

UMA ABORDAGEM GESTÁLTICA DO FENÔMENO DA ADOLESCÊNCIA NA CONTEMPORANEIDADE¹

A GESTALTIC APPROACH TO THE CONTEMPORANEITY ADOLESCENCE PHENOMENON

Gabriela Moreira Jacob²

Nara Rúbia Gomes de Siqueira³

Rosimeire Ramos de Oliveira Lopes⁴

Oswaldo José Sobral⁵

RESUMO

O tema deste artigo científico é o fenômeno da adolescência na contemporaneidade em uma abordagem gestáltica. O objetivo geral é analisar a adolescência sob a ótica da Abordagem Gestáltica, que rompe essa perspectiva generalista, dando ênfase à singularidade do fenômeno. A adolescência é compreendida como um fenômeno biopsicossocial e histórico cultural, sendo possível abordar as principais questões existenciais dessa etapa do ciclo vital do processo de desenvolvimento do ser humano, ressaltando a importância dos cuidados com a saúde mental dos adolescentes. A metodologia utilizada é a revisão narrativa, por meio da qual não são exigidos critérios explícitos e sistemáticos para busca e análise da literatura existente sobre o tema. Para tanto, entre outras, foram pesquisadas obras dos seguintes autores: Bes (2020); Bock, Furtado e Teixeira (2023); Buber (1979); Cordioli e Grevet (2019); Dalgarrondo (2019); D’Acri, Lima e Orgler (2007); Fernandes (2013); Fukumitsu (2021); Perls, Hefferline e Goodman (1998); Ribeiro (1997); Pinheiro e Zanella (2021); Rossi *et al.* (2019); Santos (2013); Zanella (2013); Yano e Figueiredo (2021). O estudo foi estruturado em três subtópicos teóricos: 1) o fenômeno da adolescência na contemporaneidade; 2) cuidados com a saúde mental do adolescente; 3) uma abordagem gestáltica da adolescência. Enfim, foi possível compreender a adolescência a partir de uma perspectiva existencialista e fenomenológica que enfatiza a singularidade e subjetividade presentes em um mesmo fenômeno, possibilitando assim, uma visão holística desse ser humano em desenvolvimento.

¹ Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia, do Centro de Educação Superior Mais - FacMais - Unidade Acadêmica de Inhumas, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia, no segundo semestre de 2023.

² Discente do 10.º Período do curso de graduação em Psicologia e estagiária do Estágio Supervisionado Específico II, com ênfase em Psicologia Clínica, na Abordagem Gestáltica. E-mail: gabrielajacob@aluno.facmais.edu.br.

³ Discente do 10.º Período do curso de graduação em Psicologia e estagiária do Estágio Supervisionado Específico II, com ênfase em Psicologia Clínica, na Abordagem Gestáltica. E-mail: narasiqueira@aluno.facmais.edu.br.

⁴ Discente do 10.º Período do curso de graduação em Psicologia e estagiária do Estágio Supervisionado Específico II, com ênfase em Psicologia Clínica, na Abordagem Gestáltica. E-mail: rosimeirelopes@aluno.facmais.edu.br.

⁵ Professor-orientador, docente do Curso de Psicologia. Psicólogo. Especialista em Gestalt-Terapia e Docência Universitária. Mestre em Educação. E mail: osvaldojose@facmais.edu.br

Palavras-chave: Gestalt-Terapia; gestalt; adolescente; adolescência; contemporaneidade.

ABSTRACT

The theme of this scientific article is the phenomenon of adolescence in contemporary times in a Gestalt Approach. The general objective of this academic work is to analyze adolescence from the perspective of the Gestalt Approach, which breaks this generalist perspective, emphasizing the singularity of the phenomenon. Thus, adolescence is understood as a biopsychosocial and cultural historical phenomenon, making it possible to address the main existential questions of this stage of the life cycle of the human development process, highlighting the importance of caring for the mental health of adolescents. The methodology used is narrative review, through which explicit and systematic criteria are not required to search and analyze existing literature on the topic. To this end, among others, works by the following authors were researched: Bes (2020); Bock, Furtado and Teixeira (2023); Buber (1979); Cordioli and Grevet (2019); Dalgalarondo (2019); D'Acri and Orgler (2007); Fernandes (2013); Fukumitsu (2021); Perls, Hefferline, Goodman (1998); Ribeiro (1997); Pinheiro and Zanella (2021); Rossi *et al.* (2019); Santos (2013); Zanella (2013); Yano and Figueiredo (2021). The study was structured into three theoretical subtopics: 1) the phenomenon of adolescence in contemporary times; 2) adolescent mental health care; 3) a Gestalt approach to adolescence. Finally, it was possible to understand adolescence from an existentialist and phenomenological perspective that emphasizes the singularity and subjectivity present in the same phenomenon, thus enabling a holistic view of this developing human being.

Keywords: Gestalt-Therapy; gestalt; adolescent; adolescence; contemporaneity.

1 INTRODUÇÃO

O presente Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), que é apresentado na modalidade de artigo científico de revisão, tem como tema o fenômeno da adolescência na contemporaneidade, sob a perspectiva da Abordagem Gestáltica. Nesta perspectiva, o projeto de pesquisa que possibilitou a escrita deste trabalho acadêmico problematizou esta investigação científica mediante a elaboração das seguintes questões-problemas: Como a Abordagem Gestáltica compreende o fenômeno da Adolescência na contemporaneidade? Qual é a compreensão possível de saúde mental de adolescentes em uma perspectiva existencialista, fenomenológica e dialógica?

