



Semana de Extensão - Universidade Tiradentes – UNIT/ 23 a 26 de abril de 2024/ *Short Paper* de Extensão

APLICAÇÃO DA FERRAMENTA TÉCNICA “LINHA DA VIDA”: Um levantamento das emoções mais frequentes no desenvolvimento do sujeito na adolescência.

Camilla Correia Freitas¹
Marcella Correia Menezes²

Orientador: Prof. Dr. Felipe Mendes Fontes³

ENQUADRAMENTO DO TRABALHO

- () Direitos Humanos, educação, cultura e sociedade.
- () Economia criativa, mercado e gestão.
- () Novas tecnologias, inovações e desenvolvimento.
- (x) Bem-estar social e educação em saúde.

INTRODUÇÃO

As emoções são muito importantes em diversas áreas da vida humana, seja para a manutenção das relações interpessoais, nos aspectos relacionados à saúde física e mental, e até mesmo para a sobrevivência da espécie humana. Por emoção, entende-se como todo sentimento que mobiliza aspectos fisiológicos, cognitivos e comportamentais a fim de sinalizar mudanças externas e internas (RODRIGUES, 2022). Elas podem ser classificadas em primárias, que são aquelas emoções inatas, ou seja, presentes em qualquer indivíduo de qualquer cultura (porque têm características universais) e as emoções secundárias, que são a junção de duas emoções primárias, podendo existir nessa última classificação inúmeras combinações e, conseqüentemente, inúmeras emoções secundárias (TORRES et al., 2023).

Diante do breve conceito apresentado, o presente trabalho tem como foco conhecer as emoções mais frequentes na fase de desenvolvimento da adolescência e como elas se relacionam com os eventos marcantes de suas trajetórias de vida.

REFERENCIAL TEÓRICO

Tomando como referência os estudos realizados por autores baseados em Vygotsky, pode-se compreender que as emoções, por mais que sejam classificadas como primárias e secundárias, sempre terão a influência do aspecto social (BATISTA, 2022). Quando Machado et. (2011) afirmam que “[...] as emoções, ainda que mais associadas a fenômenos orgânicos, são sempre e inevitavelmente reações de um ser social, ligadas às exigências sociais de cada período histórico da humanidade”, há um olhar ampliado do sujeito no desenvolvimento de suas relações, concretizações e emoções. Determina-se que o indivíduo quando criança, em sua conjectura familiar, é estimulado e aprende os mecanismos de experienciar suas emoções. Ou seja, não há elementos orgânicos, sociais e históricos dissociados quando se trata de emoções (MACHADO et al., 2011).

¹ Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade Tiradentes.

² Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade Tiradentes.

³ Doutor em Saúde e Ambiente. Professor da Universidade Tiradentes.

Diante dessa perspectiva, surge então fortes interesses nos elementos que influenciam diretamente a experiência das emoções, em como essas se desenvolvem ao longo da trajetória dos sujeitos, de que forma elas os influenciam em cada etapa da vida e quais são as mais frequentemente relatadas pelos indivíduos em cada etapa. Atendo-se apenas público analisado - objeto de estudo deste trabalho, vale expor o que diz Papalia (2013) quando analisa os aspectos emocionais no desenvolvimento psicossocial do adolescente. Ela afirma que as emoções (principalmente nessa fase) são reverberações das emoções desenvolvidas na infância; e que esse desenvolvimento – fase infantil e adolescência – será determinante na qualidade das relações e experiências na fase jovem adulto, meia idade e terceira idade (PAPALIA, 2013). Dessa forma, entender quais são as emoções mais frequentes na fase da adolescência auxiliará no processo de regulação dessas, gerando sujeitos mais saudáveis emocionalmente (SILVA; FREIRE, 2014).

