

A INTERVENÇÃO PSICOTERAPÊUTICA NA ANSIEDADE EM ADOLESCENTES SOB A PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA HUMANISTA E DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

Cristiane Gonçalves da Silva Leandro¹
Diego da Silva²

RESUMO: Considerando a relevância da psicoterapia de facilitar o crescimento pessoal, ajuda o paciente a encontrar melhores maneiras de alcançar bem-estar e qualidade de vida, este artigo torna-se interessante acerca das divergências de comportamentos como pensamentos, conceitos, habilidades sociais, intolerância, eventos, dimensão do coletivo, exercício do diálogo, empatia. Objetivo, trazer uma reflexão para tais fatores tão importantes na construção da personalidade e que interfere no subjetivo de cada indivíduo, o fator ansiedade é uma reação normal a uma ameaça ou estresse psicológico, porém tem uma raiz no medo e desempenha um importante papel na sobrevivência. Quando uma pessoa se vê perante uma situação perigosa, a ansiedade desencadeia uma resposta de luta ou fuga. Método utilizado a bibliografia de Carl Rogers como pano de fundo entre outros artigos pertinentes para o tema abordado. Dentre os achados, a necessidade de se falar de autoconhecimento, para o entendimento do fator ansiedade é muito importante.

Palavras-chave: Psicoterapia. Ansiedade. Adolescentes. Psicologia Humanista e ACP.

I. INTRODUÇÃO

A busca por autores que trouxessem conceitos, teorias, ferramentas, que guiassem esses pensamentos teóricos e empíricos de experiência clínica, para uma melhor compreensão da importância de desvendar o que desconhecemos, foi de muita pesquisa e leitura.

Rogers (2017, p.5) pronunciou sua hipótese central em uma sentença “Se posso proporcionar um certo tipo de relação, o outro descobrirá dentro de si mesmo a capacidade de utilizar aquela relação pra crescer, e mudança e desenvolvimento ocorrerão.” A pergunta é, o que os pacientes buscam em terapia?

Rogers (2017, p.7) é o primeiro inventor de uma psicoterapia a definir sua abordagem em termos operacionais, enumerando seis condições necessárias e suficientes (paciente evolvido, terapeuta empático, etc) para a mudança construtiva da personalidade. De acordo

¹Discente do curso de Psicologia da UniEnsino.

²Psicólogo, mestre em Medicina Interna e Ciências da Saúde pela UFPR. Docente do curso de Psicologia da UniEnsino.

com Barbosa (2024) a abordagem humanista está interessada na personalidade de cada indivíduo, suas experiências, sua capacidade de autoatualizar-se, sua consciência para com suas atitudes.

Esses autores acreditam em mudanças, por consciência, a importância do terapeuta adaptar sua abordagem ao subjetivo de cada indivíduo para obtenção de resposta no mundo interno do paciente, dos resultados positivos, como consequência avanço na terapia, nas técnicas, a relação terapeuta/cliente, a necessidade de outros conhecimentos como fontes de apoio ao tratamento, pois o contexto atual exige cada vez mais atualização de recursos teóricos, técnicas, pesquisa e estudos, pessoas são diferentes, ainda que os eventos ocorridos em suas vidas sejam parecidos, as experiências que tiveram são diferentes, relacionadas as circunstâncias, intensidade, frequência e duração dos fatos, acolhe-los em sua dor é o primeiro passo para a mudança e equilíbrio.

A Relevância desse tema se dá diante de transformações na adolescência, para formação de uma identidade saudável e exigências de demandas sociais que trazem como consequência tanta ansiedade nessa fase.

Considerando que durante a vida, muitos eventos podem trazer sofrimento, através da interpretação inadequada individual no enfrentamento desses eventos, como a morte, solidão, desilusão amorosa, perdas materiais, frustrações etc. Levando a pessoa a nutrir pensamentos e emoções que necessitam ser questionados, buscando a consciência de sua existência como ponto principal, detentores da capacidade de se refazer e reinventar, respeitando suas necessidades básicas, para o desfrute da saúde mental, condição *sine qua non*, para o desfrute de uma vida salutar (BARBOSA *et al.*, 2024, P.09).

Para Cugini (2008) a teoria de Zygmunt Bauman, acerca das relações afetivas é que elas estão cada vez mais difíceis, firmeza sem amparo, dificuldade de referências, mundo de inseguranças assim o sociólogo não trás respostas no entanto aponta a leitura como chave para mudanças culturais e seus efeitos.

O problema da identidade resulta principalmente da dificuldade de se manter fiel a qualquer identidade por muito tempo, da virtual impossibilidade de achar uma forma de expressão da identidade que tenha boa probabilidade de reconhecimento vitalício, e a resultante necessidade de não adotar nenhuma identidade com excessiva firmeza, a fim de poder abandoná-la de uma hora para outra, se for preciso (BAUMAN, 1998, p. 155).

Em meio as teorias de ansiedade, as existenciais mencionam que não existe um estímulo específico que identifique a sensação de ansiedade, sendo que o conceito central da teoria existencial é o de que as pessoas tornam-se conscientes de um profundo vazio em suas vidas, e a ansiedade é uma resposta ao imenso vazio da existência (BATISTA; OLIVEIRA, 2005).

Para (BATISTA; OLIVEIRA, 2005) A adolescência é mudança, tendências culturais, conflitos, imprevistos, os experimentos, crise de identidade, fatores fisiológicos. Castillo (2000) fala acerca dos tipos de transtorno ansiosos, tratamentos, intervenções familiares, intervenções farmacológicas, psicoterapias, como terapia cognitivo-comportamental que provoca mudança na percepção e raciocínio.

Pontes (2022) A dependência de jogos, ansiedade e suas consequências, recorde em vendas de videogames, o faturamento das indústrias no ano de 2021 com um recorde de US \$ 134 bilhões, a disponibilidade do profissional da saúde mental em educar os adolescentes acerca da problemática, na perspectiva analítica comportamental.

Luiz (2023) faz uma chamada para reflexão dos transtornos no período pós-isolamento social da Covid-19, uso da tecnologia, cyberbullying, sono-vigília, prejuízos escolar, social e familiar e conscientização com diálogos abertos com a população jovem acerca de transtornos mentais. Silva (2023) compreensão do transtorno de ansiedade comum na contemporaneidade, abuso de substâncias ilícitas, como álcool, conhecimento de instrumentos que ajudem no diagnóstico, orientação e planos de tratamento. Guth (2019) ansiedade como sintoma social, educação como ferramenta, a importância que diagnósticos sejam feitos somente por profissionais capacitados, valorização de educadores, síndrome do pensamento acelerado (SPA) confundido com outros diagnósticos.

