há “identidade versus confusão de papéis”, onde o indivíduo busca consolidar um senso coerente de si mesmo (Erikson, 1976). Isso quer dizer que a busca pela identidade acaba influenciando de forma direta os relacionamentos, já que os adolescentes ainda estão em fase de desenvolvimento de suas características, como a auto imagem, valores, crenças e limites pessoais e essa instabilidade identitária acarreta em possibilidade de dificuldades na construção de vínculos seguros e na manutenção de relacionamentos estáveis (Justo, 2005).

Há também o desenvolvimento da capacidade de pensamento abstrato, que é descrita por Piaget como sendo uma característica que pertence a fase das operações formais, e isso quer dizer que os adolescentes começam a refletir sobre temas como: a moralidade, a reciprocidade, a intimidade e a lealdade, que são as características fundamentais de um relacionamento (Piaget, 1994). Conforme descrito, essas habilidades ainda estão em fase de maturação e é comum que haja interpretações que nem sempre são corretas, podendo ser distorcidas ou idealizadas como uma relação “ideal”, acarretando frustrações e conflitos interpessoais.

Além disso, os grupos em que esses adolescentes estão inseridos cobram dele que haja a busca por pertencimento, acarretando no medo da exclusão social exercendo assim uma enorme influência acerca dos comportamentos relacionais (Polanczyk, 2009). Surge então a necessidade da aceitação, que pode levar os jovens a desenvolverem atitudes e comportamentos pouco autênticos ou prejudiciais, como submissão, dependência emocional ou envolvimento em relações marcadas por possessividade e controle (Justo, 2005).

A regulação emocional é um dos pressupostos do desenvolvimento que ocorre na adolescência, desempenhando um papel de suma importância acerca das dificuldades relacionais, a imaturidade emocional pode gerar reações impulsivas e dificuldade em se relacionar, escutar de forma empática e também acarreta na baixa tolerância quanto a frustração, comprometendo assim a qualidade da comunicação e a capacidade de resolução de conflitos (Aguiar, Barrera, 2017).

Durante a adolescência, o corpo passa por alterações hormonais e fisiológicas que influenciam o comportamento, o humor e as relações interpessoais, tais mudanças, naturais do crescimento, podem gerar desconforto e insegurança, especialmente quando o jovem se compara a padrões de beleza ou desenvolvimento impostos socialmente. A forma como o adolescente percebe e aceita seu corpo tem forte impacto em sua autoestima e na maneira como se posiciona no mundo (Aguiar, Barrera, 2017).

A adolescência é caracteriza como adolescente o período entre 12 (doze) e 18 (dezoito) anos, é a etapa em que há o desenvolvimento humano, como a puberdade, sendo caracterizada pelas transformações sociais, físicas, emocionais e psicológicas, é marcada pelas transições e mudanças corporais e pela construção de uma nova forma de perceber o mundo e a si mesmo.

Na fase da adolescência é que ocorre o amadurecimento biológico, que é fortemente influenciado pela produção de hormônios. O hipotálamo, que é localizado no cérebro, envia estímulos por meio do sistema nervoso central e da corrente sanguínea para as gônadas testículos, que estão presentes nos meninos e nas meninas, para os ovários, gerando assim uma liberação dos hormônios sexuais responsáveis pelo desenvolvimento das características sexuais secundárias. Nos meninos, podem ser observadas mudanças como o surgimento de pelos, o tom de voz e o início da ejaculação. Já nas meninas ocorrem mudanças como a primeira menstruação, as mudanças do corpo que adquirem formas mais arredondadas e indicam o amadurecimento reprodutivo. Tornando-se possível que elas comecem a engravidar, caso não haja a utilização de métodos contraceptivos, a gestação já pode ocorrer nessa fase.