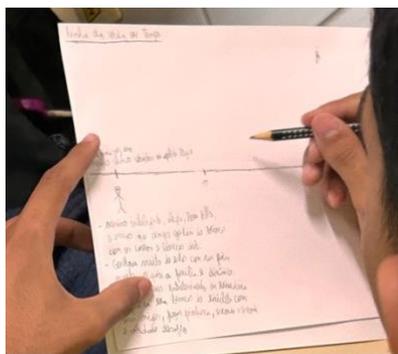
PROCEDIMENTOS DE OPERACIONALIZAÇÃO DO PROJETO DE EXTENSÃO

Foram participantes 16 adolescentes em fase escolar, de uma escola particular da cidade de Aracaju-SE, onde somente seis desses participantes completaram a atividade proposta sendo este o total de respostas analisadas neste trabalho. Foi aplicada a ferramenta técnica “Linha da Vida” – amplamente utilizada em várias áreas, bem como na Psicologia – para levantamento de dados e/ou intervenção (ROSSET, 2011). Antes de iniciar a execução da técnica, foi feita uma roda de conversa com o grupo participante da experiência, a fim de ambientar os alunos, explicar o funcionamento e objetivo da atividade. Inicialmente foi conduzida uma discussão sobre emoções e a percepção que eles possuíam delas nas suas trajetórias de vida até o momento atual. Em seguida, a “Linha da Vida” foi aplicada, onde foi solicitado aos participantes que produzissem a trajetória de cada um deles com as representações dos eventos marcantes que eles recordavam e indicando as emoções associadas (e lembradas) a cada um desses eventos. A atividade teve uma duração média de duas horas. Os dados coletados foram analisados quantitativamente em termos da frequência dos tipos de emoção citadas, e qualitativamente destacando os aspectos observáveis dos participantes durante a execução da tarefa.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

Durante a aplicação da ferramenta técnica, foi possível perceber que alguns adolescentes ficaram bastante reflexivos na tentativa de lembrar os eventos mais marcantes de suas trajetórias, mas que logo começaram a traduzir suas memórias em forma de imagens e palavras como mostram as figuras 1 e 2:

Figura 1 – Adolescente da amostra pesquisada construindo sua Linha da Vida



Fonte: autoria própria.

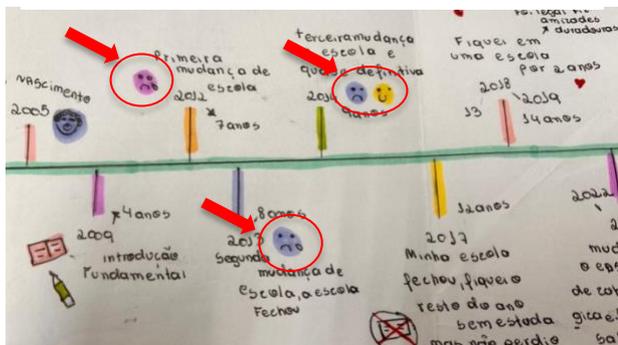
Figura 2 – Adolescente da amostra pesquisada construindo sua Linha da Vida



Fonte: autoria própria.

Semana de Extensão - Universidade Tiradentes – UNIT/ 23 a 26 de abril de 2024/ *Short Paper* de Extensão
 Observou-se que as emoções foram relatadas por meio de textos escritos, bem como por desenhos, como ilustram as figuras 3 e 4.

Figura 3 – Representação das emoções em desenho na Linha da Vida de um participante da atividade.



Fonte: autoria própria.

Figura 4 – Representação das emoções em palavra na Linha da Vida de um participante da atividade.



Fonte: autoria própria.

Na tabela a seguir, podem ser vistas as principais emoções e suas respectivas frequências:

Tabela 1 – Resultados dos dados coletados

EMOÇÃO	FREQUÊNCIA ABSOLUTA (n)	FREQUÊNCIA RELATIVA (%)
Medo	3	12%
Alegria	12	48%
Tristeza	10	40%
TOTAL	25	100%

Fonte: Dados resultantes da aplicação da atividade (2024)