Sob esse entendimento, a hipótese elaborada é a de que a Adolescência acontece, sobremaneira, com descobertas e redescobertas de si mesmo, mediante um processo de desenvolvimento biopsicossocial e histórico-cultural que busca o reconhecimento do ser humano entre a infância e a adultez, etapa do ciclo vital que traz muitos questionamentos e resignificação sobre a própria história. Construí-la pode levar o adolescente ao reconhecimento de suas identidades: pessoal e social, vocacional e profissional, de gênero e orientação sexual. Neste momento, a Gestalt-Terapia pode auxiliá-lo nessa trajetória, no autoconhecimento, autorregulação e autoatualização dentro desse processo, buscando propiciar o desenvolvimento de seu auto-suporte, compreensivo e autônomo, sendo essa, a

motivação de se investigar a temática sob essa perspectiva.

Seguindo nessa direção, foi definido como objetivo geral analisar a adolescência como um fenômeno biopsicossocial e histórico-cultural, abordando as principais questões existenciais dessa etapa no mundo contemporâneo, visando a conscientização acerca da importância dos cuidados com a saúde mental de adolescentes. Para tanto, foram propostos os seguintes objetivos específicos: 1) contextualizar a construção do conceito de adolescência, desde o seu surgimento até a contemporaneidade; 2) apresentar conceitos dentro da Abordagem Gestáltica e relacioná-los com a forma de perceber a adolescência; 3) levantar dados sobre a atual condição de saúde mental do público adolescente; e, 4) propor possíveis estratégias para promover a saúde mental aos adolescentes.

Sendo assim, este trabalho acadêmico-científico foi desenvolvido mediante uma discussão intertextual entre nós e os autores consultados. E, para a estruturação deste TCC serão apresentados os seguintes subtópicos teóricos: a. o fenômeno da adolescência na contemporaneidade; b. cuidados com a saúde mental do adolescente; c. uma abordagem gestáltica da adolescência.

2 O FENÔMENO DA ADOLESCÊNCIA NA CONTEMPORANEIDADE

A adolescência na contemporaneidade é resultante de diversas transformações sociais e influenciada por fatores culturais, sendo considerada um fenômeno universal, mesmo que cada cultura tenha sua própria definição e conceito. Na compreensão de Bock, Furtado e Teixeira (2023) o adolescer, diferente da puberdade, não é uma fase do desenvolvimento humano considerada natural. Os conceitos para a definição dessa etapa da existência foram resultados de diversas mudanças nos contextos histórico, social, cultural e até mesmo econômico; e, desse modo, é um fenômeno que se transforma juntamente com os movimentos da sociedade.

De acordo com Fukumitsu (2021), essa é uma etapa em que há uma fragmentação entre se desprender do que era e se descobrir no novo. Essas transformações e transições se dão para além do que é compreendido através do conceito de maturidade atrelado às etapas do desenvolvimento humano. Nesse sentido, é necessária uma compreensão englobando todo o contexto – sendo este, o que possibilita a realização de tais descobertas – no qual o adolescente está inserido.

Ainda conforme Bock, Furtado e Teixeira (2023), do ponto de vista desenvolvimental, a adolescência, assim como outras etapas da vida, está sujeita à influência de alguns fatores que são indissociáveis, dentre eles, pode-se destacar: hereditariedade; crescimento orgânico; maturação neurofisiológica; ambiente; relações sociais; e cultura. Todos esses fatores estão interligados durante esse processo de formação do sujeito. Juntamente com eles, existem quatro aspectos básicos elencados para sistematizar os estudos na área, sendo eles: físico-motor; intelectual; afetivo-emocional; e social. Todas essas dimensões interagem constantemente entre si, visto que, o desenvolvimento precisa ser compreendido de modo totalizado.

Já no entendimento de Toledo, Noronha e Dias-Viana (2021), essas mudanças biopsicossociais inerentes à adolescência, podem ser benéficas ou não, funcionando, em determinado momento, como fator protetivo ou de risco para o desenvolvimento como um todo. Para os autores, existe, ainda, um campo de investigação científica responsável por analisar quais os impactos desses aspectos

na vida do jovem, sendo denominado *Positive Youth Development*. A partir disso, é possível perceber a importância das relações interpessoais no processo de construção do sujeito.

Segundo Bock, Furtado e Teixeira (2023), dentro da Psicologia, como ciência e profissão, existem diversos estudos para fundamentar o modo de compreender o ser humano. E, uma das propostas quanto à adolescência é refletir se essa etapa é comum a todos as pessoas ou se existem várias adolescências resultantes de diferentes contextos. A partir dessa perspectiva, Santos (2013) reforça a necessidade de considerar a relatividade desse fenômeno, pois o mesmo possui características variadas e peculiares, o qual o autor denomina como adolescências.

Nesse sentido, no período de transição do ciclo vital da infância para a vida adulta, diversos conflitos podem se manifestar devido à necessidade de se desprender do mundo infantil no qual pertencia e ter que se adequar às novas exigências para ingressar à vida adulta. Isto ocorre porque o ser humano se constitui a partir de suas relações intra e interpessoais, e, percebe-se que o mesmo influencia e é, na mesma medida, influenciado por seu campo existencial. Sendo assim, a forma com que ele percebe e é percebido pelo mundo, pode impactar o seu processo de formação, positiva ou negativamente.

Nessa perspectiva, a adolescência é um fenômeno recente que passou a fazer parte do Desenvolvimento Humano por ser resultado de um processo de construção, tendo em vista que, anteriormente, no período pré-industrial, ao sair da infância, os indivíduos já eram inseridos diretamente no mundo adulto, tendo que cumprir as responsabilidades esperadas desse estágio da vida. Após a Revolução Industrial, com a necessidade do deslocamento dos adultos para as fábricas, foi necessária a criação de um espaço para que as crianças permanecessem enquanto os pais trabalhavam; desse modo, surgiram as primeiras configurações de escolas, que tinham função de ensinar as condições básicas para que elas aprendessem a trabalhar.