Costa (2024) abordagem humanista valoriza a singularidade, experiência subjetiva, os benefícios psicoterapêuticos em perdas para significados, sua eficácia e desafios frente experiências internas.

Silva (2022) diz ser uma fase de vulnerabilidade, mudanças, transição, liberdade e comprometimento, e que se o ambiente for facilitador, sem julgamentos, o sujeito, adolescente, experimentará sensações novas com menos tensão, defesas, maior reorganização no seu self. Ainda Silva (2022) fala, é sabido que muitas vezes, quando uma criança ou adolescente é encaminhada para a terapia, é por solicitação dos pais ou responsáveis, sendo assim, ela pode chegar ao consultório amedrontada, entusiasmada ou até confusa.

Logo o fracasso ou sucesso terapêutico, dependerá, de um acolhimento incondicional, para que o adolescente relate seu projeto de existência, sem interferência do projeto de seus pais. Visto que adolescência é uma fase de experimentos, desafios, descobertas, mudanças físicas, psíquicas exigirá habilidades e estratégias para tão fase, e a não compreensão dos pais

para o subjetivo desse adolescente dificultará suas relações, pois os pais acreditam que os filhos são suas extensões, no entanto eles frequentam outros ambientes como escola, comunidade, e nesses espaços se constroem acerca de gosto, estilo, preferências.

Tomasi (2013, p.25) existem diversos aspectos psicossociais que envolvem a relação de pais e filhos. O bem-estar dos adolescentes pode ser influenciado por estes aspectos, que fazem parte do contexto no qual se desenvolvem. Da mesma forma, o bem-estar dos adolescentes também pode estar relacionado ao bem-estar de seus pais e ser influenciado pelas relações que estabelecem com os mesmos.

Dessa forma, o bem-estar subjetivo dos adolescentes inseridos neste estudo é compreendido na perspectiva ecológica, considerando-se que o entendimento ecológico da realidade pode revelar a riqueza multidimensional da análise dos fenômenos psicossociais. Além disso, não reduz sua complexidade e pontua a influência determinante do ambiente na conduta das pessoas (TOMASI, 2013 p.28).

Objetivo da pesquisa foi levantar um estudo que trouxesse o conceito de ansiedade na perspectiva de vários autores e correlacionar com sintomas experienciados por adolescentes na fase de descobertas e experimentos, e ajudar profissionais da área da psicologia, educadores, pais entre tantas outras áreas a entender como eles sentem esse fenômeno ansiedade a partir de várias lentes e o prejuízos que a falta de compreensão diante desses sintomas causam nos adolescentes e para aqueles que o acompanham.

2. METODOLOGIA

Este artigo tem como objetivo trazer um estudo integrativo de informações que permitam os leitores, avaliar a importância dessa temática para aspectos relativos a adolescência e ansiedade nessa fase. Possibilitando nortear os profissionais e interessados nessa fase, intervenções terapêuticas, desenvolvimento de projetos, dentro de uma narrativa de abordagem de revisão qualitativa acerca do comportamento humano e principalmente dos adolescentes, na perspectiva de vários autores aqui citados, sobre características, fenômeno ansiedade, com a necessidade de profundidade de reexaminar novas interpretações. O processo de desenvolvimento deste artigo utilizou como fonte de busca, artigos científicos, Scielo, Google acadêmico, palavra-chave: (ansiedade na adolescência, psicoterapia, humanista). Os idiomas deveriam ser português, inglês e espanhol publicados nos últimos 20 anos, além da literatura clássica.

3. DESENVOLVIMENTO

Antes de entrar no conceito de ansiedade, é importante se falar do tema deste artigo, pois ele não envolve somente o fenômeno ansiedade, mas a ansiedade como fator dos prejuízos na adolescência e como os profissionais da psicologia dentro do contexto de psicoterapia podem ajudar a explicar esta fase e este fenômeno, intervindo e orientando os envolvidos e interessados nessa construção de personalidade e construção social.

3.1 O que é ansiedade?

Pontes (2021) fala da ansiedade em jovens universitários, fenômeno que faz parte da natureza humana, logo as cobranças por parte de instituições trazem um alerta muito maior em intensidade e duração que o normal, assim as demandas sociais trazem um alerta de perigo e prepara o corpo para reagir aos novos desafios ou estímulos. Ainda Pontes (2021) faz a chamada para a necessidade de políticas a essa população sobre a importância de estratégias de intervenção e formação de profissionais qualificados.

Fonseca (2023) vê a ansiedade como o mal do século, trazendo prejuízos para a sociedade, que devem ser vistas como um tema de relevância social, para profissionais da saúde e para a própria sociedade. A TCC Terapia Cognitiva Comportamental pode ajudar no evento traumático visto que a cognição associa reações emocionais a eventos traumáticos.

Lopes (2013) associa a ansiedade ao uso de drogas lícitas e ilícitas, um estudo levantado com jovens entre 14 a 18 anos, mostra que há necessidade de projetos de prevenção, visto que o álcool e o cigarro são substâncias lícitas, de fácil acesso, aceito pela sociedade e naturalizado culturalmente para essa faixa etária. A importância de um diálogo entre família e sociedade, que possa despertar no adolescente, o despertar para esses assuntos, ainda que não evite, ele propõe reflexão para promoção de saúde e estilo de vida, e

nessa fase envolve preparação para vestibular e ingresso na universidade.

Tavares (2022) trás o conceito de ansiedade não patológica, mas fatores sociais que irão influenciar na saúde mental, como fator econômico e educacional, a falta de acesso a serviços de saúde, como gatilhos na fase da adolescência os sintomas seriam semana de prova, escolha de uma profissão, prestar vestibular, inserção na faculdade, uso excessivo de redes sociais e o bullying. Diz que o tratamento medicamentoso é primordial, porém não é o único, reforça a importância da atividade física, boa comunicação, apego afetivo familiar como aspectos que favorecem uma mudança de estilo de vida.