O conceito de adolescência, tal como é conhecido atualmente, surgiu em um contexto histórico específico, associado à industrialização e à urbanização das sociedades, conforme aponta o Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA). Embora a transição entre infância e vida adulta sempre tenha existido, foi a partir do século XVII que a adolescência passou a ser reconhecida como uma fase distinta do desenvolvimento humano.

A formação da identidade sexual faz parte dessa fase de busca identitária também, em que a sexualidade se desenvolve, dando início ao prazer e ao desejo, relacionando-se diretamente com a forma em que os adolescentes se reconhecem e se posicionam nos grupos sociais em que integram, é por meio desta formação que os jovens buscam a afirmação de sua identidade, o fortalecimento de sua autoestima e o estabelecimento de vínculos de aceitação e reconhecimento com os outros.

Surges questões quanto às diferenças de gênero, que também se evidenciam durante esse amadurecimento. As meninas amadurecem mais cedo e rápido e os meninos mais tarde e devagar, as meninas são intimamente ligadas à aspectos emocionais, já os meninos possuem como incentivo a adoção de comportamentos mais racionais e assertivos e essas construções sociais acabam influenciando de forma direta o modo como cada um desperta a vivencia e expressa sua sexualidade.

Anteriormente a vida sexual se iniciar, os adolescentes criam interesses e curiosidades sobre sexualidade, é algo que ocorre conforme a idade vai chegando e os meninos geralmente possuem mais tendências a demonstrar comportamentos de aproximação e conquista, já a maioria das meninas optam por adiar um pouco mais o início das atividades sexuais, possibilitando verificar diferentes modos para lidar com o despertar sexual que ocorre.

Acerca das transformações de caráter cognitivo e emocional, as transformações ocorrem de forma corporal também, os adolescentes começam a

questionar os motivos das regras, refletem acerca de seus valores e iniciam as tomadas de decisões com base nas próprias crenças e percepções. Conforme preceitua Erikson (1976), há uma crise de identidade em que os adolescentes buscam integrar suas experiências anteriores com as expectativas do que viverão no futuro, essa busca pela coerência interna é útil no amadurecimento mental dos adolescentes e para que eles criem desenvolvimento da autonomia emocional.

No mais, quando os jovens não recebem o devido apoio da família, da escola e de seus grupos sociais, há uma vivência de sentimentos de confusão, isolamento e baixa autoestima. Dito isso, surge a necessidade de se compreender as mudanças físicas e emocionais dessa fase, o que garante que haja a promoção de um ambiente que estimule o equilíbrio psicológico e o fortalecimento da identidade (Gunther, 2022).

4.2 Desafios escolares e construção da identidade

A escola exerce um papel que possui suma importância acerca da socialização e também quanto à consolidação da identidade dos adolescentes. No ambiente escolar esses jovens têm suas relações ampliadas, já que conhecem e convivem com outros adolescentes, que na maioria das vezes tiveram outra criação, outros valores e são diferentes, isso faz com que os mesmos tenham que desenvolver a capacidade de conviver com as diferenças, os jovens também aprendem a lidar com normas e regras sociais, já que a escola é dotada das mesmas, além disso, há o desenvolvimento das competências de cognição, emoção e sociais. O convívio com mestres, professores e colegas oportuna a experiência de conviver com diferentes papéis, levando para suas vias os valores que contribuem para a formação de sua identidade (Moraes, 2009).

Porém, a escola também é dotada de desafios, como a pressão por resultados, para que esses jovens tenham notas boas, aprendam o conteúdo. A competitividade acadêmica, as situações em que há bullying, exclusão ou até mesmo discriminação acarretam em sofrimento psíquico, o que impacta de forma negativa na autoestima e no senso de pertencer desses adolescentes, isso pode dar início a problemas como ansiedade, desmotivação, sentimento de inadequação e devem ser reconhecidos e manejados (Aguiar, Barrera, 2017).