Com os avanços tecnológicos na época, houve também um aumento da longevidade, fazendo com que as crianças precisassem permanecer na escola por mais tempo a fim de que não ocupassem o lugar de trabalho dos pais nas indústrias. Com isso, houve o início da formação de um grupo que possuía condições de serem inseridos no mundo adulto, pois detinham o conhecimento necessário acerca do trabalho e a capacidade física – resultante da puberdade – para exercê-lo, entretanto não podiam (Bock; Furtado; Teixeira, 2023).

Com o decorrer das várias transformações da sociedade e dos acontecimentos históricos durante os anos, a adolescência foi conquistando seu espaço no meio social, passando a ser percebida como um conceito em constante modificação. Especificamente no contexto do Brasil, um dos marcos importantes no que se refere à adolescência é a criação do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) a partir da Lei n.º 8.069 de 1990, que passou a conceber as crianças e adolescentes como sujeitos de direitos, os assegurando e protegendo de forma efetiva.

Na contemporaneidade é possível notar que os adolescentes estão cada vez mais conectados com as tecnologias e com o mundo virtual, o que em poucos anos atrás, não acontecia, mesmo quando a tecnologia já era presente no cotidiano da humanidade. De acordo com Pinheiro e Zanella (2021) essas não foram as únicas mudanças em relação ao passado, os adolescentes mudaram também os gostos, estilos e até mesmo a comunicação.

Com o desenvolvimento das tecnologias e o surgimento das redes sociais, as possibilidades de comunicação e interação se expandiram, do mesmo modo, o acesso às informações. Diante disso, diversos questionamentos emergem, pois até que ponto pode-se afirmar que a tecnologia é benéfica? Em quais circunstâncias ela pode trazer prejuízos? No que diz respeito à adolescência, existem esses dois extremos. Do mesmo modo em que a internet possibilita o acesso à informação, à comunicação e amplia as possibilidades de se relacionar, ela também pode isolar e prejudicar o desenvolvimento. Acerca desse processo, Pinheiro e Zanella (2021, p. 82) estabelecem uma relação com o conceito de Figura e Fundo da Gestalt-Terapia, evidenciando que “o campo está repleto de novas figuras advindas da tecnologia, que acabam por ampliar e reconfigurar o modo de ser e estar”.

A adolescência, assim como a contemporaneidade em si, são repletas de paradoxos. A atual geração é capaz de se conectar virtualmente, mas o contato físico, presencial, tem sido cada vez mais volátil. Percebe-se uma grande dificuldade de estabelecer vínculos sólidos e relações interpessoais saudáveis, o que possibilita uma reflexão sobre como os adventos tecnológicos podem influenciar esses processos.

As relações sociais têm perdido espaço para as redes sociais. Nesse novo cenário, os jovens buscam construir uma identidade que seja aceita no mundo virtual; e, desta forma, se tornam pertencentes a algum grupo, o que se justifica pela necessidade de pertencimento presente nesse período da vida. De acordo com Zanella e Zanini (2013), o meio virtual pode ser uma ferramenta em que se torna possível experienciar aspectos relacionais que de modo presencial é mais difícil para aquele adolescente, com isso ele cria uma “máscara”, se escondendo atrás de algo que ele não é para se sentir socialmente aceito. Devido a internet possibilitar novas formas de se conectar, Pinheiro e Zanella (2021) pontuam que é preciso conhecer a dinâmica das redes sociais para que seja possível entrar no mundo dos adolescentes, pois esse é o meio em que eles se encontram.

A reflexão acerca das relações que são estabelecidas ao longo de toda a vida é fundamental quando se analisa o ser humano considerando toda a totalidade de suas dimensões, pois é um aspecto indissociável da existência humana. Em tempos de modernidade, em que as relações têm se tornado efêmeras, principalmente durante a adolescência, é relevante abordar essa pauta a fim de que a importância de relações sociais sólidas, saudáveis e duradouras, seja mais valorizada. Essas relações tornam-se possíveis através do contato genuíno entre o “eu” e o “outro”, o que Buber (1979) descreve como a relação Eu-Tu, presente na fronteira de contato.

Além do uso excessivo da tecnologia – internet, *smartphones*, redes sociais e jogos eletrônicos – existe outro agravante na atualidade que pode estar impactando a sociabilidade, principalmente de crianças e adolescentes, o período pós-pandêmico. Durante a pandemia mundial de COVID-19, a sociedade passou por muitas readaptações em decorrência do isolamento social e os reflexos deixados ainda não são mensuráveis, apesar de vários estudos estarem sendo desenvolvidos, principalmente relacionados à área da educação, tendo em vista que as escolas são o principal meio de socialização das crianças e adolescentes. Nesse sentido, presume-se a existência de muitos resquícios que possivelmente tem interferido na sociabilidade e aprendizagem durante essa faixa etária.

Atualmente, considera-se que esse período de transição é marcado por diversas exigências sociais e complexas mudanças em vários âmbitos da vida da pessoa, que podem comprometer a saúde física e mental do adolescente. Apesar de transitórias, todas essas modificações nas estruturas orgânicas e psicológicas

podem implicar em estados de adoecimento, que poderão comprometer a existência futura deste ser em processo de desenvolvimento.