É de suma importância a ampla discussão nas escolas sobre o uso de drogas, tendo em vista que o adolescente crie entendimento e percepção social das consequências negativas que isto pode causar. Além disso, realizar projetos que visam a promoção da saúde direcionada para este público, trazendo uma reflexão sobre o estilo de vida e a ansiedade. A ampla liberdade para conversar dentro de casa e ter os pais como apoiadores e amigos, pois o afeto e amizade pela família previne e/ou identifica rapidamente o problema do filho com as drogas (LOPES KCSP e SANTOS WL, 2018, p.06).

Flôr (2022) os impactos do transtorno de ansiedade na adolescência no contexto escolar, malefícios e sequelas, necessidade de políticas públicas, principalmente na fase escolar, há a necessidade de um profissional da psicologia na grade curricular para promoção da saúde mental do adolescente e no desenvolvimento saudável deste.

Em conformidade com Andrada (2005, p.08), na atualidade, diante de diversas patologias desenvolvidas em um âmbito educacional, o papel do psicólogo mediante as situações é de agregar resultados que favoreçam em uma melhor condição psicológica do aluno. Partindo disso, o psicólogo educacional é solicitado por professores, assistentes de trabalhos, famílias, no sentido de resolver questões que problematizam o aluno. O psicólogo, em meio à problematização na escola, deverá entender quais fatores influenciam na alteração emocional do aluno e a partir disso fornece recursos de intervenções, possibilitando um ambiente acolhedor, ouvindo as demandas dos indivíduos da escola e construindo formas de lidar com as situações diárias.

Ainda de acordo com Andrada (2005, p.09), a importância de que o profissional estabeleça cogitações junto ao aluno, professor e outros profissionais da escola, favorece o trabalho de todos, tanto para questões interpessoais como em outras ocasiões futuras. Partindo disso, é importante também permitir uma escuta qualificada dos alunos, sobre questões de ensino da instituição e do agrupamento escolar. Essas projeções podem ser relatadas em rodas de conversas e dinâmicas estabelecidas pelo profissional.

3.2 Adolescência e sua construção

É importante a discussão referente a adolescência, e sobre suas necessidades e seus conceitos teóricos, esta fase é alvo de reflexão e preocupação por parte de pais e profissionais, acerca de sua construção e desenvolvimento.

Yépez (2022) traz uma crítica às instituições sociais que focam apenas em garantir sobrevivência de crianças e adolescentes como problemas orgânicos, esquecendo de aspectos psicológicos e socioambientais, o autor traz um levantamento de um estudo em um bairro de periferia de Natal, RN, que confirma um contexto de precariedade, um altíssimo índice de evasão escolar, relações de gênero opressivas, ausência de perspectivas de oportunidades

acadêmicas e profissionais. Aponta ainda a importância para reflexões e debates acerca da problemática prática profissional que atua nesse contexto social.

Ferreira (2018) a sociedade contemporânea ocidental entendeu que esta fase não é mais uma preparação para a vida adulta, e que na verdade, tem sentido em si mesma, o objetivo deste artigo é mostrar como eles eram vistos e tratados, através de seus padrões de comportamentos, ajustes pessoais e seus relacionamentos.

Oliveira (2006) adolescência como objeto da psicologia do desenvolvimento, o objetivo do artigo traz a reflexão crítica da fase, nova epistemologia, subjetividade, desenvolvimento do self e identidade. Aborda que o adolescente em tempos atuais, requer retrospectivo da infância, prospectivo da vida adulta, enxergar o futuro, não-mediatismo de prazeres, falta de tempo para aprender, habilidades de autonomia para saber esperar sua vez.

Ozella (2008) seu artigo trouxe um estudo da concepção de adolescência/adolescente na perspectiva dos mesmos, em uma análise de abordagem sociohistórica que entende a fase como historicamente construída, foi aplicado um questionário com jovens entre 14 a 21 anos, classe econômica A a E, etnias (branco, preto, oriental), com cinco questões abertas qualitativas, programa Spad-T. Objetivo, detectar aspectos referentes a essa fase, resultado (diversidade em razão de classe social e gênero) na construção da subjetividade.

314

Quiroga (2013) reflete sobre o adolescente e suas representações sociais a partir da lente de Erikson (1976) quanto a adolescência ser uma passagem da infância para a vida adulta, o período de instabilidade, crise, turbulência e que na entrada da fase adulta marca um período não familiar, que não pode ser vista somente em caráter de interface mas seu próprio espaço social. Traz um conceito de universo adolescente de períodos de classe de símbolos, o indivíduo em fase de mutação, a adolescência em diferentes contextos históricos em busca da construção de identidade, uma etapa de incertezas, projeções e transições, criação de identidade própria ao qual condicionantes sociais e históricos da época irão influenciar.

Bock (2007) sua análise para a adolescência é crítica, acerca de concepções naturalizadas, suas consequências tanto na prática quanto em políticas públicas, de uma concepção de adolescência como produção social. Fala que as técnicas de trabalho e os instrumentos não são vistas como ajuda, mas como reforçadores de uma imagem de um ser em conflito, imaturo e inacabado, chegando a fase adulta ele tende a uma concepção de estar pronto em seu desenvolvimento, que nessa fase não há mais crises e que tudo precisa ser

tolerável é suportado. Diz que os psicólogos estão perdendo a possibilidade de contribuir para esta fase, com seus saberes, para que essa fase seja vista como responsabilidade de todos que fazem parte de um conjunto social.

Literatura da psicologia humanista:

Gomes (2004, p.02) a psicologia estabeleceu-se como disciplina independente elegendo como objeto de estudo a experiência consciente. Para tanto, substituiu a introspecção especulativa pela introspecção científica, um método desenvolvido para estudar o conteúdo da experiência imediata. A psicologia da consciência, como proposta por Wilhelm Wundt (1832-1920) e seu discípulo Edward B. Titchener (1867-1927), não obteve o sucesso esperado, desaparecendo nas primeiras décadas do século XX. A teoria dos conteúdos da consciência foi sucedida pelo funcionalismo, que procurou integrar técnicas introspectivas com técnicas extrospectivas. No entanto, a difusão da psicanálise e do behaviorismo deslocou o interesse, respectivamente, para o inconsciente e para a observação direta do comportamento.

