

RELATO DE EXPERIÊNCIA EM PSICOEDUCAÇÃO DE ADOLESCENTES: UM ESTÁGIO CURRICULAR NO PROGRAMA JOVEM APRENDIZ

TOMCHAK, Deoclécio Renan
COELHO MAGALHÃES, Maria Luísa
MUXFELDT, Ana Maria

RESUMO

Este artigo tem como objetivo relatar a experiência vivenciada por estagiários do curso de Psicologia no Programa de Atendimento ao Jovem Aprendiz (PAJA), vinculado a uma fundação social, em Cascavel – PR. A atuação ocorreu junto a adolescentes entre 15 e 19 anos, inseridos no contexto do Programa Jovem Aprendiz, voltado à formação cidadã e profissional por meio de oficinas multiprofissionais. Utilizou-se o relato de experiência como metodologia, fundamentado em princípios da psicoeducação e da Psicologia do Desenvolvimento. Foram observados desafios como cansaço da rotina, resistência inicial às atividades e impactos da proibição do uso de telas. A adaptação de estratégias dinâmicas e interativas foi essencial para estimular o envolvimento do grupo, respeitando suas características geracionais e emocionais. A vivência também proporcionou aos estagiários oportunidades de aplicar a teoria na prática e desenvolver competências profissionais em contextos socioeducativos.

PALAVRAS-CHAVE: Psicoeducação; Adolescência; Programa Jovem Aprendiz; Desenvolvimento psicossocial; Relato de experiência.

1. INTRODUÇÃO

Vamos relatar as experiências vivenciadas durante o estágio curricular obrigatório em Psicologia, realizado no Programa de Atendimento ao Jovem Aprendiz (PAJA), vinculado a uma fundação social na cidade de Cascavel – PR. O PAJA tem como finalidade oferecer aulas voltadas à preparação de adolescentes para o ingresso no mercado de trabalho, por meio do desenvolvimento de habilidades pessoais, sociais e profissionais, alinhando-se às diretrizes do Programa Jovem Aprendiz.

Criado pela Lei nº 10.097/2000, o Programa Jovem Aprendiz busca promover a formação técnico-profissional de jovens entre 14 e 24 anos, obrigando empresas de médio e grande porte a incluírem aprendizes em seus quadros, conciliando educação e trabalho (BRASIL, 2000).

Nesse contexto, a atuação da Psicologia torna-se fundamental, ao contribuir com estratégias de psicoeducação — que visam auxiliar os indivíduos a compreenderem melhor seus sentimentos, comportamentos e formas de se relacionar com os outros — e que apoiam o jovem no processo de construção da identidade, no desenvolvimento de competências socioemocionais e no fortalecimento da autonomia. Durante o estágio, os acadêmicos de Psicologia têm a oportunidade de aplicar técnicas e conhecimentos teóricos em ações práticas, promovendo reflexões sobre comportamento, direitos e deveres no ambiente de trabalho, além do fortalecimento da autoestima e das relações interpessoais dos adolescentes. A participação no PAJA, portanto, representa não apenas um espaço de aprendizagem acadêmica, mas também de contribuição social, ao oferecer suporte para o desenvolvimento saudável e integral dos jovens aprendizes.

Como acadêmicos e estagiários atuando no âmbito do PAJA, tivemos a oportunidade de trabalhar com um grupo de adolescentes, com idades entre 15 e 19 anos, atendidos semanalmente às quartas-feiras. Essa vivência revelou uma série de desafios no processo de psicoeducação, exigindo constante adaptação e sensibilidade por parte dos profissionais em formação. Um dos principais fatores observados está relacionado à própria fase do desenvolvimento em que esses jovens se encontram: a adolescência.

De acordo com Erikson (1976), trata-se de uma etapa marcada pela crise de identidade, em que o adolescente busca compreender quem é e qual papel ocupa no mundo, o que pode gerar instabilidade emocional e conflitos internos e sociais. Além disso, segundo Vygotsky (1991), o desenvolvimento humano ocorre a partir das interações sociais, sendo essencial que os adolescentes tenham espaços de escuta e mediação que favoreçam a construção de sentidos e de vínculos positivos.