Ademais, acerca do cotidiano escolar, há a exposição dos adolescentes a diferentes grupos, valores e padrões de comportamento. Isso quer dizer que as atitudes dos adolescentes podem mudar conforme ele integra os grupos, podendo reforçar a socialização ou acentuar inseguranças e conflitos já existentes. É de suma importância que haja base emocional, assim, quando o jovem estiver em uma situação que necessite, ele saberá agir, ademais é necessário que haja suporte para esses adolescentes, recebido pelos pais, familiares, professores e psicólogos, atuando como mediadores das experiências que desafia-os.

As escolas que possuem como parte do seu currículo a promoção de diálogos, respeito á diversidade racial, cultural e entre outras, cooperação e inclusão colaboram para que haja melhorias acerca do fortalecimento da identidade e da autonomia dos adolescentes, por outro lado, escolas que utilizam exclusão, punição excessiva ou falta de reconhecimento do valor desses jovens, tendem a aumentar a vulnerabilidade emocional, acarretando assim em uma série de problemas, que gera prejuízo ao desenvolvimento integral dos alunos (Aguiar, Barrera, 2017).

Assim, é necessário que tenha-se uma ação integrada entre a escola, a família e os profissionais da psicologia, criando-se ambientes acolhedores, mediante a aplicação de práticas pedagógicas inclusivas e incentivando o desenvolvimento de

competências socioemocionais, que garantem que o adolescente será apoiado em sua construção identitária e na capacidade de enfrentar adversidades de forma saudável (Moraes, 2009).

5. O trabalho da psicologia na transição da infância para a adolescência

A transição que ocorre entre a infância e a fase adulta é a adolescência, que é marcada por profundas transformações quanto ao desenvolvimento humano, requerendo que a psicologia tenha uma escuta sensível e também considere as dimensões emocionais, cognitivas e sociais que fazem parte dessa etapa de suma importância. Conforme descreve Zappe e Dell'Aglio (2016), é um período que possui diferentes alterações biológicas, psíquicas e sociais, essas mudanças acabam influenciando nas decisões, na construção da identidade e na redefinição de seus laços. Tal processo é dotado de afastamento das figuras parentais, busca-se autonomia e novos grupos passam a serem referência, tais novidades podem acarretar no despertar de novos sentimentos que ocorrem de forma mista, seja por insegurança ou a curiosidade daquilo que não se desconhecido. Assim, surge a necessidade do psicólogo, que assume um papel de extrema necessidade, reconhecendo as nuances dessa transformação, ouve de forma ativa esses adolescentes e fornecem um ambiente de acolhimento, apoio, pensamento crítico, já que os psicólogos desenvolvem essa habilidade nos adolescentes, fazendo com que eles se analisem, também há o apoio na resolução de conflitos e no desenvolvimento de competências internas.

O estudo das autoras Jana Zappe e Débora Dell'Aglio possui como interesse demonstrar os comportamentos de risco e os fatores que possuem associação em adolescentes aplicado a diferentes contextos, aqueles que vivem com suas famílias e o acolhimento institucional em internação socioeducativa. Segundo essa análise, ficou nítido que quando há um olhar psicológico acerca da adolescência que ultrapasse a visão meramente patológica, entendendo que a adolescência não deve ser enxergada somente como período de risco, mas como um período em que há potencialidades, o suporte social, os vínculos estabelecidos com a família e o acesso a ambientes que esses adolescentes sentem segurança e proteção, são fatores fundamentais.

Tendo em vista esse aspecto, a psicologia possui como função fazer a análise dos fatores de risco, das situações de negligência, violência ou exclusão, também devendo estar atenta aos elementos referente a proteção, que favorecem o desenvolvimento saudável e formação da identidade, devendo então os psicólogos priorizarem o fortalecimento dos recursos subjetivos, as condições ambientais em que esses adolescentes estão integrando e os auxiliar na ressignificação das vivências da infância, lidando com os traumas se for o caso, bem como, aprendendo a lidar com as novas demandas que surgem com transição para a vida adulta.