Ainda Gomes (2004) reflete neste artigo o estudo da personalidade, a terceira força da psicologia ou psicologia humanista, o humanismo marxista, o humanismo existencialista, o humanismo existencialista, de orientação sartreana, o humanismo cristão, o humanismo ideal ou clássico, o humanismo romântico, o humanismo individual, o humanismo social, o humanismo crítico. Fala que o humanismo não é teoria, método, filosofia ou psicologia e sim um movimento implícito, histórico de conceitos que afloram a cada tempo, com ênfase na individualidade. A psicologia humanista teve um papel na difusão de modalidades como grupos de terapias, grupos de sensibilização e o psicodrama. A vantagem da abordagem centrada na pessoa é ser a primeira difundida entre psicólogos.

Corrêa (2023) em seu artigo fala das contribuições da psicologia humanista, nas angústias no contexto atual, desconstrução do humano, valores, perda de sentido, conceitos que podem contribuir para filosofia humanista na ótica da ACP, como ferramenta terapêutica pelo sentido da vida, nos males do século como depressão, ansiedade entre tantas outras patologias e necessidades. Visto que o ser humano é biopsicossocial e espiritual precisa-se colocá-lo no centro da atenção psicossocial. Que a ACP é escolha, acredita no humano, de que todos os indivíduos têm tendência a atualização, potencial, percepção de si próprio, o indivíduo volta ao passado de forma natural, na construção de sentido, consciência de suas vivências consigo mesmo, e pra que tudo isso aconteça o profissional precisa ser facilitador no processo relacional.

Ávila (2012) reflete a chegada da abordagem centrada na pessoa no Brasil, a emergência, devido movimentos literários, contracultura, minoria, antipsiquiatria, batalhas pela democracia, uma das primeiras vertentes da psicologia na ótica do psicólogo

norteamericano Carl Rogers. A Psicologia Humanista se caracteriza por ser uma Psicologia do homem como um todo, com o seu inconsciente, consciente, condicionamentos e todo o resto, mas levando em conta acima de tudo as características do homem que o distinguem dos animais e das máquinas (BOAINAIN, 1998, p.06).

Frota (2012) também reflete as origens e destinos acerca da abordagem centrada na pessoa ACP, traz os paradigmas, exemplos, modelos, que analisam o aparecimento da Psicologia humanista e terceira força, confrontando o Behaviorismo e Psicanálise. Fala acerca de conceitos de filósofos como Husserl, Merleau-Ponty e Heidegger sobre a ACP e a teoria desses filósofos acerca do trabalho de Rogers visto que o autor jamais disse ser fenomenologista, e chama atenção aos conceitos de Rogers que vem sendo reinventados por pós-rogerianos, quanto às construções, rompimentos desses conceitos, por perdas de coerência para a prática, mas o desejo para o novo, diferente, sem preconceito porém abertura para novas possibilidades.

Vieira (2006) traz a ausência de tratamento para com o outro no diferente, que é fundamental na abordagem centrada na pessoa. Conforme o autor citado no artigo dele, Freire (2002, p.08) a direção dada a ACP, trata-se de uma ótica (escuta) da alteridade, uma busca do que não se pode ver, mas nos torna como reféns e nos surpreende.

3.3 A importância da psicoterapia no desenvolvimento e construção do subjetivo

Meira (2005) fala da psicologia clínica, psicoterapia, estudante de psicologia e a psicoterapia pessoal e profissional, como ferramenta fundamental para o crescimento.

Ainda Meira, trás a percepção de outros autores da importância da psicoterapia:

O estudante que se trata pode ser visto como o paciente que, na concepção Bollas (1992, p.04), tenha passado por uma boa análise - conhecerá os problemas principais que cerceiam sua personalidade e irá compreender como esses problemas foram elaborados; também terá uma percepção de que o seu self verdadeiro foi libertado para um estabelecimento e uma articulação adicionais.

Ser psicoterapeuta é algo profundo. Ajudar alguém a se ver, a se conhecer, a tomar posse de si mesmo é algo que, sem uma profunda humildade, dificilmente poderá acontecer. A responsabilidade e a complexidade da tarefa de responder terapêuticamente ao pedido de ajuda de outro ser humano, justificam a necessidade de maior consciência do futuro profissional sobre a concepção a respeito do que é ser psicoterapeuta e sua implicação de ordem prática na qualidade da sua formação profissional (Faleiros, 2004, p.04).

Scorsolini (2014) reflete um estudo acerca das aproximações e distanciamentos de campos diferentes, de saberes da psicologia, no tratamento psicológico quanto ao tempo da intervenção, com um aconselhamento mais breve, na complexidade do caso e intensidade do atendimento, com uma psicoterapia mais profunda, a demanda apresentada pelo paciente, com um aconselhamento mais voltado para situações contextuais e situacionais, intervenções com aconselhamento focam a ação, mais do que na reflexão, são mais centradas na prevenção do que no tratamento, o aconselhamento é mais focado na resolução de problemas, assim referindo que a semelhança está mais no processo de ajuda, na atitude dos psicólogos e na necessidade de desenvolver recursos para o estabelecimento de uma relação terapêutica que seja efetiva.

Independentemente das aproximações e dos distanciamentos existentes, destacamos a proposição de Schmidt (2012, p. 20), que destaca a prática do aconselhamento psicológico como de fronteira, justamente por se constituir entre o modelo médico e a educação e por “ser capaz de acolher, num primeiro momento, a ação de vários e diferentes profissionais tais como educadores, psicólogos, assistentes sociais, religiosos, entre outros, configurando-se como área multiprofissional”. Além disso, é uma área que busca articular polos diferentes, como o instituído e o instituinte, os saberes psicológicos e os de outras áreas, a fim de levar à aprendizagem significativa. O psicólogo, nesse sentido, funcionaria como um facilitador que oferece um tempo e um espaço nos quais a elaboração da experiência ocorre por meio da escuta e do diálogo.

Guimarães (2010) traz um estudo da figura critério na construção da autoimagem, construída a partir das experiências de suas pessoas critérios e não do próprio paciente, formando assim uma imagem falsa dele e incapaz de guiar o próprio comportamento, reflete a psicoterapia como um ambiente favorável para o autodesenvolvimento, e aponta a abordagem centrada na pessoa como eficaz para o processo de aceitação de si mesmo, onde o paciente acessa experiências que não foram simbolizadas corretamente.