Questões como a construção da identidade, o desejo por autonomia, as inseguranças internas e as relações sociais muitas vezes conflitantes interferem significativamente na forma como os adolescentes recebem e participam das atividades psicoeducativas. Como afirmam Silva e Andrade (2021), essas dimensões emocionais e relacionais são determinantes no engajamento de jovens em processos educativos. Observou-se também o impacto do cansaço acumulado ao longo da semana, que contribui para a desmotivação e a dificuldade de manter o foco nas atividades propostas. Um fator adicional foi a proibição do uso de dispositivos eletrônicos durante o programa, respaldada pela Lei Estadual nº 18.118/2014 do Paraná, que veda o uso de aparelhos eletrônicos em salas de aula, salvo quando houver finalidade pedagógica específica. Embora essa legislação tenha como objetivo promover maior atenção e envolvimento nas interações presenciais, notou-se certa resistência inicial por parte dos adolescentes, compreensível diante da forte integração da tecnologia ao cotidiano dessa geração.

Diante disso, o presente artigo tem como objetivo relatar e refletir sobre a experiência de estágio curricular em Psicologia no PAJA, destacando os desafios e aprendizados vivenciados pelos estagiários no processo de intervenção psicoeducativa com adolescentes. A experiência busca evidenciar a importância da escuta, da adaptação de estratégias e da compreensão das demandas emocionais dos jovens no contexto do Programa Jovem Aprendiz.

A seguir, apresenta-se a fundamentação teórica que embasa a prática, os relatos de encontros significativos e, por fim, as considerações finais acerca da experiência vivenciada.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Segundo Bock, Furtado e Teixeira (2001), a prática em Psicologia deve ser compreendida como um espaço privilegiado para a construção de sentido sobre o

conhecimento, permitindo ao estudante desenvolver uma postura ética, investigativa e crítica frente às demandas sociais. Desse modo, o estágio supervisionado contribui significativamente para a formação do psicólogo na compreensão mais ampla da realidade dos sujeitos e instituições com as quais se relaciona. Alinhado às diretrizes da Psicologia Organizacional e do Trabalho, o estágio teve como foco o desenvolvimento de habilidades práticas na condução de grupos, mediação de conflitos, fortalecimento de vínculos e promoção do bem-estar psicológico dos adolescentes atendidos. A atuação se deu em um contexto grupal, o que requer do estagiário um olhar atento para os fenômenos da convivência, liderança, cooperação e comunicação.

De acordo com Pichon-Rivière (1986), os grupos operativos são espaços de aprendizagem e transformação, nos quais os participantes desenvolvem sua capacidade de refletir sobre si mesmos e sobre os outros, favorecendo mudanças individuais e coletivas. Ainda no campo das práticas grupais, autores como Del Prette e Del Prette (2005) enfatizam a importância das habilidades sociais no ambiente de trabalho e na vida cotidiana, especialmente durante a adolescência — fase caracterizada por profundas transformações identitárias e emocionais. Essa etapa do desenvolvimento exige escuta ativa, intervenções significativas e atividades que estimulem a autonomia, a empatia e o autoconhecimento, promovendo um amadurecimento que repercute tanto na vida pessoal quanto profissional.

Nas últimas décadas, especialmente após a pandemia de COVID-19, observou-se um aumento da demanda por ações psicoeducativas voltadas à promoção da saúde mental de adolescentes (BRASIL, 2020). A psicoeducação, que antes era mais frequentemente aplicada em contextos clínicos ou educacionais formais, passou a ocupar lugar central também em espaços socioeducativos, como programas de aprendizagem. Isso reflete uma ampliação do olhar sobre o desenvolvimento juvenil, reconhecendo a importância do suporte emocional, do fortalecimento das competências socioemocionais e da prevenção de agravos à saúde mental. Nesse contexto, o papel do estagiário de Psicologia se torna ainda mais estratégico, integrando teoria e prática em ações com foco no desenvolvimento integral.

A psicoeducação atua, assim, como ferramenta valiosa, permitindo ao psicólogo propor intervenções que integrem conhecimento psicológico e crescimento pessoal. Segundo Contini (2007), a psicoeducação tem como finalidade fornecer subsídios para que os sujeitos

compreendam suas emoções, comportamentos e relações, promovendo a autoreflexão e a construção de novas formas de lidar com os desafios cotidianos. Ao proporcionar espaços de escuta, diálogo e aprendizagem, o estágio se mostrou também um ambiente de crescimento mútuo, tanto para os adolescentes atendidos quanto para os estagiários envolvidos. A integração dos dados coletados, aliada à reflexão teórica, permitiu identificar padrões comportamentais e demandas psicológicas recorrentes, destacando, entre elas, o impacto da proibição do uso de telas — uma mudança que gerou resistência e precisou ser mediada com empatia e criatividade.