3 CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL DO ADOLESCENTE

Diante das percepções do fenômeno da adolescência na atualidade, observa-se a existência de uma visão generalizada e estereotipada dessa etapa do desenvolvimento humano, pressupondo que, naturalmente, seja conflituosa e tendenciosa ao caos. Essa perspectiva pode limitar o processo do adolecer, reduzindo-o a apenas uma fase difícil e passageira, comum a todos os indivíduos, desconsiderando assim, a vivência única com que cada ser experiencia essa etapa de sua existência, do mesmo modo em que banaliza o sofrimento que esse jovem vivencia.

Em função desse complexo processo de mudanças e descobertas, é inegável que o adolescente possa se deparar com situações conflituosas em determinado momento; entretanto, somente os conflitos não caracterizam a adolescência. Ao abordar essa narrativa, Fukumitsu (2021) utiliza o termo “crise da adolescência”, acrescentando que a mesma pode ser facilmente confundida com a evolução de um quadro patológico de depressão. Para que seja possível diferenciar esses processos, é importante observar o modo como o adolescente está lidando com essa etapa ao longo do tempo, a partir de sua interação com o seu campo existencial.

Fernandes (2013) destaca o quanto o excesso de estímulos na contemporaneidade podem ser desfavoráveis para o estabelecimento de contato, tanto com o outro quanto consigo mesmo, dificultando assim, o amadurecimento do adolescente. Esse atraso no crescimento pessoal pode potencializar os conflitos existentes nesse momento da existência, considerando que sem esse desenvolvimento, o adolescente apresenta dificuldades na resolução de suas questões emergentes, o que pode colocar em risco sua saúde mental.

As constantes transformações da sociedade, exigem também uma postura de mudança no modo de perceber o ser humano e seu desenvolvimento, tendo em vista que, assim como a sociedade, a adolescência também está sujeita a modificações; e, desta forma, surge a necessidade de uma constante atualização acerca da compreensão da adolescência. Sendo assim, a abordagem gestáltica possibilita a ampliação no modo de enxergar o adolescente, considerando-o em sua singularidade e totalidade, partindo de uma visão holística e integrada do ser, que se constitui através de suas vivências e do modo com que se relaciona consigo, com o outro e com o mundo.

Essa discussão suscita a necessidade de se pensar a dimensão de saúde global do ser humano. Para este intuito, é fundamental a atualização do conceito de “saúde”, apresentado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), ampliando-o para a noção de “um estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social e não meramente a ausência de doenças” (Whoqol, 1998 *apud* Bes, 2020, p. 3-4).

Nessa compreensão, em decorrência da complexidade envolvendo esse período da vida, há uma preocupação em âmbito mundial acerca da saúde dos adolescentes. Em 2017, a OMS, com participação de agências das Nações Unidas, desenvolveu a chamada Ação Global Acelerada para a Saúde de Adolescentes, um guia que fornece informações e orientações necessárias aos países para desenvolverem estratégias a fim de melhorar a qualidade de vida dos adolescentes,

incluindo aspectos envolvendo a saúde mental, visto que, em nível global, de acordo com a base de dados da OMS (2019), os comportamentos autodestrutivos – autolesão e tentativas de suicídio – estão entre as principais causas de morte na adolescência. Na Europa, é a segunda causa de mortalidade entre a faixa etária de dez a dezenove anos, ficando atrás somente de acidentes automobilísticos e, nas Américas, é a terceira causa do *ranking*.

A autolesão tem se tornado comum nessa faixa etária, o que Yano e Figueiredo (2021) descrevem como ajustamentos autolesivos, sendo estes, uma forma de expressão e comunicação do sofrimento vivenciado, haja vista que, grande parte dos adolescentes possuem dificuldades de verbalizar suas dores. Os comportamentos autolesivos são caracterizados por cortes na pele, queimaduras, golpes desferidos contra si mesmo, arranhões, ingestão de substâncias que provoquem desconforto, dentre outros (Conteiro; Lader; Bloom, 1998; Farber, 2000; Smith et al., 1999; Walsh *apud* D’Onofrio, 2007). Em muitos casos, esses comportamentos não têm finalidade suicida de fato, entretanto, mesmo de modo não intencional, ocasionam inúmeras mortes.

Essa dinâmica disfuncional está relacionada com a dificuldade de lidar com fatores estressores, sendo pontuado por Yano e Figueiredo (2021) como uma escassez de recursos disponíveis no presente. Muitos adolescentes enfrentam dificuldades no que diz respeito à capacidade de resolução de problemas, justamente por não possuírem recursos internos capazes de fazerem emergir novas figuras em seu campo; desse modo, ficam enrijecidos, sempre usando as mesmas alternativas em diferentes situações, o que pode acarretar em frustrações que contribuem para esses ajustamentos autolesivos e depressivos. A utilização desses termos ao se referir aos tipos de ajustamentos, justificam-se pois “[...] essas expressões comunicam aquilo que de melhor a pessoa pode fazer, aqui e agora, com os recursos que possui” (Yano; Figueiredo, 2021, p.100).

Atualmente, no período da adolescência, transtornos depressivos e de ansiedade têm atingido grande parte dessa população. Segundo Dalgalarondo (2019), a depressão nessa faixa etária ocorre associada à irritabilidade, agressividade, comportamentos de oposição à figuras de autoridade – principalmente os pais – transgressões e dificuldades escolares. A depressão é caracterizada principalmente por alterações de humor e apatia, sendo percebida na infância ou adolescência de modo diferente em relação aos adultos, tendo em vista que, há uma maior dificuldade em expressar seus sentimentos e verbalizar seu sofrimento do que comparado ao público adulto.