Dentro da psicologia entende-se que essa fase de transição em que o adolescente passa por enormes oscilações emocionais existe a dificuldade em se expressar de forma verbal o que ele sente ou pensa. Devido a isso, surge a necessidade do acompanhamento psicológico, prestando atenção nas manifestações não verbais, inclusive no que se refere a aplicação psicoterapêutica. Conforme descreve Santos, Santos e Oliveira (2008), o silêncio foi historicamente interpretado como sendo um tipo de resistência em relação ao processo terapêutico, entretanto, com os estudos feitos, ficou evidente que há recursos expressivos, garantindo que as pessoas possam se comunicar de outras formas, devendo ser respeitados seu ritmo e formas de expressão.

Sendo assim, o silêncio passou a fazer parte das formas de comunicação, expressando medos, inseguranças ou até mesmo a dificuldade de simbolizar as vivências. Desse modo, a escuta clínica deve ser ativa e considerar elementos que vão além da fala, como gestos, posturas, expressões faciais e nuances acerca da tonalidade da voz. Os autores afirmam que "os canais de comunicação não verbais estabelecidos a cada encontro podem ser tão ou mais importantes do que as verbalizações do paciente" (Santos, Santos & Oliveira, 2008, p. 1), deixando em evidência que é necessária a aplicação de práticas psicológicas sensíveis e acolhedoras, que vão além do que é ouvido, analisando também as expressões dos adolescentes.

Logo, o trabalho dos psicólogos com os adolescentes deve reconhecer o silêncio como parte do processo de terapia e comunicação, estabelecendo assim um vínculo entre paciente e psicólogo. A escuta qualificada incluem dimensões paraverbais, corporais e de intuição, permitindo que os psicólogos condigam compreender conteúdos emergentes de forma indireta, reconheça afetos, conflitos e necessidades demonstradas por meio do silêncio, dos gestos e as nuances emocionais (Santos, Santos & Oliveira, 2008). Assim, para que haja uma boa prestação por parte dos psicólogos, é necessário que se atentam ao olhar sensível, empático e que consigam efetuar o acolhimento das resistências apresentadas, transformando este cenário em um espaço seguro, confortável e em que os adolescentes sintam-se a vontade para se expressarem sem medo de julgamento ou exposição. Desse modo, a escuta é uma forma clinica que fortalece a relação e o desenvolvimento terapêutico, capacitando a simbolização, que é um dos processos de suma importância na construção identitária dos adolescentes.

Quando se relaciona os ensinamentos de Zappe e Dell'Aglio (2016) e Santos et al. (2008), torna-se evidente que a Psicologia necessita atuar na transição entre a infância e a adolescência de forma simultânea, efetuando a compreensão das mudanças emocionais, cognitivas e sociais que ocorrem nesse período de transição e também atuando mediante escuta clínica ajustada às especificidades de cada um desses adolescentes. O psicólogo deve atuar como um facilitador, que consegue entender as pressões adultas e entender também o universo dos jovens, olhando para o interno de cada um, auxiliando nas mudanças pelas quais ele está passando, entendendo suas próprias experiências e vínculos. O trabalho do psicólogo é repleto de riscos e proteção por vários contextos acerca do desenvolvimento, seja pela família, pela escola, pelos grupos de pares ou até mesmo pela comunidade, requerendo que os psicólogos possuam uma postura ética, cuidadosa e estejam sempre atento às particularidades de cada paciente.

Sendo assim, esse processo de transição da infância para a adolescência exige que os psicólogos vejam e entendam que os adolescentes estão passando por sua construção, garantindo que eles sejam ouvidos mesmo no silêncio, oferecendo uma escuta ativa, acolhimento, respeito, segurança e garantindo que esses adolescentes aprendam a lidar com suas emoções e angustias de forma efetiva, acarretando no desenvolvimento de identidade e autonomia.