A Abordagem Centrada na Pessoa, segundo Rudio (2003), acredita que os indivíduos já possuem todo o instrumental para viver de uma forma saudável e adaptável ao seu meio social. Assim a terapia seria uma maneira de apenas facilitar essa propensão ao amadurecimento que o sujeito já possui, isto é, facilitar a remoção de obstáculos que estão, porventura, impedindo esse amadurecimento. Essa crença no desenvolvimento do ser humano é o que Rogers e Kinget (1977) chamam de tendência auto atualizante que é o pilar da Abordagem Centrada na Pessoa. Sendo esse o pilar, essa força que guia todas as ações dos sujeitos, outro conceito dos autores seria o da direção desse caminho que é a auto-imagem.

Miranda (2012) reflete a comunicação como via de mão-dupla, um processo que considera quatro fases: não diretiva, reflexiva, experiencial, e coletiva, ideia de fusão de horizontes na proposta da hermenêutica filosófica de Gadamer, trás as mudanças na relação terapeuta-cliente como fluxo unidirecional, comunicação bilateral, produzindo um fluxo

igualitário, porém, nos momentos de comunicação mais intensa de estados alterados da consciência percebe-se uma comunicação transcendental com maior entrega do terapeuta.

O terapeuta passa, portanto, a expressar-se mais livremente, expondo seus sentimentos e sensações pertinentes na relação. Ele expressa o que é comunicado explícita ou implicitamente, a partir da escuta empática efetiva de si e do cliente. Para AmatuZZi (1989): “É por isso que, com Rogers, podemos dizer que o terapeuta responde não às palavras do cliente, mas à comunicação total dele ou àquilo que com essas palavras assim pronunciadas se faz efetiva e intencionalmente presente” (p.173). Uma escuta efetiva seria, portanto, estar aberto ao significado presente nas entrelinhas do que foi expresso, seja através de palavras, silêncio ou gestos, embora não seja papel do terapeuta capturar esse significado de forma acabada. Na verdade, a expressão aponta a experiência, criando novos significados. (p.11)

Verceze (2013) a visão de pais e filhos acerca da psicoterapia na adolescência, dados levantados junto a um serviço-escola, queixas trazidas pelos pais, relato dos estagiários que faziam esse acompanhamento, desempenho acadêmico, queixas dos próprios adolescentes, dificuldade dos pais em compreenderem seus filhos, e o papel que a psicoterapia tem para a população.

Deve-se considerar a dificuldade de estar com adolescentes que lutam para libertar-se. A sua alternância de estado de humor e de comportamento deixa também os adultos confusos sem um espaço para comunicação. Estas alternâncias dizem respeito a sentimentos opostos muitas vezes no mesmo dia, como amar e odiar os pais; ser rebelde e ao mesmo depender intensamente deles; sentir envergonhado da mãe ou do pai e, em outro momento, reconhecê-los em público; ser idealista, amante da arte, da música e criticar em demasia as atitudes dos pais, ser desinteressado, algumas vezes e altamente controlador em outras; ser extremamente rigoroso moralmente quando diz respeito aos seus pais e exigir flexibilidade. Estas flutuações são consideradas normais quando são vividas pelos adolescentes na época em que eram adolescentes. Para que estas questões sejam vividas plenamente, os adolescentes necessitam dos adultos que deem uma sustentação que facilite essa passagem da vida de criança para a vida adulta. (p.03).

Jardim (2003) investiga a relação psicologia do desenvolvimento aplicada na adolescência e atendimento psicoterapêutico em adolescentes, a importância de fatores no desenvolvimento, para a prática clínica, entrevista com 15 psicoterapeutas, diferentes abordagens, resultados que indicam a não utilização de dados de pesquisa na sua prática, a atualização de conhecimentos acerca da adolescência ocorre de maneira desordenada, a dificuldade dos terapeutas em avaliar resultados das intervenções, no campo psicoterapêutico o quanto profissionais tem se afastado das teorias e privilegiado a prática.

De acordo com as características apontadas, o psicoterapeuta de jovens deve possuir maior flexibilidade quanto ao estabelecimento do setting terapêutico. Se ele aplicar a técnica mais clássica, usada em atendimentos de adultos, não haverá comunicação. O terapeuta deve ser capaz de se colocar no lugar do adolescente e estar familiarizado com a linguagem e com objetos do interesse da juventude (vídeogame, computador, R.P.G., skate, bicicleta, poesias, músicas, grupos e instrumentos musicais, além de revistas e programas de televisão com temática voltada para os adolescentes). Porém, o clínico não deve perder os parâmetros da

normalidade. Quando indagados sobre tais parâmetros respondia-se que nesta idade é difícil de detectar, mas que eles estão relacionados à família e ao contexto onde o paciente vive, e que hoje é de muita flexibilidade. (JARDIM, 2003, p.33)

Stenzel (2022) faz uma chamada para a junção quanto a abordagem humanista e práticas da psicologia baseada em evidências (PPBE), tema atravessado por dilemas éticos e epistemológico, ótica de diferentes correntes humanistas acerca do funcionamento da psicoterapia, de sua eficácia, pouco engajamento de pesquisadores brasileiros nessa discussão.

A psicoterapia pode ser discutida sob diferentes prismas, pode ser analisada sob um viés prático e profissional que orienta o trabalho do psicólogo clínico; sob o impacto psicossocial que ela produz; e, sob o prisma ético e epistemológico que a constitui. Em diferentes campos das ciências humanas, sociais e da saúde discute-se sobre como se desenvolvem as intervenções em psicoterapia; suas origens intelectuais e filiações institucionais; as forças morais e culturais que a moldam; diferentes tipos de abordagem teóricas e técnicas que se desenvolvem ao longo da história e suas variações socioculturais (Marks, 2017). Em meio a estas diferentes perspectivas de discussão sobre a psicoterapia, existe uma que se filia ao tema da funcionalidade; que busca responder à pergunta se “o que fazemos” e “como fazemos” tem produzido efeito e alívio para o sofrimento humano. (STENZEL, 2022, p.02)

Abreu (2022) reflete a dimensão ética na formação do psicoterapeuta centrado na pessoa, elementos formativos presentes na psicologia de Carl Rogers, formação decorre de uma ética de valores e atitudes relacionais que estão para além de técnicas clínicas, elementos éticos na formação, três figuras de alteridade: como o Outro do Desconhecimento; o Outro da Diferenciação; e o Outro da Sensibilidade, logo a ética da alteridade radical pode ser unida a proposta da ACP, porém a que se pensar na formação deste psicoterapeuta pois cada experiência com o paciente é subjetiva portanto ainda que aja técnica é essencial que o psicoterapeuta consiga capturar a particularidade humana, respeitando o valor da pessoa, acolhendo e aceitando as diferenças em uma postura ética e empática.

