

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

MARIA HELENA DE CALDAS LEITE

**ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO EM ESCOLAS BRASILEIRAS:
Contribuições da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) frente a prevenção em saúde
mental de discentes do ensino médio**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2024

MARIA HELENA DE CALDAS LEITE

ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO EM ESCOLAS BRASILEIRAS: Contribuições da
Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) frente a prevenção em saúde mental de discentes do
ensino médio

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador(a): Prof. Dr. Joaquim Iarley Brito Roque

MARIA HELENA DE CALDAS LEITE

**ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO EM ESCOLAS BRASILEIRAS:
Contribuições da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) frente a prevenção em saúde
mental de discentes do ensino médio**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 04/12/2024

BANCA EXAMINADORA

ORIENTADOR: PROF. DR. JOAQUIM IARLEY BRITO ROQUE

MEMBRO: PROF^a. DR^a. MOEMA ALVES MACEDO

MEMBRO: PROF. ME. ALEX FIGUEIRÊDO DA NÓBREGA

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2024

**ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO EM ESCOLAS BRASILEIRAS:
Contribuições da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) frente a prevenção em saúde
mental de discentes do ensino médio**

Maria Helena De Caldas Leite¹
Joaquim Iarley Brito Roque²

RESUMO

O aconselhamento psicológico nas escolas brasileiras tem se destacado como uma estratégia essencial para a promoção da saúde mental de estudantes do ensino médio. A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers, oferece uma perspectiva humanista e não diretiva que privilegia a empatia, a aceitação incondicional e a congruência como pilares fundamentais no processo de aconselhamento. Este trabalho analisa as contribuições do Aconselhamento Psicológico baseado na ACP na prevenção da saúde mental no contexto escolar do ensino médio. A aplicação da ACP no ambiente escolar promove um espaço seguro e acolhedor, onde os estudantes podem expressar livremente suas angústias e desenvolver estratégias de enfrentamento para lidar com adversidades. Além disso, enfatiza-se o papel do psicólogo como facilitador no processo de construção de autonomia e autoestima dos discentes. A implementação do aconselhamento centrado na pessoa nas escolas não apenas contribui para a saúde mental, mas também fortalece as relações interpessoais e a formação integral do estudante, potencializando um ambiente educacional mais inclusivo e saudável. Assim, o estudo ressalta a importância de políticas públicas que priorizem o suporte psicológico nas instituições de ensino.

Palavras-chave: Aconselhamento psicológico. Abordagem Centrada na Pessoa. Saúde mental. Ensino médio. Psicologia escolar.

ABSTRACT

Psychological counseling in Brazilian schools has stood out as an essential strategy for promoting the mental health of high school students. The Person-Centered Approach (PCA), developed by Carl Rogers, offers a humanistic and non-directive perspective that privileges empathy, unconditional acceptance and congruence as fundamental pillars in the counseling process. This work analyzes the contributions of Psychological Counseling based on ACP in the prevention of mental health in the high school context. The application of ACP in the school environment promotes a safe and welcoming space, where students can freely express their anxieties and develop coping strategies to deal with adversities. Furthermore, the role of the psychologist as a facilitator in the process of building students' autonomy and self-esteem is emphasized. The implementation of person-centered counseling in schools not only contributes to mental health, but also strengthens interpersonal relationships and the student's comprehensive training, enhancing a more inclusive and healthy educational environment. Thus, the study highlights the importance of public policies that prioritize psychological

¹Maria Helena de Caldas Leite. Email: mariahelenacaldas19@gmail.com

²Joaquim Iarley Brito Roque. Email: joaquimiarley@leaosampaio.edu.br

support in educational institutions.the importance of public policies that prioritize psychological support in educational institutions.

Keywords: Psychological counseling, Person-Centered Approach, Mental health, High school, School psychology.

1 INTRODUÇÃO

A presente pesquisa visa refletir sobre o Aconselhamento Psicológico nas escolas brasileiras, orientado a partir das contribuições teóricas da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) na prática com os discentes do Ensino Médio. Sendo assim, torna-se indispensável entender de que forma o aconselhamento psicológico contribui para prevenção da saúde mental nas escolas sendo realizado com os estudantes.

Dessa forma, o conhecimento a respeito da importância da prática de Aconselhamento Psicológico faz-se necessário na construção do presente texto, pois oferece a definição, exploração e ampliação do conceito, o que pode contribuir para o exercício profissional. Mediante a vivência particular no contexto escolar, faz-se necessário explicitamente abordar essa prática e propagar para que possa alcançar mais profissionais e a importância seja escancarada de tornar o espaço do ensino médio um processo de descobertas que sejam acolhidas e validadas, para enaltecer e evidenciar a necessidade da saúde mental e o quanto o Aconselhamento Psicológico pode favorecer e proporcionar esse processo.

Sendo assim, o objetivo da referida pesquisa é descrever as possíveis contribuições do processo de Aconselhamento Psicológico baseado na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) frente à prevenção à saúde mental de discentes do Ensino Médio no Brasil. Com o intuito precisamente de compreender a importância das fases do processo de Aconselhamento Psicológico, enquanto ferramenta para a prevenção de saúde mental dos estudantes no Brasil, sendo possível desenvolver o bem-estar e melhorar o desempenho acadêmico e social, assim como descrever as possíveis contribuições do Aconselhamento Psicológico individual e grupal, frente a intervenções preventivas no campo estudantil, visualizando o fortalecimento das relações interpessoais entre escola e estudantes, como também investigar quais as técnicas da Abordagem Centrada na Pessoa são empregadas no Aconselhamento Psicológico, analisando assim, a relação e a eficácia na prevenção à saúde mental dos discentes brasileiros do Ensino Médio.

Por meio de pesquisa bibliográfica, a finalidade é responder a pergunta-problema: “Como as contribuições do Aconselhamento Psicológico baseado na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) são descritas na literatura acadêmica em relação à prevenção da saúde mental dos discentes do ensino médio no Brasil?”. A partir do entendimento da definição, estrutura e fases do processo de aconselhamento propostas por Patterson e Eisenberg (2013). A presente pesquisa visa contribuir para o campo acadêmico por meio da ampliação do conhecimento.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 METODOLOGIA

A presente pesquisa, possui caráter descritivo e utiliza de métodos qualitativos por meio da revisão bibliográfica, será intensificado a compreensão a partir do Aconselhamento Psicológico nas escolas brasileiras: Contribuições da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) frente a prevenção à saúde mental de discentes do ensino médio. Com isso, a pesquisa descritiva “[...] tem como objetivo descrever um fenômeno ou situação em detalhe, permitindo abranger com clareza as características de um indivíduo, um grupo ou uma situação, bem como desvendar a relação entre os eventos.” (Pedroso; Silva; Santos, 2017, p.1).