2.1 EXPERIÊNCIA PSICOEDUCATIVA: REFLEXÕES CRÍTICAS SOBRE O USO DAS REDES SOCIAIS

Durante o estágio no PAJA, uma das vivências mais marcantes foi a realização de dois encontros psicoeducativos sobre o impacto das redes sociais, utilizando como ponto de partida o documentário *O Dilema das Redes* (ORLLOWSKI, 2020). A proposta teve como objetivo estimular a reflexão crítica sobre o uso das tecnologias digitais, promovendo o pensamento autônomo e o debate entre os adolescentes.

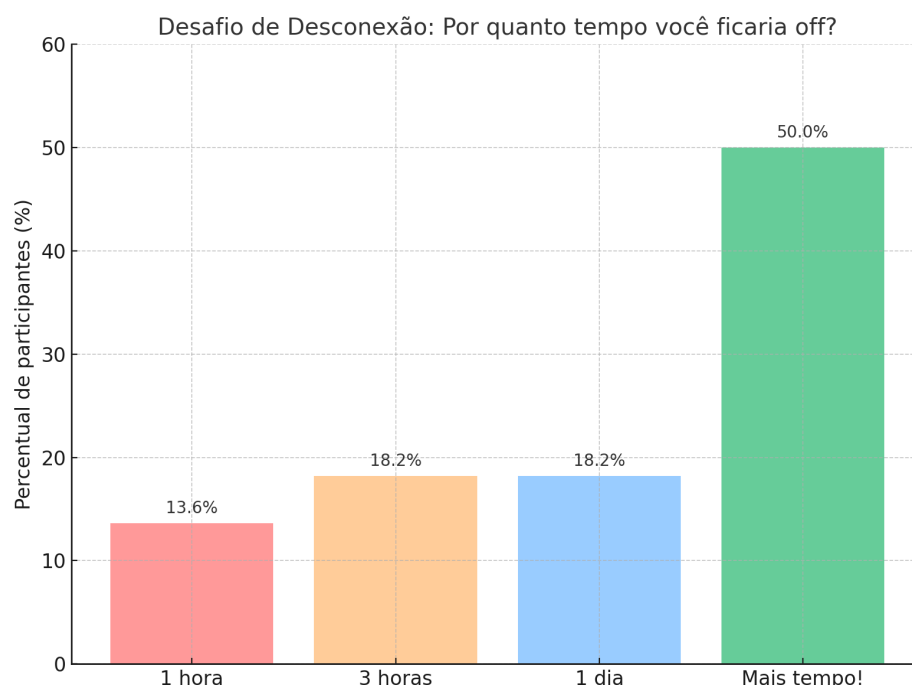
O primeiro encontro ocorreu em 14 de maio, sendo iniciado com uma breve introdução ao documentário, destacando seus principais temas: algoritmos, vício em dispositivos, manipulação de dados, efeitos nas relações sociais e na saúde mental. Em seguida, os alunos foram organizados em duplas e receberam um questionário com perguntas reflexivas, a ser respondido durante a exibição. A atividade promoveu uma escuta ativa e engajada, e o interesse da turma pelo tema foi evidente. Muitos expressaram o desejo de discutir os pontos levantados, mas, em função do tempo, foi acordado com o grupo que a continuidade da discussão ocorreria no encontro seguinte.

No dia 21 de maio, retomamos o tema com a devolutiva dos questionários e uma breve recapitulação do conteúdo do documentário. Cada participante pôde compartilhar quais perguntas e frases mais chamaram sua atenção. A seguir, foi promovido um debate orientado, com base em afirmações polêmicas projetadas em slides. Os alunos eram convidados a posicionar-se como “a favor” ou “contra” cada frase, justificando suas opiniões. Entre as afirmações debatidas estavam: “As redes sociais são feitas para viciar”, “Desconectar é perder conexão com o mundo” e “Não somos mais consumidores: somos o produto”. A atividade se mostrou altamente eficaz, promovendo o protagonismo juvenil e o exercício da argumentação e escuta respeitosa. O envolvimento foi expressivo, com participação ativa da maioria dos alunos.