Conforma descrito por Winnicott (1975), o ato de brincar representa uma das formas mais fundamentais de comunicação, garantindo que o sujeito integre elementos da sua vida interna com as experiências que o mundo possibilita a ele. É uma forma de recurso terapêutico de suma importância, assim como a escuta é utilizada como foco central na clínica com jovens. Zappe e Dell'Aglio (2016) apontam que quando há o fortalecimento da proteção, da validação, do reconhecimento das capacidades dos adolescentes, esses consequentemente acabam desenvolvendo

saúde mental de forma mais eficaz durante o período de transição. Portanto, a atuação psicológica possui como objetivo compreender o desenvolvimento humano baseado na escuta ética, sensível e empática, auxiliando no avanço emocional e na manifestação do modo próprio de cada um, consolidando a passagem da infância para a adolescência.

6 METODOLOGIA

Para o desenvolvimento do presente trabalho, adotou-se o método de revisão de literatura, partindo da análise de obras acadêmicas que versem sobre o tema proposto (livros, teses, dissertações, artigos, etc). Segundo Alda Judith Alves Mazzotti:

> A revisão de literatura ou revisão bibliográfica teria então dois propósitos: a construção de uma contextualização para o problema e a análise das possibilidades presentes na literatura consultada para a concepção do referencial teórico da pesquisa. (ALVES MAZZOTTI, 2002):

Portanto, a utilização do método de revisão de literatura neste caso possui a intenção de fazer uma análise do compilado de informações existentes sobre o tema e indicar qual a posição do pesquisador baseado nos trabalhos científicos já escritos, bem como no saber científico, projetando uma relação entre o objeto de estudo, os materiais lidos, a compreensão desses materiais, de forma a indicar um ponto de vista, concordante ou discordante, utilizando tudo que foi interpretado.

Foram utilizados sites como o Scielo, o Google Scholar, o site da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e também o Portal da CAPES para fazer a busca pelos artigos e trabalhos que embasaram esta pesquisa. Foram utilizados descritores de saúde (Desc) como: Adolescência, Estratégias, Saúde Mental, Identidade.

Os critérios de inclusão foram textos em português e inglês e disponível na íntegra, publicados no período de 2008 a 2025. O critério de exclusão foram artigos que fizeram fuga ao tema, texto disponíveis em outras línguas que não fossem português e inglês, textos publicados anteriormente ao ano de 2008.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo fazer uma revisão literária sobre a saúde mental na adolescência e suas implicações no processo de desenvolvimento da identidade dos adolescentes, para isso foram utilizados artigos, livros e dissertações de embasamento com o mesmo tema.

A conclusão que se chega é que esse é um assunto de extrema importância e que não possui a devida atenção que merece, já que mesmo havendo ações que atuem na promoção da saúde mental dos adolescentes, essas ainda são escassas. A adolescência é caracterizada como um período de desenvolvimento que marca as transformações emocionais, cognitivas e sociais e precisa de atenção, já que é o momento em que os adolescentes formam seu caráter.

As mudanças sofridas pelos adolescentes durante esse período de transição entre crianças e adultos são importantes, portanto, esse trabalho teve como pontapé a necessidade da compreensão da relação existente entre saúde mental e o processo

de construção da identidade que ocorre na adolescência, dessa forma, tornou-se possível verificar que os adolescentes baseiam a formação de suas identidades em questões de vivências familiares, escolares, culturais e suas demandas internas, trazendo à tona a necessidade de ampliação do olhar, considerando a complexidade e também os aspectos que possuem relação com o tema em questão.

De acordo com o que explica Erikson (1976), a adolescência trata-se de um período em que se caracteriza uma crise identitária, em que os adolescentes necessitam da integração entre a história pessoal dele e às expectativa que o mesmo têm para o futuro. Quando esse desenvolvimento possui vivências e experiências que não são compreendidas ou trabalhadas conforme devem ser, podem gerar nos adolescentes sentimentos ruins, confusão, insegurança ou sofrimento psíquico.