A análise dos resultados ocorreu com uma revisão de literatura com fichamentos. Quanto ao levantamento bibliográfico, foram utilizados capítulos de livros, artigos científicos sendo publicados em português nos últimos 10 anos, através de plataformas online como Google Acadêmico e Scientific Electronic Library Online (SciELO) em que foi executada a releitura de estudos existentes com a finalidade de aprofundar e expandir novas compreensões acerca da temática. Diante disso, foram selecionadas obras voltadas à temática da pesquisa, com as seguintes palavras-chaves: “Aconselhamento psicológico”, “Abordagem Centrada na Pessoa”, “Saúde mental”, “Ensino médio” e “Psicologia escolar”.

Com base nos autores, uma pesquisa qualitativa pode ser entendida da seguinte forma: “Compreende um conjunto de diferentes técnicas interpretativas que visam a descrever e a decodificar os componentes de um sistema complexo de significados.” (Neves, 1996, p.1). Sendo assim, a pesquisa bibliográfica torna-se indispensável, pois ela é “Tem a finalidade de aprimoramento e atualização do conhecimento, através de uma investigação científica de obras já publicadas.” (Sousa; Oliveira; Alves, 2021, p.2).

2.2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.2.1 Saúde mental e o ensino médio no Brasil

A adolescência é uma fase de transição marcada por intensas mudanças físicas, emocionais e sociais. Durante esse período, os jovens enfrentam uma série de desafios relacionados à identidade, à pressão social e ao futuro acadêmico, o que pode impactar significativamente sua saúde mental. Segundo Silva *et al.* (2019), a promoção de um ambiente

escolar acolhedor e de apoio é fundamental para proteger a saúde mental dos adolescentes. No entanto, nem sempre as escolas têm os recursos ou a preparação adequados para atender às demandas emocionais de seus alunos, o que muitas vezes resulta no agravamento de problemas psicológicos que poderiam ter sido evitados ou atenuados.

Adolescentes são particularmente vulneráveis a transtornos de saúde mental como ansiedade, depressão e estresse, que podem ser desencadeados por uma série de fatores, incluindo as exigências escolares, as expectativas familiares e as pressões sociais. Madaloz *et al.* (2023) apontam que, em institutos federais de ensino médio integrado, a carga acadêmica intensa pode ser um dos principais contribuintes para o sofrimento psicológico dos alunos. Além disso, a constante comparação com os pares, típica dessa faixa etária, pode intensificar sentimentos de inadequação e insegurança. Esse cenário se agrava em contextos onde há uma competição exacerbada, tornando o ambiente escolar uma fonte constante de estresse e desgaste emocional.

Outro aspecto importante a ser considerado é o desenvolvimento cerebral durante a adolescência, que influencia o comportamento e as emoções dos jovens. Segundo Pinheiro *et al.* (2023), o cérebro adolescente ainda está em processo de amadurecimento, particularmente as áreas responsáveis pelo controle de impulsos e pela tomada de decisões. Isso faz com que os adolescentes sejam mais suscetíveis a comportamentos de risco e a dificuldades em gerenciar suas emoções. O apoio emocional de adultos significativos, como pais, professores e psicólogos escolares, é essencial para ajudá-los a lidar com os desafios dessa fase de forma mais saudável e equilibrada. A falta de suporte, por outro lado, pode exacerbar sentimentos de isolamento e desamparo.

A escola, como um dos principais ambientes de socialização dos adolescentes, tem um papel fundamental na promoção da saúde mental. A criação de espaços onde os estudantes possam se sentir seguros para expressar suas emoções e receber apoio adequado é essencial. Palacio *et al.* (2021) destacam que fatores de proteção, como a presença de adultos que oferecem suporte emocional e a existência de programas de saúde mental, podem fazer uma grande diferença na vida dos adolescentes. Esses fatores contribuem para a construção de uma rede de apoio que não só previne transtornos mentais, mas também promove o desenvolvimento saudável de habilidades socioemocionais.

Ainda assim, muitas escolas enfrentam desafios na implementação de estratégias eficazes de saúde mental. O estigma em torno das questões psicológicas e a falta de recursos são barreiras significativas. Silva *et al.* (2019) relatam que, em muitas instituições, há uma dificuldade em reconhecer a importância da saúde mental e integrá-la de forma eficiente ao

currículo escolar. Isso evidencia a necessidade de uma abordagem holística que inclua a formação de professores, a criação de políticas escolares inclusivas e a oferta de serviços de apoio psicológico. A integração da saúde mental no ambiente escolar deve ser vista como uma prioridade para garantir o bem-estar dos estudantes.

Ademais, é importante considerar que a adolescência é também um período de formação de identidade, no qual os jovens estão constantemente explorando quem são e o que querem para o futuro. Essa busca pode ser acompanhada por sentimentos de dúvida, medo e ansiedade. Madaloz *et al.* (2023) afirmam que as incertezas relacionadas ao futuro acadêmico e profissional podem ser extremamente desgastantes para os adolescentes. A pressão para decidir o curso de suas vidas em um momento em que ainda estão descobrindo seus interesses e habilidades é uma fonte significativa de estresse. Nesse sentido, oferecer orientação vocacional e apoio emocional é crucial para aliviar parte dessa ansiedade.

As interações sociais também desempenham um papel crítico na saúde mental dos adolescentes. O desejo de pertencer a um grupo e ser aceito é uma característica central dessa fase da vida. No entanto, a dinâmica dos relacionamentos pode ser complexa e, muitas vezes, tóxica. Pinheiro *et al.* (2023) observam que situações como bullying, exclusão social e conflitos interpessoais são fatores que podem desencadear ou piorar problemas de saúde mental. A capacidade de desenvolver habilidades sociais e de resiliência emocional é essencial para que os jovens possam lidar melhor com essas situações. As escolas devem promover uma cultura de respeito e empatia para minimizar os danos psicológicos causados por essas interações.