De acordo com Cantopher (2018), para que seja identificada essa patologia durante a adolescência, é importante se atentar aos sinais comportamentais e sintomas físicos, emocionais, cognitivos e motivacionais. Nesses casos, é comum observar alguns sinais de alerta como: tristeza, falta de motivação, fadiga, distúrbios relacionados ao sono e apetite, diminuição da autoestima, visão negativa de si e comportamentos autolesivos. Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5, 2014), para se ter o diagnóstico de um quadro de depressão, é necessário que o indivíduo se enquadre em cinco ou mais dos critérios diagnósticos por um período de no mínimo duas semanas, tendo prejuízos psicossociais ou apresentando grande sofrimento (Dalgalarondo, 2019).

É possível perceber que a saúde mental na adolescência tem se mostrado fragilizada na contemporaneidade, tornando esse público cada vez mais suscetível ao adoecimento. Devido à gravidade alarmante dos dados levantados, é necessário que a comunidade científica possa desenvolver estudos atualizados acerca da

adolescência e, principalmente no que diz respeito à saúde mental, a fim de que haja melhores estruturas e subsídios teóricos que possibilitem a criação de estratégias de enfrentamento ao adoecimento mental, bem como, o estabelecimento de redes de apoio mais sólidas, tanto em dimensão familiar quanto social. E, para compreensão da saúde e do adoecimento mental do adolescente, torna-se imprescindível a concepção do sujeito em todas as suas dimensões, biológica, psicológica, social e espiritual.

No que diz respeito aos cuidados, a psicoterapia individual ou em grupo, é uma ferramenta eficaz para a manutenção da saúde mental, tanto como forma preventiva quanto interventiva, contribuindo consequentemente para a melhora da qualidade de vida do público adolescente. Nesse sentido, existem também outras estratégias importantes; e, como destaca Fukumitsu (2021), é fundamental promover diálogos e reflexões acerca de temáticas que são comuns durante a adolescência na atualidade. As estratégias interventivas são importantes e quando combinadas com os fatores de proteção – que ocorrem através da inter-relação afetiva envolvendo a família e educadores – potencializam os cuidados com a saúde mental nessa faixa etária.

Sob esse entendimento, este trabalho acadêmico apresentou uma proposta de análise da adolescência sob a perspectiva da abordagem gestáltica, que possibilitou uma compreensão da adolescência considerando toda a subjetividade e totalidade inerente a essa etapa existencial na contemporaneidade.

4 UMA ABORDAGEM GESTÁLTICA DA ADOLESCÊNCIA

Diante das diversas abordagens da Psicologia, a proposta desta investigação se identifica com as bases teórico-epistemológicas da Abordagem Gestáltica, que possibilitaram uma análise do fenômeno da Adolescência na contemporaneidade a partir da compreensão do ser humano de forma holística. Essa compreensão possibilitou discorrer sobre a saúde e o adoecimento mental na adolescência sob a perspectiva das teorias que constituem este sistema do pensamento psicológico.

A abordagem possui uma sólida base filosófica e epistemológica, tendo uma concepção do ser humano como um ser biopsicossocioespiritual, considerando-o, assim, uma totalidade. Suas raízes são compostas por diversas fundamentações teóricas:

- o Existencialismo – do filósofo, teólogo e poeta dinamarquês, Sören Kierkegaard (1813-1855); do filósofo, escritor e pedagogo, austríaco e naturalizado israelita, Martin Buber (1878-1965); do filósofo, escritor e professor alemão, Martin Heidegger (1889-1976); do filósofo, escritor e crítico, francês, Jean-Paul Sartre (1905-1980); e, da filósofa e escritora francesa Simone de Beauvoir (1909-1986);
- a Fenomenologia – do matemático e filósofo alemão Edmund Husserl (1859-1938) e do filósofo francês Maurice Merleau-Ponty (1908-1961);
- a Psicologia da Gestalt – do psicólogo checo Max Wertheimer (1880-1943) e dos psicólogos alemães Wolfgang Köhler (1887-1967) e Kurt Koffka (1886-1941);
- a Teoria Organísmica – do neurologista e psiquiatra alemão Kurt Goldstein (1878-1965);

- a Teoria de Campo – do psicólogo alemão Kurt Lewin (1890-1947);
- a Psicologia Existencial – a Análise Existencial (*Daseinsanalyse*), dos psiquiatras e psicoterapeutas suíços Ludwig Binswanger (1881-1966) e Medard Boss (1903-1990), além do psicólogo norte-americano Rollo May (1909-1994), e da Logoterapia do neuropsiquiatra austríaco Viktor Frankl (1905-1997);
- a Gestalt-Terapia – do Grupo dos Nove: com destaque para o psiquiatra e psicoterapeuta alemão e judeu, Frederick Perls (1893-1970), a psicóloga e psicoterapeuta Laura Posner Perls (1905-1990), o psicólogo norte-americano Ralph Hefferline (1910-1974), do escritor, dramaturgo, poeta, crítico literário e psicoterapeuta, também norte-americano, Paul Goodman (1911-1972), autores da obra inaugural da abordagem, o livro Gestalt-Terapia, de 1969; e, também, os norte-americanos, Elliot Shapiro (1911-2003), Isadore From (1919-1994), Jim Simkin (1919-1984), Paul Weisz (1919-2012) e Sylvester Eastman;
- as Psicoterapias Dialógicas – do psiquiatra suíço Hans Trüb (1889-1949), do filósofo interdisciplinar e inter-religioso do diálogo, norte-americano, Maurice Stanley Friedman (1921-2012), da psicóloga polonesa Alice Miller (1923-2010), e do psicólogo norte-americano Richard Hycner.