Assim, os estudos analisados neste trabalho demonstram que a saúde mental com relação à adolescência não pode ser resumida somente na ausência de transtornos, mas também engloba a capacidade que esse adolescente possui de estabelecer vínculos, acolhendo suas emoções, aprendendo a lidar com elas e reconhecer que precisa de um tempo, desenvolvendo assim características como a autonomia e a sensação de pertencer a grupos sociais.

Percebe-se que o bem-estar dos adolescentes é intensamente influenciado por questões como a dinâmica familiar, o ambiente escolar e até mesmo as relações sociais que o mesmo faz parte, como amizades e relacionamentos que ele possui. A questão sociocultural também tem forte influência no bem estar dos adolescentes, isso porque se são pessoas que possuem oferecimento de diálogo, suporte e acolhimento, há um favorecimento na construção de uma identidade segura e saudável. Por outro lado, se o adolescente faz parte do meio em que há situações de negligência, violência e em que não é ouvido, aumenta-se a vulnerabilidade deste. Devido a isso é tão necessário que a sociedade reconheça e valide que a adolescência é um período em que é exigida proteção, cuidado e esses adolescentes necessitam se sentirem confortáveis para se expressarem.

No período de transição entre infância e adolescência, o trabalho da Psicologia se mostra essencial na compreensão e apoio dos jovens que passam por tantas mudanças e inconstâncias, diante disso, o doutrinador Erikson (1976) relata que a fase da adolescência é o momento em que há uma crise de identidade, esses adolescentes querem incluir experiências passadas com expectativas futuras. Devido a isso, os psicólogos são necessários, sejam inseridos em contextos clínicos ou escolares, contribuindo para que esses adolescentes tenham apoio no desenvolvimento interno deles, fortalecendo assim sua autoestima e também mediando os conflitos que podem surgir.

Os autores Schoen-Ferreira, Aznar-Farias e Silvares (2003) garantem que deve haver um trabalho preventivo, mediante a aplicação de ações psicoeducativas, mediando a redução do sofrimento psíquico e favorecendo a construção e adaptação emocional e social dos adolescentes. Isso quer dizer que a adolescência é o momento em que há a exploração que fomenta a criação da identidade sólida, quando se tratam de famílias que oferecem suporte e recursos, esses adolescentes se comprometem com suas escolhas de forma mais consciente.

Finalmente, esta pesquisa corrobora com a ideia de que a construção da identidade dos adolescentes necessita de abordagens integrativas, em que haja o envolvimento da família, da escola, da comunidade e dos profissionais da psicologia, que sabem conduzir esses adolescentes na criação de suas identidades. Conforme destaca Oliveira (2006) é necessário que esses adolescentes se sintam compreendidos e entendidos, já que trata-se mais que um ser humano em transição,

é um sujeito ativo na construção de si mesmo. Assim, é necessário que se ofereça a esses adolescentes espaços de escuta, empatia e acolhimento, auxiliando esses jovens no desenvolvimento da segurança emocional, autonomia e propósito. Logo, essa pesquisa reafirma a importância de dar a devida atenção necessária à adolescência, olhando essa fase com sensibilidade, empatia e também com responsabilidade, já que se trata da fase de descoberta e formação da identidade saudável e equilibrada, quando mediada por um psicólogo, torna-se mais fácil e menos dolorosa a criação desta identidade.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Luís Gustavo Faria ; BARRERA, Sylvia Domingos. Manifestações de Bullying em Diferentes Contextos Escolares: um Estudo Exploratório. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 37, n. 3, p. 669–682, 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pcp/a/VsFcwh63RWWvgfFQTV64kCH/?format=html&lang=pt. Acesso em: 17 nov. 2025.

BAPTISTA, M. N.; BAPTISTA, A. S. D.; DIAS, R. R. Estrutura e suporte familiar como fatores de risco na depressão de adolescentes. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 21, n. 2, p. 52–61, 2001. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pcp/. Acesso em: 9 set. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Saúde do adolescente: competências e habilidades. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_adolescente_competencias_habilidades.pdf. Acesso em: 17 nov. 2025.