Além disso, as redes sociais têm uma influência crescente na vida dos adolescentes e na sua saúde mental. Enquanto essas plataformas podem ser uma fonte de conexão e apoio, também podem ser uma fonte de comparação constante e de pressão para manter uma imagem perfeita. Palacio *et al.* (2021) destacam que a exposição contínua a imagens idealizadas pode intensificar sentimentos de inadequação e ansiedade nos adolescentes. As escolas precisam educar os estudantes sobre o uso saudável da tecnologia e encorajá-los a desenvolver um senso crítico em relação ao que consomem *online*. A promoção de hábitos saudáveis e o uso consciente das redes sociais são aspectos que devem ser discutidos tanto em casa quanto na escola.

Por outro lado, é importante reconhecer que os adolescentes têm uma incrível capacidade de recuperação e crescimento, especialmente quando recebem o apoio necessário. A promoção de fatores protetivos, como relações familiares saudáveis, atividades extracurriculares e um ambiente escolar acolhedor, pode fazer uma grande diferença. Silva *et*

al. (2019) enfatizam que programas de intervenção que focam no fortalecimento das habilidades de enfrentamento e na criação de redes de apoio social são altamente eficazes. Esses programas devem ser acessíveis a todos os alunos e projetados para atender às suas necessidades específicas, levando em consideração a diversidade de experiências e realidades.

Outro ponto que merece destaque é a necessidade de políticas públicas que garantam a inclusão de serviços de saúde mental no ambiente escolar. Madaloz *et al.* (2023) argumentam que a saúde mental deve ser vista como uma parte essencial da educação, e não como algo separado ou secundário. A criação de parcerias entre escolas e serviços de saúde pode ser uma forma eficaz de garantir que os adolescentes tenham acesso ao apoio que precisam. Essas parcerias também podem oferecer treinamento aos educadores para que possam identificar sinais de problemas de saúde mental e intervir de maneira adequada.

A participação ativa dos próprios adolescentes na criação de programas de saúde mental pode ser uma estratégia valiosa. Quando os jovens se sentem ouvidos e envolvidos no processo, eles são mais propensos a se engajar e a se beneficiar das iniciativas. Pinheiro *et al.* (2023) sugerem que envolver os estudantes na discussão sobre saúde mental ajuda a desmistificar o tema e a promover uma cultura de aceitação e empatia. A criação de grupos de apoio liderados por estudantes e a organização de eventos que promovam o bem-estar são exemplos de como isso pode ser feito de maneira prática e eficaz.

A Saúde Mental, tema necessário e propagado em diversos espaços, se faz presente na presente pesquisa, por envolver a prevenção, portanto faz-se necessário compreender a definição da saúde mental e como ela pode ser visualizada. Dessa forma, é válido destacar que a saúde mental pode ser compreendida para Quartilho (2010), para além do adoecimento mental, se configura enquanto elemento positivo em que é relevante e repercute na saúde física e na qualidade de vida, além de ser de cunho universal e contribui para o melhor aproveitamento tanto da pessoa quanto do que está ao redor, apesar das condições culturais ou geográficas. Na perspectiva de Etnanislau e Bressan (2014), habilidades sociais, físicas, cognitivas, emocionais no cotidiano dos jovens, a tensão mental impede o maior gozo dessas atividades e sinaliza que precisa ocorrer uma mudança, adaptação e repensar em outra estrutura e maneira de ser e agir diante das situações, além de ser um mecanismo de proteção.

O Programa de Saúde na Escola (PSE), criado em 2007, busca integrar a saúde e a educação para promover o bem-estar de diferentes públicos, incluindo crianças, adolescentes e adultos. O programa é fundamentado na colaboração entre a Atenção Primária à Saúde e as escolas públicas, com o objetivo de fortalecer as políticas públicas brasileiras e o desenvolvimento da cidadania (Brasil, 2007). Dessa forma, o PSE visa integrar e articular a

educação e a saúde dentro do contexto da escola, ao prezar primordialmente pela saúde e integridade dos estudantes.

De acordo com Graciano *et al.* (2015), é um programa multidisciplinar que envolve a participação de muitas áreas, por envolver a saúde de uma forma integral dentro da escola pública. No que diz respeito às ações realizadas, Graciano *et al.* (2015) elencam algumas como, avaliação clínica e nutricional, educação permanente em saúde, inclusão da temática educação em saúde no projeto político pedagógico escolar, dentre outros. A quantidade de profissionais e áreas envolvidas configura-se enquanto um projeto de apoio multiprofissional, pois oferece aos envolvidos o ingresso no espaço escolar para disponibilizar de um serviço que possa beneficiar os estudantes.

As perspectivas e atuação da Psicologia na Promoção e Prevenção de Saúde nas escolas merecem ser abordadas e enfatizadas, precisamente nas escolas de ensino médio. Afinal, é indispensável e necessário um olhar integral para com o sujeito, visualizar toda a subjetividade, mesmo sabendo que está inserido em um contexto escolar, mas é muito além disso, fatores sociais, econômicos, biológicos tornam particulares cada vivência dentro do ambiente. Sendo assim, é válido destacar que, para Silva *et al.*, (2019), no espaço escolar convém disponibilizar um ensino qualificado e apropriado para o surgimento da aprendizagem, tanto em estrutura quanto em metodologia, de forma que possa alcançar os alunos, com o intuito de dispor do arcabouço que for fundamental para que haja um maior aproveitamento do ensino, considerando a leitura e a escrita enquanto requisitos básicos para serem instigados e para que ocorra de maneira efetiva, ser disponibilizado técnicas ao considerar a inclusão algo indispensável e altamente relevante.

A Prevenção e Promoção de Saúde têm como objetivo evitar o adoecimento e promover a autonomia, ajudando os indivíduos a lidarem com frustrações e a enfrentarem desafios cotidianos. A saúde, nesse contexto, vai além da biologia, sendo compreendida como um estado de equilíbrio que abrange os aspectos físicos, mentais e sociais do ser humano. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 1948), a saúde é entendida como um estado de bem-estar completo, que inclui não apenas a ausência de doenças, mas também fatores sociais e psicológicos, reconhecendo que a saúde é um processo dinâmico, influenciado por diversos determinantes, incluindo aspectos genéticos e ambientais.

A escola, como instituição social, tem a função de promover o conhecimento e contribuir para o desenvolvimento intelectual, profissional e pessoal dos alunos, ao mesmo tempo em que busca articular metodologias que favoreçam a liberdade e a autonomia. Nesse contexto, é possível entender que as instituições têm como missão ajustar as fronteiras entre

liberdade e igualdade, como destaca Pastore (2002), para garantir que ambos os conceitos sejam preservados, sendo fundamentais para o bom funcionamento da instituição. Dentro dessa construção, a Psicologia se faz essencial, pois oferece suporte para compreender e contribuir nos processos subjetivos dos alunos, ajudando a lidar com as diversas questões emocionais e comportamentais que surgem ao longo do processo educacional.