Observando a tabela 1, percebe-se que as emoções mais frequentes foram a alegria (48%) e a tristeza (40%). Isso revela alguns pontos como: Apesar da existência de 6 emoções primárias universais (alegria, tristeza, medo, surpresa, nojo e raiva – nomeadas, às vezes, de formas diferentes pelos autores na área da Psicologia), as que são mais experienciadas/identificadas pelo sujeito são a alegria, o medo e a tristeza. Isso pode refletir uma questão cultural e social, uma vez que as emoções raiva, nojo e desprezo são emoções geralmente reprimidas pelos grupos sociais. Observa-se ainda, no grupo estudado, que as emoções alegria e tristeza (associadas aos eventos marcantes lembrados/mencionados pelos participantes) foram as mais frequentes em virtude do estágio atual de desenvolvimento: a



Semana de Extensão - Universidade Tiradentes – UNIT/ 23 a 26 de abril de 2024/ *Short Paper* de Extensão adolescência. Por ser um período de muitas transformações, conflitos e descobertas as experiências dos adolescentes não propiciaram o desenvolvimento das demais emoções. Além disso, observou-se também que pouco se fala/ensina sobre as emoções – primárias e/ou secundárias – e que os pesquisados podem não ter a consciência das outras emoções e por isso podem ter experienciado, mas não souberam nomear/associar aos eventos marcantes em suas trajetórias.

CONCLUSÕES

Diante do exposto, conclui-se que, apesar de cada vez mais se popularizarem as discussões, disseminação e estímulo para questões de ordem emocional, esse ainda é um campo que precisa de mais investigação e pulverização do conhecimento, fazendo com que a sociedade conheça sobre as emoções primárias e secundárias, bem como aprenda os mecanismos de regulação emocional. Dessa forma, será possível evitar as desregulações emocionais, bastante influentes no surgimento de transtornos mentais como depressão, transtornos de ansiedade etc. Cabe reforçar ainda a necessidade de realizar pesquisas mais aprofundadas sob o viés investigado com esta atividade. Urge a busca pela melhor compreensão de como as emoções apontadas nesta prática influenciam no desenvolvimento dos adolescentes, quais os principais pontos de ruptura e eventos frequentes entre a primeira infância, segunda infância e a fase da adolescente que favorecem ou desaceleram a experiência deste público com as emoções primárias e secundárias, bem como esse conjunto de fatores se relacionam com o bem-estar e construção de um sujeito adulto emocionalmente equilibrado. Por fim, torna-se necessário fortalecer a importância de estudos sob essa temática, uma vez que esses contribuirão para o olhar integral do sujeito, entendendo que esse é um indivíduo biopsicossocial e que as questões emocionais auxiliarão na integralidade do seu bem-estar físico e emocional.

REFERÊNCIAS

- BATISTA, J. B.; PASQUALINI, J. G.; MAGALHÃES, G. M. Estudo sobre Emoções e Sentimentos na Educação Infantil. **Educação & Realidade**, v. 47, p. 1-25, 2022.
- MACHADO, L. V.; FACCI, M. G. D.; BARROCO, S. M. S. Teoria das Emoções em Vigotski. **Psicologia em Estudo**, v. 16, n. 4, p. 647-657, 2011.
- PAPALIA, Diane E. **Desenvolvimento humano**. 12. Edição. Porto Alegre: AMGH, 2013.
- RODRIGUES, M. B. **Introduzindo as emoções**. In: MORENO, Bruno S.; VIEIRA, Cintya de A.; HORITA, Julianne H G.; et al. *Processos Psicológicos II*. Grupo A, 2022. E-book. ISBN 9786556903323.
- ROSSET, S. M. **123 técnicas de psicoterapia relacional sistêmica**. 5. Edição. Curitiba: Editora Sol, 2011.
- SILVA, E.; FREIRE, T. Regulação emocional em adolescentes e seus pais: Da psicopatologia ao funcionamento ótimo. **Análise Psicológica**, v. 2, n. XXXII, p. 187-198.
- TORRES, A. R. R.; LIMA, M. E. O.; TECHIO, E. M.; CAMINO, L. *Psicologia social: temas e teorias*. 3 Edição. São Paulo: Edgard Blücher Ltda, 2023.