BUCHANAN, C. M. et al. Editorial: Adolescent storm and stress: a 21st century evaluation. Frontiers in Psychology, v. 14, p. 1257641, 2023. Disponível em: https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1257641/full. Acesso em: 11 set. 2025.

BENETTI, S. P. C., PIZETTA, A., SCHWARTZ, C. B., HASS, R. de A., & MELO, V. L. (2010). Problemas de saúde mental na adolescência: características familiares, eventos traumáticos e violência. Psico-USF, 15(3), 321-332.

Drummond, M. & Drummond Filho, H. (1998). Drogas: a busca de respostas. São Paulo: Loyola.

ERIK H. Infância e sociedade. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

ERIKSON, E. Identidade, juventude e crise. 2ª ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1976

GIL, Antonio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GÜNTHER, Isolda de Araújo. As necessidades emocionais do adolescente e a escola. **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, v. 1, n. 1, p. 45-57, abr. 1993. Disponível em:

https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X1993000100007. Acesso em: 18 nov. 2025.

JUSTO, José Sterza. O "ficar" na adolescência e paradigmas de relacionamento amoroso da contemporaneidade. **Revista do Departamento de Psicologia**. UFF, v. 17, n. 1, p. 61–77, 2005. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rdpsi/a/CzDWtQfHHy7ktgH7S8gfSMF/?format=html&lang=pt. Acesso em: 18 nov. 2025.

LIMA, Letícia Saldanha de; DIAS, Hericka Zogbi Jorge. Saúde mental e violência na adolescência: uma revisão de literatura acerca das implicações na saúde destes jovens. Barbarói, n. 40, p. 28-47, 2014. Disponível: https://seer.unisc.br/index.php/barbaroi/article/view/2988. Acesso em: 12 nov. 2025.

MARÇOLA, Aline Gabrício; BRAZ, Julia Andrade; REATO, Lígia de Fátima Nóbrega. Evidências do impacto da violência na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática, 2025. **Brazilian Journal of Health.** Review ISSN: 2595-6825. Disponível em: https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/77858/53997. Acesso em: 18 nov. 2025.

MARQUES, Maria de Fátima Cardoso; VIEIRA, Neiva Francenely Cunha; BARROSO, Maria Grasiela Teixeira. Adolescência no contexto da escola e da família: uma reflexão. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, v. 2, n. 7, p. 141–150, 2017. Disponível em: https://revistas.ufpr.br/refased/article/view/8094. Acesso em: 8 nov. 2025.

MCGUIRE, Marta Laia. A identidade e a adolescência: o papel da enfermagem de saúde mental e psiquiátrica. 2024. Disponível em: https://comum.rcaap.pt/entities/publication/51a82b9c-69c1-4e4c-86c4-421e6c692795. Acesso em: 11 nov. 2025.

MESQUITA, C.; RIBEIRO, F., MENDONÇA, L.; MAIA, Â. (2011). Relações familiares, humor deprimido e comportamentos autodestrutivos em adolescentes. *RPCA, n. 03 (2011)*. Disponível em: http://hdl.handle.net/11067/115. Acesso em: 17 nov. 2025.

MORAES, L. A. S. Identidade do adolescente na contemporaneidade: contribuições da escola. **Transformações em Psicologia**, v. 2, n. 1, p. 86–98, 2009. Disponível em: https://revistatransformacoespsi.org/artigo/2009-86. Acesso em: 22 set. 2025.

OLIVEIRA, M. C. S. L. de. Identidade, narrativa e desenvolvimento na adolescência: uma revisão crítica. **Psicologia em Estudo**, v. 11, n. 2, p. 427–436, 2006. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/. Acesso em: 26 set. 2025.

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). Saúde mental dos adolescentes; 2020. Disponível em: https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes. Acesso em: 18 nov. 2025.