Segundo Estanislau e Bressan (2014), a escola é muitas vezes o local mais acessível para que diversas realidades possam ter contato com a saúde mental, possibilitando intervenções que atendam às demandas dos alunos. Ao tratar o tema da saúde mental com a devida importância, o ambiente escolar pode se tornar um espaço para a construção de vínculos e para o desenvolvimento de competências socioemocionais, auxiliando os estudantes a lidarem com as incertezas que surgem após o ensino médio. Já na visão de Silva (2011), além de oferecer conhecimentos científicos, a Psicologia no contexto educacional incita questionamentos e reflexões sobre o mundo subjetivo, criando um espaço para acolher as inseguranças e os desafios pessoais de cada aluno, considerando suas histórias de vida.

Sob essa perspectiva, Silva (2011), destaca a fragilidade nas relações interpessoais, evidenciando os anseios e incertezas que surgem em meio à grande quantidade de informações disseminadas no cotidiano. Essa realidade ressalta a necessidade urgente de a Psicologia estar presente nesses ambientes, promovendo a saúde mental como um princípio fundamental para a aprendizagem, o autoconhecimento e a autonomia dos estudantes. Além disso, uma pesquisa recente revelou que muitos pais percebem que uma parte significativa dos alunos de instituições públicas brasileiras enfrenta dificuldades emocionais, com 34% indicando problemas para controlar suas emoções, 24% sentindo-se sobrecarregados e 18% apresentando sintomas de tristeza ou depressão (Instituto Unibanco, 2022).

2.2.2 Aconselhamento Psicológico e Abordagem Centrada na Pessoa (ACP)

O Aconselhamento Psicológico é caracterizado por ser uma prática breve e pontual, focada em capacitar o cliente a lidar com situações da vida, tomar decisões eficazes e promover seu crescimento pessoal. Para que o conselheiro consiga instigar a autonomia do cliente e possibilitar que ele alcance maior liberdade e protagonismo, é necessário um vínculo genuíno e um envolvimento sólido entre ambos (Patterson; Eisenberg, 2013).

O Aconselhamento Psicológico é geralmente compreendido como uma experiência terapêutica que visa ajudar os indivíduos a planejar, tomar decisões, lidar com as pressões diárias e desenvolver autoconfiança. Essa abordagem é direcionada para questões e

sofrimentos atuais, sem desconsiderar o passado, mas buscando entender o contexto de forma ampla e integrada. É importante esclarecer suas características para evitar confusões com outros tipos de intervenções psicológicas (Scorsolini-Comin, 2014).

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), proposta por Carl Rogers, é vista como uma das correntes da Psicologia Humanista, associada à chamada Terceira Força. Esse modelo destaca a importância de aspectos como empatia, autenticidade e consideração positiva incondicional para fortalecer o vínculo terapêutico, facilitando o processo de autoconhecimento e transformação do cliente (Bezerra; Bezerra, 2012), por meio da compreensão da vivência, validação da experiência, e genuíno interesse em acolher, ouvir e estar presente no momento da escuta (Rogers, 2018). Para estimular e instigar a autonomia e crescimento é indispensável saber que, para Rogers (2018), é compreendido enquanto uma tendência ao crescimento, sendo um fator determinante para o transcorrer da psicoterapia, para que seja possível impulsionar autonomia e adquirir um amadurecimento no que diz respeito à capacidade de se posicionar, ao prezar prioritariamente o aprimoramento, crescimento e desenvolvimento da pessoa.

A partir dessa perspectiva, um dos pilares que sustentam diz respeito à estimulação do crescimento, sendo algo indispensável para o entendimento da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). A expansão do protagonismo e criticidade é instigada e de extrema relevância em todo processo. Portanto, para construção do vínculo e do crescimento é válido destacar que “[...] o indivíduo traz dentro de si a capacidade e a tendência, latente se não evidente, para caminhar rumo à maturidade” (Rogers, 2018, p.40). As características que contemplam a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), juntamente com o Aconselhamento Psicológico oferecem alternativas de intervenção e prevenção da saúde mental dos alunos de ensino médio das escolas brasileiras (Rogers, 2018).

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), pode ser uma ferramenta fundamental no Aconselhamento Psicológico, pois permite que o terapeuta foque nas necessidades emocionais do indivíduo, promovendo o contato e a compreensão dos sofrimentos causados pelas pressões educacionais. A ACP enfatiza a importância de compreender o presente do cliente, priorizando seus sentimentos em relação ao seu passado e colocando o indivíduo no centro da terapia, ao invés de se concentrar apenas no problema (Moreira, 2010). Essa abordagem, ao se focar no momento atual, busca acolher o cliente, proporcionando um espaço terapêutico de crescimento pessoal.

A Abordagem Centrada na Pessoa tem como objetivo principal resgatar o respeito pelo ser humano, destacando a importância dos sentimentos e das experiências como elementos

cruciais para o crescimento pessoal. Essa abordagem enfatiza o processo de autoconhecimento, oferecendo ao indivíduo a oportunidade de identificar, reconhecer e desenvolver suas potencialidades, ao mesmo tempo em que acolhe suas vulnerabilidades (Bezerra; Bezerra, 2012).

A Abordagem Centrada na Pessoa, pode ser discutida considerando três paradigmas principais. O primeiro se refere à capacidade do paciente de alcançar autorrealização e autoatualização, com base nas influências contextuais que moldam sua subjetividade. O segundo paradigma enfoca a consciência como um processo contínuo de atribuição de sentido, que é moldado pelas relações e pela história de vida do indivíduo. O terceiro paradigma aponta para a relação terapêutica, onde a experiência vivida, ao invés de ser analisada, envolve a fusão de sentimentos e conhecimentos, com o terapeuta atuando como participante ativo no processo (Bezerra; Bezerra, 2012).