Toda esta diversidade teórica constitui, na atualidade, a Abordagem Gestáltica. E, a partir dessa perspectiva, o ser humano é concebido como um ser relacional, indivisível, constituído a partir da sua interação com o seu espaço vital. Ribeiro (1997) descreve o espaço vital como uma junção dos vários campos de nossa existência, que se inter e intra-relacionam, sendo esses campos denominados pelo autor como: geobiológico; psicoemocional; sócio-ambiental; sacro-transcendental. Sob essa ótica, acredita-se que saúde e doença seriam resultados das interações entre esses campos, sejam elas saudáveis ou não. Quando essas interações dos campos não são saudáveis, o todo pode adoecer, manifestando através de sinais e sintomas que está em busca de uma autorregulação.

Na adolescência, as novas experiências e atribuições podem modificar a interação entre os campos vitais, fazendo com que o adolescente se ajuste em busca de manter seu equilíbrio, utilizando os recursos internos que tem à sua disposição no momento. Isso explica o fato de nem sempre esses ajustamentos serem funcionais ou saudáveis, pois ele ainda não possui recursos suficientes para lidar com determinadas situações, tudo é novidade.

Seguindo esse viés, Zanella e Zanini (2013) afirmam que no “campo vital (ou campo psicológico)”, proposto por Lewin, a “pessoa” se modifica ao longo do seu ciclo desenvolvimental, e na adolescência isso ocorre, especialmente, devido às novas experiências e novos significados atribuídos à sua existência. Por isso, conforme acredita Fukumitsu (2021), viver a adolescência é transitar entre caminhos do desconhecimento e da descoberta em busca de construir sua identidade e autonomia. Desse modo, a partir das vivências e do autoconhecimento, o organismo vai aprendendo a se auto-regular de uma maneira mais saudável, buscando desenvolver recursos internos que possibilitem realizar ajustamentos criativos funcionais.

Pela concepção gestáltica, ao compreender o ser humano como um ser de relação – consigo, com o outro e com o meio – é possível perceber que o

adolescente constantemente exerce o seu “ajustamento criativo” (Zanella; Zanini, 2013). Essa interação é denominada por Perls, Hefferline e Goodman (1998) como o “campo organismo/ambiente”, sendo que, esse campo não é somente físico, mas também social. Com base nos ensinamentos de Frederick Perls, o ajustamento criativo é descrito por D’acri, Lima e Orgler (2007, p. 20) como “o processo pelo qual a pessoa mantém sua sobrevivência e seu crescimento, operando seu meio sem cessar ativa e responsabilmente, provendo seu próprio desenvolvimento [...]”.

Assim, entende-se que a finalidade do ajustamento é a autorregulação, sendo exigido em diversas situações da existência a partir do contato com o campo. Ainda considerando o entendimento de Zanella e Zanini (2013), refletir sobre a adolescência põe em questão o próprio ajustamento criativo, pois exige uma atualização do nosso mundo e da nossa realidade, são necessárias novas perspectivas.

Igualmente à expressão “ajustamento criativo”, existe o conceito de “fronteira de contato”, tendo em vista que o ajustamento se dá a partir do contato. A fronteira é onde ocorre a interação organismo/ambiente, é o que os conecta. Perls, Hefferline e Goodman (1998) afirmam que a fronteira não é “entre” o organismo e o ambiente, pois ela não os separa, tendo em vista que são indissociáveis; assim, a denominam como fronteira “de” contato, remetendo à conexão organismo/ambiente. É a partir do contato que se experiencia o mundo, e a adolescência é uma etapa do ciclo de vida humano em que mais se vivencia novas experiências.

A partir dessa compreensão, todas as vivências colocam em questão a nossa capacidade de ajustamento criativo, resultando em ações funcionais ou disfuncionais. Nesta direção, Yano e Figueiredo (2021, p. 100) ressaltam que “o sentido da experiência não está no que acontece, mas no que é feito do que acontece”. Essa perspectiva possibilita a reflexão sobre a maneira em que a sociedade contemporânea exige dos adolescentes que se ajustem sempre de maneira funcional, desconsiderando que as suas ações são resultados do modo com que conseguiram experienciar determinada situação; e, desse modo, seus ajustamentos ocorrem de acordo com os recursos que possuem disponíveis no “aqui e agora”, sejam eles saudáveis ou não.

Ao considerar o adolescente como um todo, entende-se que o mesmo não pode ser compreendido a partir de suas partes isoladas. Essa concepção na abordagem Gestáltica é herdada da Psicologia da Gestalt, que também contribui com um conceito importante para a Gestalt-Terapia, o de “figura/fundo”. De acordo com Perls, Hefferline e Goodman (1998, p. 34) “a relação entre figura e fundo na saúde é um processo de emergências e recuo permanentes, mas significativos”. Assim, durante a adolescência aquilo que for mais importante para o indivíduo vai emergir como figura, organizando o comportamento do adolescente até que aquela necessidade seja satisfeita.

Posteriormente, ocorre um equilíbrio, no qual, o que antes era figura, recua para o fundo, dando lugar àquilo que for importante no agora (Perls; Hefferline; Goodman, 1998). O organismo está em constante busca por um equilíbrio, por isso essa relação figura/fundo está sempre em movimento. No mundo do adolescente, que se encontra em constantes modificações e atualizações, muitas novas figuras podem emergir, do mesmo modo em que posteriormente, quando não for mais necessário estar em evidência, recuarão para o fundo, possibilitando o surgimento de outras.