PAPALIA, D. E.; MARTORELL, G. Desenvolvimento Humano. 14ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2022. Disponível em:

https://minhabiblioteca.com.br/catalogo/livro/83056/desenvolvimento-humano/. Acesso em: 17 nov. 2025.

PIAGET, Jean. O juízo moral na criança. 2. ed. São Paulo: Summus, 1994.

POLANCZYK, Guilherme V.. Em busca das origens desenvolvimentais dos transtornos mentais. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 31, n. 1, p. 6–12, 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rprs/a/Wmxwn9gdS9zvL6xWcSkg7gd/?lang=pt. Acesso em: 18 nov. 2025.

ROCHA, Nathália dos Santos; SALES, Ana Flávia Costa. Autoestima e suas implicações na saúde mental de adolescentes. Disponível em: https://faculdadecienciasdavida.com.br/sig/www/openged/ensinoBibliotecaVirtual/000184_624c5f91948d5_048594_60142453df648_TCC_AUTOESTIMA_E_SUAS_IMPLICACOES_NA_SAUDE_MENTAL_DE_ADOLESCENTES.pdf. Acesso em: Acesso em: 11 nov. 2025.

ROSA, M. D. (2002). Adolescência: da cena familiar à cena social. **Psicologia USP**, 13(2), 227-241. https://doi.org/10.1590/S0103-65642002000200013 . Disponível em https://www.scielo.br/j/pusp/a/fgMrcs8TwWfcLn8yRQXRN3k/?lang=pt. Acesso em: 17 nov. 2025.

SAMPAIO, Centro Universitário Doutor Leão; RODRIGUES, Maria Carollyne de Souza. A saúde mental e a gestão das emoções na adolescência: Uma revisão narrativa da literatura. Disponível em: https://sis.unileao.edu.br/uploads/3/PSICOLOGIA/P1724.pdf. Acesso em: 12 nov. 2025.

SANTOS, L. F.; SANTOS, M. A.; OLIVEIRA, É. A. A escuta na psicoterapia de adolescentes: as diferentes vozes do silêncio. SMAD: **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 4, n. 2, p. 1–15, 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762008000200008. Acesso em: 17 nov. 2025

SCHOEN-FERREIRA, Teresa Helena, AZNAR-FARIAS, Maria ; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. A construção da identidade em adolescentes: um estudo exploratório. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 8, n. 1, p. 107–115, 2003. Disponível em: https://www.scielo.br/j/epsic/a/X5DFFZCZsb4pmrLchTsQVpb/abstract/?lang=pt. Acesso em: 17 nov. 2025.

SCHUMACHER, Amanda Tremarin. Desenvolvimento da identidade na infância e adolescência em diferentes contextos familiares. 2024. Disponível em: http://repositorio.unilasalle.edu.br/bitstream/11690/4060/1/Trabalho%20de%20Conclus%C3%A3o%20de%20Curso%20%281%29%20-%20Amanda%20Tremarin.pdf. Acesso em: 13 nov. 2025.

VAN DER KOLK, B. A. O corpo guarda as marcas: cérebro, mente e corpo na cura do trauma. São Paulo: Paidós, 2015.

VIGOTSKII, Lev Semenovich, 1896-1934 V741L. Linguagem, Desenvolvimento e Aprendizagem / Lev Semenovich Vigotskii, Alexander Romanovich Luria, Alex N. Leontiev; tradução de: Maria da Pena Villalobos. – 14ª edição – São Paulo: Ícone, 2016.

WINNICOTT, D. W. O brincar e a realidade. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

ZAPPE, J. G.; DELL'AGLIO, D. D. Adolescência em diferentes contextos de desenvolvimento: risco e proteção em uma perspectiva longitudinal. Psicologia em Estudo, v. 21, n. 3, p. 469–480, 2016. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-53712016000200002. Acesso em: 17 nov. 2025.