2.2.3 O Processo de Aconselhamento Psicológico nas escolas e as contribuições da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP)

O Aconselhamento Psicológico é uma prática de intervenções pontuais e objetivas, sendo fundamental para a ajuda eficaz dos indivíduos. De acordo com Patterson e Eisenberg (2013), o processo de aconselhamento envolve um esforço considerável por parte do cliente, que precisa se dispor a revelar informações pessoais a um profissional relativamente desconhecido e a explorar emoções e construtos internos relacionados às suas preocupações. Esse processo é essencial para identificar a queixa principal e, a partir disso, desenvolver estratégias que ajudem a validar o sofrimento do indivíduo, enquanto também evidenciam o que está além do que é exposto, proporcionando ao cliente alternativas e formas de lidar com suas experiências vividas.

A compreensão do manejo do Aconselhamento Psicológico é essencial para uma prática eficaz. De acordo com Patterson e Eisenberg (2013), o processo de Aconselhamento é composto por fases que guiam a intervenção terapêutica. Na primeira fase, que se caracteriza pela descoberta inicial, o cliente assume o risco de revelar informações pessoais a um profissional relativamente desconhecido e se dispõe a explorar emoções e construtos relacionados aos seus problemas. Este momento inicial já estabelece uma vinculação importante entre cliente e terapeuta, criando um espaço de escuta genuína e de interesse pelo processo. Esse vínculo é crucial para o andamento do processo terapêutico, pois possibilita que o cliente se sinta confortável em se expor e explorar seus sentimentos e desafios.

Na segunda fase do Aconselhamento Psicológico, o foco está na exploração em profundidade, onde o processo envolve a classificação dos objetivos resultantes da terapia e o desenvolvimento de novos insights sobre o próprio eu e sobre os outros. Este estágio se baseia na ampliação da compreensão do indivíduo por meio da exploração de suas falas, discursos e vivências, o que favorece o aumento do autoconhecimento e das interpretações sobre suas experiências. Na sequência, a terceira fase propõe a preparação para a ação, que envolve a síntese de novos conceitos adquiridos durante a exploração, permitindo ao cliente formular novas alternativas de ação para lidar com os desafios da vida (Patterson; Eisenberg, 2013).

Com a preparação e trajeto percorrido, o momento em que o planejamento é traçado, ao impulsionar e incentivar a autonomia, para que haja a capacitação do indivíduo com a conscientização das vulnerabilidades e potencialidades existentes e evidenciado a importância do autoconhecimento. Sendo assim, partindo da premissa de que as vivências do ser humano estão envolvidas por um significado, é necessário que haja um interesse em ouvir de maneira empática cada fala, juntamente com a vontade incessante em contribuir e acolher. O aconselhamento psicológico pode oferecer um contato de cunho breve e muito intenso na construção da relação terapêutica.

Na Abordagem Centrada na Pessoa, é destacado que a transparência é uma lição fundamental para quem busca estabelecer uma relação de ajuda genuína. Nesse processo, é necessário que tanto o profissional quanto o cliente se envolvam de acordo com suas realidades, promovendo uma ampliação da consciência sobre a importância da construção de um vínculo que favoreça a autonomia e o crescimento. Esse vínculo deve ser baseado no reconhecimento de que o cliente não é uma pessoa fixa ou padronizada, mas alguém em processo de se tornar, reconhecendo suas próprias potencialidades. Esse entendimento é essencial para garantir que o cliente possa se tornar quem realmente é, confirmando suas capacidades ao longo do processo terapêutico. (Rogers, 2018)

Ao perceber e evidenciar isso, o fortalecimento do vínculo é construído, pois considera relevante tanto as potencialidades quanto às vulnerabilidades, para evidenciar de que forma é possível lidar. Pois, para Rogers (2018), algo a ser realizado é a facilitação do crescimento, instigar e provocar a vontade e o interesse genuíno de participar e de estar presente integralmente no processo. O primeiro contato é necessário que estabeleça e fortaleça uma relação de confiança e confortável para que o cliente se sinta acolhido.

Na perspectiva de Silva (2010), é fundamental que o ambiente escolar seja marcado por um clima que favoreça o desenvolvimento do estudante em direção à maturidade psicossocial. Nesse contexto, o Aconselhamento Psicológico pode desempenhar um papel

central ao criar um espaço adequado para esse processo de crescimento. Além disso, a escuta compreensiva, que reflete a liberdade de aprender, é um fator essencial para a construção de uma escola democrática e humanizada. Esse tipo de escuta profissional e empática permite que as inquietações do aluno sejam expressas, contribuindo para um ambiente mais acolhedor e propício ao desenvolvimento. A experiência da Abordagem Centrada na Pessoa reforça ainda mais essa ideia, apresentando um modelo que promove confiança, criatividade, automotivação e autonomia (Silva, 2010).

2.3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os materiais utilizados para a elaboração deste trabalho foram cuidadosamente selecionados a partir de uma diversidade de fontes que exploram a saúde mental no contexto escolar, a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) e a importância do aconselhamento psicológico. Ao todo, foram consultados 20 materiais, incluindo artigos científicos, documentos institucionais e obras teóricas de referência. Esses materiais foram escolhidos pela relevância e atualidade de suas contribuições, garantindo uma base sólida para a análise das práticas de promoção de saúde mental e das intervenções psicológicas em escolas brasileiras, com ênfase nos desafios enfrentados por adolescentes do ensino médio.

Dentre os 20 materiais selecionados, a maioria consiste em revisões teóricas, que foram fundamentais para construir o embasamento conceitual da abordagem centrada na pessoa e compreender os princípios da escuta empática, autenticidade e aceitação incondicional no ambiente escolar. Ao todo, 10 materiais foram classificados como revisões teóricas, incluindo importantes contribuições de Carl Rogers e estudos sobre a evolução da ACP. Além disso, foram utilizados 3 estudos de caso que apresentaram experiências práticas de intervenção psicológica no ambiente escolar, destacando os resultados positivos e as dificuldades encontradas na aplicação da ACP com adolescentes. Esses estudos de caso foram essenciais para contextualizar a teoria na prática.

Também foram incorporados 2 estudos descritivos e 1 pesquisa avaliativa que analisam a eficácia de programas de saúde mental em escolas. Esses materiais trouxeram uma visão mais abrangente das políticas públicas, como o Programa Saúde na Escola (PSE), e os impactos das práticas de aconselhamento na saúde mental dos discentes. Finalmente, um documento institucional e uma análise qualitativa foram incluídos para discutir a importância das legislações e políticas na promoção do bem-estar psicológico no ambiente educacional. A

variedade de metodologias utilizadas, como análise qualitativa, estudos descritivos, e revisões bibliográficas, proporcionou uma visão abrangente e bem fundamentada sobre o tema.