De acordo com Ribeiro (1997) todos os conceitos dentro da abordagem gestáltica precisam ser entendidos e apresentados seguindo os princípios de suas

bases teóricas e filosóficas. Nesse sentido, é possível estabelecer uma relação entre os conceitos da abordagem – apresentados à luz de suas bases – e o fenômeno da adolescência, possibilitando assim, uma ampliação no modo de compreender as singularidades inerentes a essa etapa da existência.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada nesta pesquisa acadêmica abordou o fenômeno da adolescência, bem como aspectos sobre a saúde e o adoecimento mental nessa etapa da existência humana, a partir de uma perspectiva Gestáltica. Para isso, utilizamos o procedimento de “revisão narrativa” da literatura disponível sobre o tema. E, recorreremos às bases de dados do PePSIC, SciELO e o Portal Periódicos CAPES.

Nesse sentido, a investigação empreendida teve um caráter qualitativo. No que se refere aos objetivos propostos, caracterizou-se em uma pesquisa exploratória, em que exploramos o problema levantado de forma direta e precisa, no intuito de apresentar as informações necessárias para consistência teórica pretendida. Assim, optamos por uma “revisão bibliográfica narrativa”, que não tem a pretensão de utilizar “[...] critérios explícitos e sistemáticos para a busca e análise crítica da literatura” (IP.USP, 2023, p. 1). Para esta finalidade,

[...] a Revisão Narrativa (...) não utiliza critérios explícitos e sistemáticos para a busca e análise crítica da literatura. A busca pelos estudos não precisa esgotar as fontes de informações. Não aplica estratégias de busca sofisticadas e exaustivas. A seleção dos estudos e a interpretação das informações podem estar sujeitas à subjetividade dos autores. É adequada para a fundamentação teórica de artigos, dissertações, teses, trabalhos de conclusão de cursos (IP.USP, 2023, p. 1).

Nessa direção, as obras literárias selecionadas para fundamentar os conceitos centrais da abordagem escolhida – devido à grande contribuição e relevância para a comunidade gestáltica e para ciência da Psicologia de modo geral –, e para a descrição dos conceitos abordados, foram: Bes (2020); Bock, Furtado e Teixeira (2023); Buber (1979); Cordioli e Grevet (2019); Dalgalarondo (2019); D’Acri, Lima e Orgler (2007); Fernandes (2013); Fukumitsu (2021); Perls, Hefferline, Goodman (1998); Ribeiro (1997); Pinheiro e Zanella (2021); Rossi *et al.* (2019); Santos (2013); Zanella (2013); Yano e Figueiredo (2021); entre outros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao finalizar este TCC, consideramos que as respostas às questões-problema, propostas no projeto de pesquisa, foram respondidas mediante a discussão sobre o fenômeno da Adolescência na contemporaneidade, pela Abordagem Gestáltica. Para isso, foi fundamental a confirmação da hipótese de que a Adolescência ocorre sobretudo mediante descobertas e redescobertas acerca do próprio *self* em constituição e desenvolvimento, por intermédio de um processo de crescimento biopsicossocial e histórico-cultural.

É preciso considerar, também, que a busca de reconhecimento do ser humano entre a infância e a vida adulta – estágio do ciclo vital que costuma precipitar diversas questões e um constante exercício de ressignificação a respeito da história pregressa – representa a capacidade de atravessar a “ponte” que

conduzirá o adolescente ao reconhecimento de suas identidades (pessoal e social, vocacional e profissional, de gênero e orientação sexual), em processo de construção.

Constatamos, ainda, que as condições de saúde mental de adolescentes podem ser compreendidas em uma perspectiva existencialista, fenomenológica e dialógica, podendo auxiliá-los em suas trajetórias na busca do autoconhecimento, autorregulação e autoatualização. E, por meio desse processo é possível propiciar o desenvolvimento de um auto-suporte, compreensivo e autônomo.

Portanto, concluiu-se que os objetivos específicos foram alcançados ao se contextualizar a construção do conceito de adolescência, desde o seu surgimento até a contemporaneidade; ao se apresentar conceitos dentro da Abordagem Gestáltica e relacioná-los com a forma de perceber a adolescência; ao se levantar dados sobre a atual condição de saúde mental do público adolescente; e, ao propor possíveis estratégias para promover a saúde mental aos adolescentes. Por isso, o objetivo geral, também, foi alcançado na medida em que foi possível analisar a adolescência como um fenômeno biopsicossocial e histórico-cultural, abordando as principais questões existenciais dessa etapa no mundo contemporâneo, visando a conscientização acerca da importância dos cuidados com a saúde mental de adolescentes.

Pensar sobre essa etapa da existência humana a partir da perspectiva da Abordagem Gestáltica nos possibilitou uma ampliação teórica dentro da Psicologia, que favorece a complementação dos estudos já existentes acerca da adolescência. Assim, por intermédio do método fenomenológico e dos fundamentos teórico-epistemológicos da Gestalt-Terapia, foi possível relacionar os conceitos centrais dessa abordagem com as questões existenciais da adolescência na contemporaneidade, amplificando as possibilidades de compreensão desse fenômeno e auxiliando na criação de estratégias para promover saúde mental aos adolescentes.

Ao olhar para a Adolescência na contemporaneidade, em sua condição repleta de paradoxos, é preciso considerar os fenômenos e necessidades comuns dessa fase do desenvolvimento. Todavia, não se deve negligenciar a subjetividade do ser humano, pois antes de adolescente, ele é um ser único, totalmente integrado, muito além da simples soma de suas partes.

Finalmente, foi possível refletir acerca da existência de múltiplas possibilidades, percepções e vivências diferentes de um mesmo fenômeno. E a análise pelo ponto de vista da Abordagem Gestáltica, nos possibilitou uma compreensão holística do adolescente, considerando-o como um ser único, que é constituído a partir de suas vivências e das influências existentes em seu campo psicológico.