Por conseguinte, a formação do psicoterapeuta centrado na pessoa pressupõe que ele não precisa ser especialista, um grande conhecedor de técnicas e de teorias da personalidade, bastando que tente compreender o ponto de vista do cliente e seja capaz de afirmar sua capacidade de autodeterminação. Isso denota uma postura de abertura do psicoterapeuta diante do cliente, o que poderíamos chamar do Outro do desconhecimento. Esta figura de alteridade diz respeito à atitude do psicoterapeuta de abandonar o seu lugar de especialista, reconhecendo-se como alguém ignorante diante da experiência do cliente. Portanto, o seu papel não é avaliar, tampouco julgar a narrativa do cliente, mas ter uma atitude de aceitação do Outro, permitindo que ele mesmo narre a sua história e, assim, possa ter uma nova compreensão sobre si mesmo.

Doxsey (2011) reflete estudos brasileiros da abordagem centrada na pessoa, evolução da prática, a herança do trabalho pioneiro de Rogers, repensar sistemas atuais de coleta de dados, debater possíveis requisitos para a apresentação de pesquisa, artigos e relatórios...criar

espaços em eventos regionais para lidar com questões éticas críticas, tanto na psicoterapia como na produção de trabalhos escritos.

Rogers nos ensinou sobre a importância do estudo científico de nosso trabalho para testar ideias e comunicar fatos. Até que ponto estamos disponíveis individualmente para buscar meios coletivos para avançar em nosso trabalho? Podemos trocar mais nossos projetos de estudo, nossos dados, nossos problemas de conduta (ética ou não) das nossas pesquisas? Existe a possibilidade de linhas de pesquisa em comum? Projetos em comum? (p.16)

CONCLUSÃO

Este artigo fez um estudo a partir de diferentes perspectivas de autores acerca de teorias e conceitos, para ansiedade na adolescência, a importância de se fazer psicoterapia para busca de autoconhecimento e desenvolvimento, dando ênfase na ACP visto que essa abordagem não direciona, mas acredita na atualização do paciente.

Dentro dos conceitos acerca da ansiedade, ela é vista como uma reação normal a uma ameaça e o quão ela é na contemporaneidade, um fator a ser discutido e acompanhado, visto que cada autor traz sua concepção de ansiedade como fenômeno que faz parte da vida humana, mal do século, associação ao uso de drogas, como não patologia e sim fatores sociais, como impactante no contexto escolar, que medicamento é primordial, no entanto não é o único caminho.

Para a fase da adolescência como construção do self, alguns autores trouxeram suas ideias quanto às habilidades sociais não desenvolvidas, crítica às instituições sociais que visam problemas orgânicos e esquecem aspectos psicológicos, como uma fase que não é mais uma preparação para a vida adulta mas que tem sentido em si mesma, como objeto da psicologia do desenvolvimento, como adolescente na perspectiva do próprio adolescente, como período de instabilidade, crise e turbulência e como produção social.

Acerca da psicologia humanista, um pouco da literatura, quanto ao seu objeto de estudo, da personalidade, como terceira força da psicologia, suas contribuições e chegada da ACP no Brasil, as origens e destinos da abordagem.

E a psicoterapia como um contexto e espaço para falar sobre a ansiedade, nesta fase, com o apoio da psicologia humanista com ênfase na abordagem da ACP para o autoconhecimento, a falta de comunicação, ética, pouco engajamento por parte de profissionais da área para estudos.

Portanto se faz necessário estudos, pesquisas, diálogos, desses fenômenos, nessa fase, pois quanto mais forem discutidos e esclarecidos é claro, respeitando que eles também têm

fala e compreensão a partir de suas experiências e vivências, melhor será sua construção e capacidade de avaliar suas escolhas e a importância da relação terapêutica, para que o próprio paciente dê sentido para seu projeto existencial, e a partir de uma atitude facilitadora, empática, acolhedora, para aquele que sofre, que vivencia angústias, medos, passa por eventos traumáticos, que não tem habilidades para lidar com o coletivo, dificuldades no diálogo, intolerância para viver o agora, possa desenvolver habilidades novas.

REFERÊNCIAS

ABREU, A. C. V., VIEIRA, E. M., & BRANCO, P. C. C. . (2022). Formação do Terapeuta Centrado na Pessoa: Ética e Figuras de Alteridade. **Revista Subjetividades**, v. 22, n. 2. e- ISSN: 2359-0777. <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v22i2.e10260>

AMATUZZI, M. M. (1989). **O Resgate da Fala Autêntica: filosofia da psicoterapia e da educação**. Campinas: Papirus.

ANDRADA, E. G. C. D. (2005). Novos paradigmas na prática do psicólogo escolar. **Psicologia: reflexão e crítica**, 18, 196 - 199.

ÁVILA, Alexandre Trzan; Jacó-Vilela, Ana Maria. Uma história da Abordagem Centrada na Pessoa no Brasil. v. 12, n. 3 2012. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**. ISSN: 1808-4281 Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=451844639021>

BARBOSA, A. P., Botelho, G. F. ., Rocha, I. S. da ., Silva, M. E. N. ., & Silva, R. T. da . (2024). A terapia existencial humanista, como um novo paradigma na mediação de conflitos em pacientes com transtornos psicológicos de ansiedade e depressão, em busca de homeostase e saúde mental. **Epitaya E-Books**, 1(57), 139-162. <https://doi.org/10.47879/ed.ep.2024991P139>.

BATISTA, Marcos Antonio; OLIVEIRA, Sandra Maria da Silva Sales. **Sintomas de ansiedade mais comuns em adolescentes**. *Psic*, São Paulo , v. 6, n. 2, p. 43-50, dez. 2005. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167673142005000200006. Acesso: 23 mar, 2024.

BAUMAN, Zygmunt. **O mal-estar da pós-modernidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.

BOAINAIN, E. Tornar-se transpessoal. São Paulo, **Summus Editorial**, 1998 .