Quadro 01 – Materiais utilizados na bibliografia

Autor(es)	Ano	Título	Método de Pesquisa	Conclusões
BEZERRA, M. E. S.; BEZERRA, E. do N.	2012	Aspectos humanistas, existenciais e fenomenológicos presentes na abordagem centrada na pessoa.	Revisão teórica	A ACP promove o entendimento das experiências subjetivas por meio de elementos humanistas e fenomenológicos.
BRASIL	2007	Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007. Institui o Programa Saúde na Escola - PSE.	Legislação	O PSE integra saúde e educação para promover o bem-estar dos alunos.
ESTANISLAU, G.; BRESSAN, R. A.	2014	Saúde mental na escola [recurso eletrônico].	Revisão teórica; recurso eletrônico	A promoção da saúde mental deve ser uma prática contínua nas escolas.
GRACIANO, A. M. de C. et al.	2015	Promoção da Saúde na Escola.	Estudo descritivo	A promoção da saúde escolar requer colaboração entre educadores e profissionais de saúde.
MADALUZ, Rogéria Fatima et al.	2023	Análise sobre a saúde mental dos adolescentes do ensino médio integrado dos institutos federais.	Análise qualitativa	Pressões acadêmicas afetam significativamente a saúde mental dos adolescentes.
MOREIRA, V.	2010	Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa.	Revisão teórica	A ACP evolui por fases que refletem o desenvolvimento da relação terapêutica.
PALACIO, D. Q. Q <i>et al.</i>	2021	Saúde mental e fatores de proteção entre estudantes adolescentes.	Pesquisa descritiva	Fatores de proteção emocional são cruciais para o bem-estar dos adolescentes.
PASTORE, J.	2002	O papel das instituições no desenvolvimento.	Estudo teórico	Instituições são fundamentais para o desenvolvimento social e econômico.
PATTERSON, L. E.; EISENBERG, S.	2013	O processo de aconselhamento.	Revisão teórica	O aconselhamento envolve empatia, aceitação e autenticidade.
PINHEIRO, V. M. <i>et al.</i>	2023	Saúde mental discente.	Estudo de caso	Alunos precisam de suporte emocional para enfrentar desafios acadêmicos.
QUARTILHO, M. J.	2010	Saúde mental.	Análise teórica	Saúde mental abrange práticas de promoção e prevenção.
ROGERS, C. R.	2018	Tornar-se pessoa.	Revisão teórica	A autenticidade e a empatia são fundamentais na Abordagem Centrada na Pessoa.

SILVA, G. V da <i>et al.</i>	2019	Promoção de saúde mental para adolescente em uma escola de ensino médio-Um relato de experiência.	Relato de experiência	Destaca a importância de promover bem-estar emocional nas escolas.
SILVA, J. R, B.	2010	Disciplina centrada no estudante: contribuições da abordagem centrada na pessoa e escuta compreensiva na escola.	Análise teórica	A escuta compreensiva e a abordagem centrada favorecem o desenvolvimento interpessoal dos alunos.
SILVA, R. G. D.	2011	Relato de uma pesquisa avaliativa sobre as contribuições da Psicologia para o ensino médio.	Pesquisa avaliativa	A Psicologia tem um papel significativo na melhoria do ambiente educacional.

Fonte: Autoria própria, 2024.

O ambiente escolar é um dos principais contextos em que adolescentes passam grande parte de seu tempo, e nele ocorrem experiências significativas que impactam o desenvolvimento emocional e psicológico. A presença de psicólogos escolares é, portanto, fundamental para garantir a promoção da saúde mental e o bem-estar dos estudantes. Silva *et al.* (2019) destacam que o papel do psicólogo na escola transcende a mera resolução de problemas pontuais, sendo essencial na criação de um ambiente que favoreça o desenvolvimento integral dos adolescentes. Esses profissionais atuam na identificação precoce de transtornos emocionais e comportamentais, desenvolvem programas de promoção de bem-estar, e oferecem suporte tanto para alunos quanto para professores.

A adolescência, como etapa de transição entre a infância e a idade adulta, é marcada por profundas mudanças biológicas, cognitivas e sociais. Madaloz *et al.* (2023) apontam que essas transformações tornam os adolescentes mais suscetíveis a transtornos de saúde mental, como ansiedade e depressão. As demandas acadêmicas, as pressões sociais e a busca pela identidade são desafios que podem sobrecarregar emocionalmente esses jovens. Em uma escola, a aplicação da ACP permite que os adolescentes se sintam ouvidos e compreendidos, o que é crucial para o desenvolvimento de sua autoestima e para a prevenção de problemas de saúde mental. Nesse contexto, a atuação de psicólogos nas escolas se mostra ainda mais relevante, já que eles podem oferecer suporte e estratégias de enfrentamento que ajudam os estudantes a navegar por essas dificuldades. Programas de intervenção preventiva, como destaca Pinheiro *et al.* (2023), são fundamentais para promover resiliência e prevenir o agravamento de problemas psicológicos.

As intervenções baseadas na ACP têm como objetivo criar um espaço de escuta ativa, onde os estudantes possam expressar suas emoções sem medo de julgamento. Rogers (2018)

defende que a empatia é o elemento mais importante na construção de um relacionamento terapêutico eficaz, permitindo que o adolescente se sinta compreendido e validado. Essa escuta empática é particularmente importante no contexto escolar, onde os adolescentes podem se sentir pressionados a atender expectativas externas, muitas vezes sem um espaço seguro para processar seus sentimentos. Nesse sentido, a ACP proporciona um ambiente em que os estudantes podem desenvolver um maior autoconhecimento e habilidades de autorregulação.

Além disso, a congruência ou autenticidade do psicólogo é essencial na abordagem centrada na pessoa. Estanislau e Bressan (2014) argumentam que o profissional deve ser transparente e genuíno em sua relação com os alunos, o que fortalece o vínculo terapêutico. Essa autenticidade cria um ambiente de confiança, no qual os adolescentes se sentem à vontade para compartilhar suas dificuldades. O psicólogo não apenas escuta, mas se envolve de forma autêntica, ajudando o estudante a se sentir valorizado. Isso é especialmente importante em uma fase em que a aceitação social e a validação são fatores críticos para o bem-estar emocional.