REFERÊNCIAS

APA. American Psychiatric Association. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BES, Pablo Rodrigo. Felicidade e Espiritualidade. *In*: BES, Pablo Rodrigo. **Felicidade e Bem-Estar na Vida Profissional**. Porto Alegre: SAGAH, 2020. p. 1-16. Disponível em: <https://facmais.grupoeducation.com.br/sagah/object/view-object/603579ce5f45d80018ff9247?lessonid=3065826>. Acesso em: 19 ago. 2023.

BOCK, Ana Mercês Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. Adolescência: tornar-se jovem. *In*: BOCK, Ana Mercês Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. **Psicologias**: uma introdução ao estudo de psicologia. 16. ed. São Paulo: Saraiva Educação, 2023. p. 177-184.

BRASIL. Lei 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, 16 jul. 1990.

BUBER, Martin M. **Eu e Tu**. 2. ed. São Paulo: Cortez & Morales, 1979.

CANTOPHER, Tim. **Vencer a Depressão Causada por Stress e Ansiedade**. Sintra: Bookout, 2018.

D'ACRI, Gladys; LIMA, Patrícia; ORGLER, Sheila. **Dicionário de Gestalt-Terapia**: "gestaltês". 2. ed. Rio de Janeiro: Summus, 2007.

DALGALARRONDO, Paulo. Síndromes Depressivas. *In*: DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019. p. 344-353.

D'ONOFRIO, Amelio A. **Adolescent Self-Injury**: a comprehensive guide for counselors and health care professionals. Nova York: Springer, 2007.

DSM-5. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

FERNANDES, Myrian Bove. A Consulta Clínica com Pais de Adolescentes em Gestalt-Terapia. *In*: ZANELLA, Rosana. **A Clínica Gestáltica com Adolescentes**: caminhos clínicos e institucionais. São Paulo: Summus, 2013. p. 31-58.

FUKUMITSU, Karina Okajima. Adolescência: fase dos fragmentos entre desconhecimento e descoberta. *In*: PINHEIRO, Lia; ZANELLA, Rosana. **Adolescência na Clínica Gestáltica**. São Paulo: Summus, 2021. p. 66-79.

IP.USP. Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. **Biblioteca**: revisão narrativa. Disponível em: <https://www.ip.usp.br/site/biblioteca/revisao-de-literatura/>. Acesso em: 4 maio 2023.

OMS. **Ação Global Acelerada para a Saúde de Adolescentes (AA-HA!)**: guia de orientação para apoiar a implementação pelos países. Genebra: 2017. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/49095>. Acesso em: 26 ago. 2023.

OMS. **Salud para los Adolescentes del Mundo**: una segunda oportunidad en la segunda década. Genebra: OMS, 2014. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/141455>. Acesso em: 26 ago. 2023.

PERLS, Frederick; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. **Gestalt-Terapia**. 3 ed. São Paulo: Summus, 1998.

PICCIN, Jader *et al.* Focos de Atenção na Adolescência. *In:* CORDIOLI, Aristides Volpato; GREVET, Eugenio Horacio. **Psicoterapias: abordagens atuais**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019. p. 347-362.

PINHEIRO, Lia; ZANELLA, Rosana. Adolescência e Contemporaneidade: a geração smart como figura. *In:* PINHEIRO, Lia; ZANELLA, Rosana. **Adolescência na Clínica Gestáltica**. São Paulo: Summus, 2021. p. 81-91.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O Ciclo do Contato: temas básicos na abordagem gestáltica**. 2 ed. São Paulo: Summus, 1997.

ROSSI, Livia Martins *et al.* Crise e Saúde Mental na Adolescência: a história sob a ótica de quem vive. **Cadernos de Saúde Pública**, [s.l.], v.35, n.3, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00125018>. Acesso em: 23 jun. 2023.

SANTOS, Rafael Renato dos. Adolescências, Vulnerabilidades e Gestalt-Terapia: ampliando as fronteiras dos conceitos. *In:* ZANELLA, Rosana. **A Clínica Gestáltica com Adolescentes: caminhos clínicos e institucionais**. São Paulo: Summus, 2013. p. 154-172.

TOLEDO, Caio Cesar Rodrigues de; NORONHA, Ana Paula Porto; DIAS-VIANA, João Lucas. Forças de Caráter e Construção de Projetos Vida na Adolescência. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**. Campinas, v. 22, n. 1, p. 41-50, jun. 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902021000100004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 16 mar. 2023.

WHO. **Adolescent Mortality Rate: top 20 causes (global and regions)**. 2023. Disponível em: [https://platform.who.int/data/maternal-newborn-child-adolescent-ageing/indicator-explorer-new/mca/adolescent-mortality-rate---top-20-causes-\(global-and-regions\)](https://platform.who.int/data/maternal-newborn-child-adolescent-ageing/indicator-explorer-new/mca/adolescent-mortality-rate---top-20-causes-(global-and-regions)). Acesso em: 20 mar. 2023.

YANO, Luciane P.; FIGUEIREDO, Kamila A. da Silva. Lótus: estresse, pertencimento e ajustamentos depressivos. *In:* ZANELLA, Rosana. **A Clínica Gestáltica com Adolescentes: caminhos clínicos e institucionais**. São Paulo: Summus, 2013. p. 92-112.

ZANELLA, Rosana; ZANINI, Maria Estrela Benedetti. Atendendo Adolescentes na Contemporaneidade. *In:* ZANELLA, Rosana. **A Clínica Gestáltica com Adolescentes: caminhos clínicos e institucionais**. São Paulo: Summus, 2013. p. 59-76.