

Reflexões sobre o sentido da vida: construindo propósitos e resiliência com os adolescentes do Colégio Estadual José do Patrocínio

Mayara Rodrigues de Souza¹, Vitória Pessanha de Andrade Arêas Cereja¹, Bianca Ribeiro Rocha Ferreira²,
Érica Henrique Ribeiro de Andrade², Roberto Carvalho Alves Filho², Edson Riberio de Andrade³

(1) Aluno do Curso de Psicologia; (2) Pesquisadores Colaboradores do Projeto de Extensão Curso de Psicologia / ISECENSA; (3) Pesquisador Coordenador do Projeto de Extensão ISECENSA – Curso de Psicologia - Institutos Superiores de Ensino do CENSA – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil.

Este trabalho apresenta os principais resultados obtidos no projeto de extensão realizado no curso de Psicologia do ISECENSA, com foco em promover a integração entre a comunidade acadêmica e a sociedade. O objetivo principal da iniciativa foi desenvolver uma palestra de sensibilização para estudantes do 1º ao 3º ano do Ensino Médio do Colégio Estadual José do Patrocínio. Com base nesse entendimento, buscou-se instrumentalizar os jovens para a importância da resiliência, fortalecendo e estimulando a construção de um projeto de vida fundamentado na compreensão de seus próprios objetivos e potencialidades. Para isso, foram desenvolvidas ações que oportunizaram a interação com cinco turmas da escola, organizados em grupos de 8 a 10 alunos. No dia do evento, durante as palestras, os graduandos apresentaram vídeos e reflexões que destacam a importância da resiliência na superação de desafios, além de conceitos da Terapia do Sentido da Vida, desenvolvida por Viktor Frankl. A metodologia adotada baseou-se em uma abordagem qualitativa-quantitativa, compreendendo e aprofundando o conhecimento com base nas experiências, opiniões e subjetividades dos sujeitos que compõem o estudo. Ademais, com relação aos objetivos, pode-se afirmar que se trata de uma pesquisa descritiva e exploratória. Quanto aos procedimentos técnicos, classifica-se como bibliográfica, documental e de campo. Dentre os resultados alcançados, destacam-se a contribuição para o entendimento o desenvolvimento pessoal e acadêmico de ambos os grupos envolvidos, reforçando a importância da educação emocional e do autoconhecimento na construção de um futuro mais promissor. A ação visa, também, fomentar a autoestima, o senso de pertencimento e o protagonismo juvenil. Conclui-se que o projeto atingiu seus objetivos propostos e reforçou a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, colaborando para o desenvolvimento local e para a formação de sujeitos críticos e socialmente comprometidos.

Palavras-chave: Psicologia. Adolescentes. Sentido da vida.

Instituição de Fomento: ISECENSA.

Reflections on the Meaning of Life: Building Purpose and Resilience with Adolescents at José do Patrocínio State School

Julya Rachel Silva de Souza dos Santos¹, Mayara Rodrigues de Souza¹, Vitória Pessanha de Andrade Arêas Cereja¹, Bianca Ribeiro Rocha Ferreira², Érica Henrique Riberio de Andrade ², Roberto Carvalho Alves Filho², Edson Riberio de Andrade ³

(1) Psychology Student; (2) Collaborating Researchers of the Psychology Course/ISECENSA Extension Project; (3) Coordinating Researcher of the ISECENSA Extension Project –
 Psychology Course - CENSA Higher Education Institutes – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brazil.

This paper presents the main results obtained in the extension project carried out in the ISECENSA Psychology course, focusing on promoting integration between the academic community and society. The main objective of the initiative was to develop an awareness-raising lecture for students in their 1st to 3rd year of high school at Colégio Estadual José do Patrocínio. Based on this understanding, the aim was to equip these young people with the importance of resilience, strengthening and encouraging them to build a life plan based on understanding their own goals and potential. To this end, activities were developed that provided opportunities for interaction with five classes at the school, organized into groups of 8 to 10 students. On the day of the event, during the lectures, the undergraduates presented videos and reflections highlighting the importance of resilience in overcoming challenges, as well as concepts from Viktor Frankl's Meaning in Life Therapy. The methodology adopted was based on a qualitative-quantitative approach, understanding and deepening knowledge based on the experiences, opinions, and subjectivities of the study subjects. Furthermore, regarding the objectives, it can be stated that this is a descriptive and exploratory study. Regarding technical procedures, they are classified as bibliographical, documentary, and field-based. Among the results achieved, we highlight the contribution to the understanding of the personal and academic development of both groups involved, reinforcing the importance of emotional education and self-knowledge in building a more promising future. The initiative also aims to foster self-esteem, a sense of belonging, and youth empowerment. The conclusion is that the project achieved its proposed objectives and reinforced the inseparability of teaching, research, and outreach, contributing to local development and the development of critical and socially engaged individuals.

Keywords: Psychology. Adolescents. Meaning of Life.

Funding Institution: ISECENSA.