A consideração positiva incondicional é outro pilar da ACP e envolve aceitar o adolescente como ele é, sem impor julgamentos ou condições. Essa aceitação é crucial, pois muitos adolescentes enfrentam sentimentos de inadequação e insegurança. Madaloz *et al.* (2023) ressaltam que a escola é um ambiente onde esses sentimentos podem ser exacerbados, especialmente quando há competição acadêmica ou bullying. A ACP, ao proporcionar um espaço onde os jovens se sintam aceitos incondicionalmente, contribui para a redução da ansiedade e do estresse. O psicólogo escolar, ao praticar a consideração positiva incondicional, ajuda a construir um ambiente que promove o crescimento emocional e o bem-estar.

Palacio *et al.* (2021) enfatizam a importância de intervenções que não apenas tratem problemas já manifestados, mas que também atuem na prevenção. Eles destacam que a ACP é eficaz na construção de fatores de proteção, como o fortalecimento de habilidades socioemocionais e a promoção de um ambiente escolar mais acolhedor. Por meio de grupos de apoio e sessões de aconselhamento, os adolescentes podem aprender a lidar melhor com as pressões acadêmicas e sociais. Essas intervenções preventivas são especialmente importantes no ensino médio, onde as exigências acadêmicas e a preparação para o futuro geram altos níveis de estresse.

Outro ponto importante a ser discutido é a capacitação dos psicólogos escolares para a aplicação da ACP. Pinheiro *et al.* (2023) observam que, para que a ACP seja eficaz, é

necessário que os profissionais tenham uma formação sólida e contínua. Assim, a ACP pode ser vista como uma ferramenta valiosa para transformar a dinâmica escolar, promovendo um ambiente mais humanizado e inclusivo. Isso inclui o desenvolvimento de habilidades de escuta ativa e de práticas que promovam o bem-estar dos adolescentes. A formação dos psicólogos deve incluir tanto aspectos teóricos quanto práticos, permitindo que eles se sintam preparados para lidar com a diversidade de experiências e desafios enfrentados pelos estudantes do ensino médio.

O Decreto nº 6.286/2007, que institui o Programa Saúde na Escola (PSE), também destaca a importância de intervenções psicológicas no ambiente escolar. De acordo com o decreto, o PSE visa integrar saúde e educação para promover o desenvolvimento saudável dos alunos. Nesse sentido, a ACP se alinha perfeitamente com os objetivos do programa, oferecendo uma abordagem que valoriza o bem-estar emocional e o crescimento pessoal dos estudantes. As práticas centradas na pessoa podem ser incorporadas às ações do PSE, ampliando o impacto positivo na saúde mental dos adolescentes.

Graciano *et al.* (2015) reforçam que a promoção da saúde na escola exige uma abordagem multidisciplinar, na qual psicólogos, educadores e profissionais de saúde trabalhem juntos. Eles argumentam que a ACP pode ser um componente importante dessa abordagem, especialmente na prevenção de transtornos mentais. As intervenções baseadas na ACP não são isoladas, mas fazem parte de um esforço coletivo para criar um ambiente escolar saudável e inclusivo. Essa colaboração é essencial para garantir que as necessidades emocionais dos estudantes sejam atendidas de forma eficaz.

Por fim, é importante considerar que o aconselhamento psicológico baseado na ACP deve ser adaptado às necessidades específicas dos adolescentes. Rogers (2018) destaca que cada indivíduo é único e, portanto, as intervenções devem ser personalizadas. No contexto escolar, isso significa levar em conta fatores como o histórico familiar, as relações sociais e as expectativas acadêmicas. Os psicólogos escolares devem estar atentos a essas nuances, garantindo que suas intervenções sejam significativas e relevantes para cada estudante. Dessa forma, a ACP não apenas promove a saúde mental, mas também capacita os jovens a se tornarem mais resilientes e autônomos.

Observa-se então que a Abordagem Centrada na Pessoa oferece uma base sólida para o aconselhamento psicológico nas escolas brasileiras. Sua ênfase na empatia, na aceitação e na autenticidade cria um ambiente de apoio que é essencial para o bem-estar dos adolescentes. Como apontam Bezerra e Bezerra (2012), essa abordagem não só ajuda a prevenir problemas de saúde mental, mas também promove o crescimento pessoal e a autorrealização dos

estudantes. No entanto, sua aplicação eficaz requer a colaboração de toda a comunidade escolar e um compromisso contínuo com a formação de psicólogos qualificados. Como argumenta Madaloz *et al.* (2023), a integração de práticas de ACP nas escolas pode transformar a experiência educacional, preparando os jovens para lidar com os desafios da vida de maneira mais saudável e equilibrada.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O aconselhamento psicológico nas escolas brasileiras, especialmente no contexto do ensino médio, desempenha um papel crucial na promoção da saúde mental e no desenvolvimento emocional dos adolescentes. Durante essa fase, marcada por intensas mudanças físicas, emocionais e sociais, os estudantes enfrentam uma série de desafios, desde a pressão acadêmica até as questões relacionadas à identidade e às interações sociais. O ambiente escolar, portanto, não deve ser apenas um espaço de aprendizagem acadêmica, mas também um local onde os adolescentes possam se sentir compreendidos, apoiados e aceitos. Nesse sentido, o aconselhamento psicológico oferece um recurso valioso para lidar com os estresses e dificuldades próprios dessa etapa da vida.

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers, destaca-se como uma metodologia eficaz para o aconselhamento psicológico no contexto escolar. A ACP promove um ambiente de aceitação e empatia, onde os adolescentes podem explorar seus sentimentos e emoções sem medo de julgamento. Isso é especialmente relevante no ensino médio, onde os jovens muitas vezes se sentem pressionados a corresponder às expectativas externas, sejam elas acadêmicas, sociais ou familiares. A ACP oferece um espaço seguro para que os estudantes possam desenvolver um autoconhecimento mais profundo, aprender a gerenciar suas emoções e construir habilidades de resiliência, fundamentais para enfrentar os desafios do presente e do futuro.

O principal diferencial da ACP no ambiente escolar é a ênfase na relação empática entre o psicólogo e o estudante. Essa abordagem não se foca em soluções rápidas ou em intervenções autoritárias; ao contrário, ela parte do princípio de que cada jovem tem dentro de si o potencial para superar dificuldades e crescer emocionalmente. O papel do psicólogo, nesse caso, é facilitar esse processo, oferecendo um ambiente acolhedor, respeitando a individualidade de cada aluno e criando condições para que o adolescente se sinta valorizado e capaz de encontrar suas próprias soluções. Esse tipo de apoio psicológico não apenas

promove o bem-estar imediato, mas também tem impactos de longo prazo no desenvolvimento emocional dos estudantes.