BOCK, Ana Mercês Bahia. A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores. v. 11, n. 1, 2007. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE)**. ISSN: 2175-3539. pp. 63-76. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572007000100007>. Acesso em: 5 Abril 2024.

BOLLAS, C. (1992). *Forças do destino: psicanálise e idioma humano*. Rio de Janeiro: Imago.

BRANCO, Paulo Coelho Castelo. Análise das teorias da personalidade e da psicoterapia de Carl Rogers. *Gerais, Rev. Interinst. Psicol.* Belo Horizonte, v. 1, pág. 1 a 21 de junho, 2022. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198382202022000100005. Acesso: 30 mar, 2024.

CASTAÑON, Gustavo Arja. *Psicologia Humanista: A história de um dilema epistemológico. Memorandum*, 12, 105-124. Abril/07. Belo Horizonte: UFMG; Ribeirão Preto: USP ISSN 1676-1669. 2007. Disponível em: <http://www.fafich.ufmg.br/~memorandum/a12/castanono1.pdf>.

CASTILLO, Ana Regina GL; RECONDO, Rogéria; ASBAHR, Fernando R; MANFRO, Gisele G. *Transtornos de ansiedade*. Porto Alegre, 24 Jan 2001. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462000000600006>.

CORRÊA, Giocemar Nunes Santos. A importância da psicologia humanista e fenomenológica da abordagem centrada na pessoa como resposta às angústias de hoje. v. 41 n. 35 (2023): **Editorial do Bius** de Outubro/2023 V.41 N.º: 35 ISSN: 2176-9141. 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/BIUS/article/view/13528>.

CUGINI, Paulo. **Identidade, Afetividade e as Mudanças Relacionais na Modernidade Líquida na Teoria de Zygmunt Bauman**. Janeiro/Junho, São Paulo, 2008.

FALEIROS, E. A. (2004). Aprendendo a ser psicoterapeuta. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 24 (1), 14-27.

DOXSEY, Jaime Roy. Ensaio sobre a conduta ética na abordagem centrada na pessoa. *Rev. NUFEN*, São Paulo, v. 3, n. 1, p. 135-153, 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S217525912011000100008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 21 abr. 2024.

FERREIRA MS, et al. Ansiedade durante avaliações escolares: relatos e reflexões de ação extensionista com estudantes do ensino médio técnico. *Revista Conexão UEPG*, 2018; 14(2): 241-246.

FILHO, José Alberto Lechuga de Andrade. **A produção social dos transtornos de ansiedade: Reflexões a partir da Psicologia histórico-cultural**. Orientadora: Dra Renata Bellenzani. 2022. 161 f. Dissertação (Pós-graduação), Mestrado, Faculdade de ciências humanas, Universidade Federal do Mato Grosso do Sul. Campo Grande. 2022. Acesso: 23 mai, 2024.

FLÔR, Spc.; FLÔR, Smc.; TORRES, Fjr.; SILVA, M. Da Ca.; AGUIAR, Lc De.; FIALHO, MI De S.; SOUSA Castro, M. Do S.; VENDAS, Paa.; BENTO, Fvfs.; LIMA, JI de. Ansiedade e seu transtorno em adolescentes: uma revisão de literatura. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 15, pág. e437111537344, 2022. DOI: 10.33448/rsdv1115.37344. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/37344>. Acesso em: 18 abr. 2024.

FONSECA, Pedro Augusto Resende da. Transtorno de ansiedade: Uma revisão bibliográfica sobre o mal do século XXI. **Revista Contemporânea**, v. 3, n. 8, 2023. ISSN 2447-0961. DOI: <https://doi.org/10.56083/RCV3N8-150>

FREIRE, J. C. (2002). O lugar do outro na modernidade tardia. São Paulo: Annablume.

FROTA MONTE, Ana Maria Coelho. Origens e destinos da abordagem centrada na pessoa no cenário brasileiro contemporâneo: reflexões preliminares., v. 18, n. 2 (2012): **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, 2012. ISSN: 1809-6867. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357735517007>

GOMES, W. B., HOLANDA, A. F., & GAUER, G. Psicologia Humanista no Brasil. Porto Alegre: MuseuPSI. **Museu Virtual da Psicologia no Brasil**. 2004. História da Psicologia no Brasil do Século XX (pp. 87-103; 105-129). São Paulo: EPU. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/museupsi/brasilpsio.htm/>. Acesso em: 5 Abril 2024.

GUIMARÃES, Suzana Ferreira. **A Modificação da auto-imagem: Da pessoa-critério à psicoterapia**. 2010. 64 f. Monografia (Graduação) - Curso de Psicologia, Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, UniCEUB, Brasília, 2010.

GUTH, Clarissa de Moraes; VEIT, Carlos Alberto. Ansiedade no mundo contemporâneo e sua influência na Educação. v. 3 n. 2 (2019): **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, 2019. ISSN: 2594-5343. DOI: <https://doi.org/10.37444/issn-2594-5343.v3i2.139>.

JARDIM, Adriano Pereira. Adolescência, psicoterapia e desenvolvimento humano. Orientador: Professor Dr William Barbosa Gomes. 2003. 88 f. Dissertação (Pós-graduação), Mestrado, Curso de Pós-Graduação em Psicologia e Desenvolvimento. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia. Porto Alegre. 2003. Acesso em: 21 abr. 2024.

LOPES, Andressa Pereira e Rezende, Manuel Morgado. Ansiedade e consumo de substâncias psicoativas em adolescentes. **Estudos de Psicologia** (Campinas). 2013, v. 30, n. 1, pp. 49-56. ISSN 1982-0275. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2013000100006>. Acesso em: 5 Abril 2024.

LOPES KCSP, SANTOS WL. Transtorno de ansiedade. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, 2018; 1(1): 45-50.

LUIZ, Alan Vinícius Assunção. **Transtornos de ansiedade, depressão e sono-vigília e adolescentes no período pós-isolamento social e suas potenciais associações com o uso de tecnologias digitais de informação e comunicação**. Orientadora: Dra Milena Jorge Simões Glória. 2023. 101 f. TCC (Pós Graduação) - Tese (Doutorado em Ciências), Escola de Enfermagem, Ribeirão Preto, 2023. Acesso: 23 mai, 2024.

MARKS, S. (2017). Psychotherapy in historical perspective. **History of the Human Sciences**, 30(2), 3-16. <https://doi.org/10.1177%2F0952695117703243>

MEIRA, Cláudia Hyala Mansilha Grupe e Nunes, Maria Lúcia Tiellet. Psicologia clínica, psicoterapia e o estudante de psicologia. **Paidéia (Ribeirão Preto)**. 2005, v. 15, n. 32 , pp. 339-343. ISSN 1982-4327. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103863X2005000300003>. Acesso em: 14 Abril 2024.

MIRANDA, Carmen Silvia Nunes de; FREIRE, José Célio. A comunicação terapêutica na abordagem centrada na pessoa. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro , v. 64, n. 1, p. 78-94, abr. 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180952672012000100007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 21 abr. 2024.

OLIVEIRA, Maria Claudia Santos Lopes de. Identidade, Narrativa e Desenvolvimento na adolescência: uma revisão crítica. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 11, n. 2, p. 427-436, mai./ago. 2006. ISSN 1807-0329. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S141373722006000200022>. Acessado 8 Abril 2024.

OZELLA, Sergio; Aguiar, Wanda Maria Junqueira de. Desmistificando a concepção de adolescência. **Cadernos de Pesquisa**, v. 38, n. 133, p. 97-125, jan./abr. 2008. ISSN 19805314. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0100-15742008000100005>. Acesso em: 8 Abril 2024.

PONTES, Laysa Mirelly da Silva. **Ansiedade em estudantes do ensino superior: Uma revisão bibliográfica**. Orientadora: Prof^ª Dr^ª Solange Maria Magalhães da Silva Porto. 2021. 31 f. TCC - Curso de Educação Física, Universidade Federal de Pernambuco, CAV, Bacharelado em Educação Física, 2021. Acesso em: 5 Abril 2024.

PONTES, Sérgio Bruno Dantas. **A dependência de Jogos e a Ansiedade: Uma interpretação Analítico-Comportamental**. Orientador: Dr Tiago Oliveira Magalhães. 2022. 25 f. TCC - Curso de Psicologia, Faculdade Ari de Sá, Fortaleza, 2022. Acesso: 23 mai, 2024.

QUIROGA, Fernando Lionel; Vitalle, Maria Sylvia de Souza. O adolescente e suas representações sociais: Apontamentos sobre a importância do contexto histórico. 2013, v. 23, n. 3, pp. 863-878. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 2013. ISSN 18094481. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312013000300011>. Acesso em 5 Abril 2024.

ROGERS, Carl R. **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2016.

RUDIO, F. V. (2003). Orientação não-diretiva: na educação, no aconselhamento e na psicoterapia. 14^a ed. **Petrópolis: Vozes**. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/123456789/2769/2/20560506.pdf>.

SANTOS WL, et al. Analisando os distúrbios funcionais do transtorno de ansiedade em adolescentes de 14 a 19 anos pela terapia ocupacional. **Revista Científica Saúde e Tecnologia**, 2018; 1(2): 1218-1218.

SCHOEN-FERREIRA, Teresa Helena; Aznar-Farias, Maria; Silvaes, Edwiges Ferreira de Mattos. Adolescência através dos Séculos. **Psicologia: Teoria e Pesquisa** Abr-Jun, v. 26 n. 2010. pp. 227-234. pp. 227-234. 2010. ISSN 1806-3446. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000200004>. Acesso em: 8 Abril 2024.

SCORSOLINI-COMIN, Fabio. Aconselhamento psicológico e psicoterapia: aproximações e distanciamentos. **Contextos Clínicos**, vol. 7, n. 1, 2-14, janeiro-junho, 2014. DOI: 10.4013/ctc.2014.71.01.

SILVA, Érica Sabrina de Oliveira. **Ansiedade e depressão na adolescência**. Orientadora: Juliana Maria Corallo Quinan. 2023. 45 f. Monografia (Graduação) - Curso de Pedagogia, Universidade Estadual de Goiás, Pire do Rio, 2023.

SILVA, Régis Malizelski da; MOREIRA, Jaqueline de Oliveira; IOANNIDIS, Tiffany. Abordagem Centrada no Adolescente. p. 1-5, dez. 2022. **Anais do 20º Encontro Científico Cultural Interinstitucional - 2022** ISSN 1980-7406. Disponível em: <https://www4.fag.edu.br/anais-2022/Anais-2022-33.pdf>.

STENZEL, Lucia Marques. A abordagem humanista no debate da psicoterapia baseada em evidências. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 28, n. 1, p. 70-82, abr. 2022. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180968672022000100008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 21 abr. 2024. <http://dx.doi.org/10.18065/2022v28n1.7>.

TAVARES J. M. A. D.; CAMPOS E. O.; LOPES R. B.; MOREIRA R. S.; MOURA F. C. de; COQUEIRO N. F. R.; LIMA A. S.; CALDEIRA L. K.; RODRIGUES N. S.; FERES A. B. S. Fatores de risco e prevenção dos transtornos de ansiedade na adolescência: uma revisão narrativa. v. 15 n. 11 (2022): **Revista Eletrônica Acervo Saúde** (ISSN 2178-2091). DOI: <https://doi.org/10.25248/REAS.e11353.2022>.

TOMASI, Livia Maria Bedin. **Relação entre o bem-estar subjetivo de pais e filhos adolescentes a partir de diferentes medidas de avaliação**. Orientador: Jorge Castellá Sarriera. 2013. 137 f. TCC (Pós-Graduação) - Tese (Doutorado em Psicologia), Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/76519>. Acesso em: 18 Mar, 2024.

VERCEZE, Flávia Angelo; SEI, Maíra Bonafé; BRAGA, Carla Maria Lima. A demanda por psicoterapia na adolescência: a visão dos pais e dos filhos. **Rev. Psicol. UNESP**, Assis, v. 12, n. 2, p. 92-102, dez. 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198490442013000200008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 21 abr. 2024.

VIEIRA, Emanuel Meireles; Freire, José Célio. Alteridade e Psicologia Humanista: Uma leitura ética da abordagem centrada na pessoa. **Estudos de Psicologia I Campinas** I 23(4) I 425-432 I out-dez, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2006000400010>

YÉPEZ, Martha A Travers; Verônica de Souza Poinheiro. Adolescência, saúde e contexto social: esclarecendo práticas. **Psicologia & Sociedade**; v. 14, n. 214, 133-147; jul./dez. 2002.