A aplicação da ACP no ambiente escolar não é isenta de desafios. Ainda há uma carência significativa de psicólogos escolares capacitados e de uma infraestrutura adequada para atender a todas as demandas emocionais e psicológicas dos adolescentes. Além disso, o estigma em torno da saúde mental continua a ser uma barreira importante, dificultando o acesso ao apoio necessário para muitos estudantes. No entanto, mesmo com esses obstáculos, o potencial transformador da ACP é evidente. Quando aplicada de forma adequada, a ACP pode transformar a escola em um espaço de crescimento emocional, prevenindo o agravamento de transtornos mentais e promovendo uma cultura de respeito, aceitação e apoio mútuo.

Outro aspecto importante da ACP no ambiente escolar é a sua capacidade de promover mudanças culturais e institucionais. Ao adotar uma abordagem centrada no estudante, a escola se torna mais inclusiva e humana, não apenas para os adolescentes que precisam de apoio, mas para toda a comunidade escolar. Professores, funcionários e até mesmo os colegas de classe podem se beneficiar de um ambiente onde a empatia e a aceitação são valorizadas. Isso contribui para uma dinâmica escolar mais saudável e produtiva, onde os jovens não se sentem apenas pressionados a alcançar resultados acadêmicos, mas também se sentem valorizados como indivíduos em processo de crescimento e desenvolvimento.

Em conclusão, o aconselhamento psicológico baseado na Abordagem Centrada na Pessoa é uma ferramenta poderosa para prevenir problemas de saúde mental entre os adolescentes e promover o seu bem-estar emocional no ambiente escolar. Embora existam desafios a serem enfrentados, o impacto positivo dessa abordagem é inegável. O investimento em políticas que garantam a presença de psicólogos qualificados e a implementação de programas baseados na ACP é crucial para transformar as escolas em espaços mais acolhedores e seguros. Com isso, os adolescentes não só terão melhores chances de sucesso acadêmico, mas também estarão mais preparados para enfrentar os desafios da vida com confiança, autoconhecimento e resiliência.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, M. E. S.; BEZERRA, E. do N. Aspectos humanistas, existenciais e fenomenológicos presentes na abordagem centrada na pessoa. **Rev. NUFEN**, v. 4, n. 2, p. 21-36, jul.-dez. 2012.

BRASIL. **Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007**. Institui o Programa Saúde na Escola - PSE, e dá outras providências. 2007. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm. Acesso em: 01 nov. 2024.

ESTANISLAU, G.; BRESSAN, R. A. (Orgs.). **Saúde mental na escola [recurso eletrônico]**. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. Disponível em: <https://www.editorartmed.com.br>. Acesso em: 25 set. 2024.

GRACIANO, A. M. de C. *et al.* Promoção da Saúde na Escola. **J. Health Biol Sci.**, v. 3, n. 1, p. 34-38, 2015.

INSTITUTO UNIBANCO. **Cresce a preocupação com a saúde mental dos alunos**. Aprendizagem em Foco, boletim 82, set. 2022. Disponível em: <https://www.institutounibanco.org.br/boletim/cresce-a-preocupacao-com-a-saude-mental-dos-estudantes/#:~:text=Segundo%20o%20estudo%2C%20na%20vis%C3%A3o,18%25%20est%C3%A3o%20tristes%20ou%20deprimidos>. Acesso em: 22 nov. 2024.

MADALUZ, Rogéria Fatima *et al.* Análise sobre a saúde mental dos adolescentes do ensino médio integrado dos institutos federais. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 15, n. 10, p. 10248-10267, 2023.

MOREIRA, V. Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 27, n. 4, p. 537-544, out.-dez. 2010.

NEVES, J. L. Pesquisa qualitativa: características, usos e possibilidades. São Paulo: **Caderno de pesquisas em administração**, v. 1, n. 3, p. 1-5, 1996.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Constituição da Organização Mundial da Saúde. 1948**. Disponível em: <https://www.who.int/about/governance/constitution>. Acesso em: 29 mai. 2024.

PALACIO, Diogo Queiroz Allen *et al.* Saúde mental e fatores de proteção entre estudantes adolescentes. **Interação**, v. 21, n. 1, p. 72-86, 2021.

PASTORE, J. O papel das instituições no desenvolvimento. **Revista de Economia e Sociologia Rural**, v. 40, p. 535-546, 2002.

PATTERSON, L. E.; EISENBERG, S. **O processo de aconselhamento**. 4 ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2013.

PEDROSO, J. S.; SILVA, K. S.; SANTOS, L. P.. Pesquisa Descritiva e Pesquisa Prescritiva. **JICEX**, v. 9, n. 9, 2017.

PINHEIRO, V. M. *et al.* Saúde mental discente. **Revista de Ciência e Inovação**, v. 9, n. 1, p. 1-20, 2023.

QUARTILHO, M. J. **Saúde mental**. Imprensa da Universidade de Coimbra/Coimbra University Press, 2010.

ROGERS, C. R. **Tornar-se pessoa**. 6. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2018.

SCORSOLINI-COMIN, Fabio. Aconselhamento psicológico e psicoterapia: aproximações e distanciamentos. **Contextos Clínicos**, v. 7, n. 1, p. 2-12, jan./jun. 2014.

SILVA, G. V. *et al.* E. Promoção de saúde mental para adolescente em uma escola de ensino médio: um relato de experiência. Belém: **Revista NUFEN**, p. 133-148, 2019.

SILVA, Gabriel Veloso da *et al.* Promoção de saúde mental para adolescente em uma escola de ensino médio-Um relato de experiência. **Revista do NUFEN**, v. 11, n. 2, p. 133-148, 2019.

SILVA, J. R, B. Disciplina centrada no estudante: contribuições da abordagem centrada na pessoa e escuta compreensiva na escola. **Revista Conhecimento Online**, ano 2, v. 2, set. 2010.

SILVA, R. G. D. Relato de uma pesquisa avaliativa sobre as contribuições da Psicologia para o ensino médio. **Psicologia: Ensino & Formação**, v. 2, n. 1, p. 57-76, 2011.

SOUSA, A. G.; OLIVEIRA, G. S.; ALVES, L. H. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. MG: **Cadernos da Funcamp**, v. 20, n. 43, p. 64-83, 2021.