Ao final, foi apresentado à turma um gráfico com os resultados da pergunta final do questionário, que investigava a disposição dos adolescentes em participar de um “Desafio de Desconexão”. A pergunta era:

“Você toparia participar de um desafio de desconexão? Por quanto tempo ficaria off?”. As respostas foram distribuídas da seguinte forma:

- 1 hora – 13,6% dos participantes
- 3 horas – 18,2%
- 1 dia – 18,2%
- Mais tempo! – 50%



Todos os alunos responderam à questão, e o gráfico revelou que metade da turma estaria disposta a se desconectar por um período prolongado, o que pode indicar tanto um desejo de mudança quanto um reconhecimento dos excessos na relação com as telas.

Essa experiência proporcionou um espaço seguro e significativo para a escuta, o diálogo e a reflexão, revelando a importância de abordar temas contemporâneos que atravessam a vida dos adolescentes. Além disso, serviu como ponto de partida para aprofundar, no próximo tópico, questões relacionadas à adolescência e ao uso de telas a partir de uma perspectiva teórica.

2.3 ADOLESCÊNCIA E USO DE TELAS

A saúde mental é definida como um estado de bem-estar em que o indivíduo é capaz de utilizar suas habilidades, recuperar-se dos estressores diários, ser produtivo e contribuir para a comunidade (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2018). Ao longo da última década, o cenário da informação e comunicação obteve uma adesão rápida de dispositivos portáteis, como celulares e tablets, que fornecem acesso contínuo à internet em qualquer local. As Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), definidas como o conjunto de tecnologias que permitem a produção, o acesso e a disseminação de informação entre as pessoas, passaram a fazer parte integral do cotidiano (CASTELLS, 2003).

Muitos desses usuários são crianças e adolescentes. De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) — Lei n.º 8.069, de 13 de julho de 1990 — considera-se criança a pessoa até doze anos incompletos, e adolescente, aquela entre doze e dezoito anos (BRASIL, 1990). Devido ao uso crescente das TICs, levantou-se a preocupação de como essa exposição poderia prejudicar o bem-estar físico, mental e psicossocial de crianças e adolescentes, especialmente considerando que a saúde mental moldada na infância influencia toda a trajetória de vida (SILVA et al., 2022).

Buscando estudos, observamos que o uso excessivo de telas pode comprometer habilidades de enfrentamento no mundo real, funcionando como fator de risco para a depressão, a insônia, o isolamento e a solidão (SILVA et al., 2022). A pandemia de COVID-19, que levou ao fechamento temporário de escolas por meio da Portaria nº 343 de 2020 (BRASIL, 2020), impulsionou ainda mais o uso de dispositivos digitais por crianças e adolescentes, tanto para a educação remota quanto para o entretenimento. Durante esse período, a ansiedade e o medo tornaram-se sentimentos predominantes, e a incerteza passou a ser uma das únicas certezas vivenciadas. O isolamento social, combinado ao medo constante e ao confinamento, desestruturou as rotinas, deixando a vida de cabeça para baixo e impactando diretamente na construção da individualidade e da autenticidade dos sujeitos. Nesse contexto, observou-se um aumento expressivo do tempo de exposição às redes sociais, jogos e televisão (SILVA et al., 2022). Pesquisas demonstram que o uso exacerbado das TICs durante a adolescência pode afetar o desenvolvimento cerebral, favorecendo o surgimento de transtornos mentais (KUSS; LOPEZ-FERNANDEZ, 2021). Jean Twenge (2017), em seu artigo *Have Smartphones Destroyed a Generation?*, destaca que, a partir de 2012 — ano em

que o uso de smartphones explodiu —, houve também um aumento significativo nos índices de depressão, ansiedade e suicídio entre adolescentes.

Se para os adultos o período da pandemia gerou estresse pós-traumático, crises de pânico, ansiedade e depressão, para os adolescentes o impacto foi igualmente — ou ainda mais — profundo. A nova geração enfrentou as consequências dessa crise mundial em um contexto já marcado pela globalização e pelo avanço acelerado das tecnologias digitais, o que potencializou as mudanças e o sofrimento psíquico. Estudos indicam que, além do impacto emocional, também ocorreram alterações no desenvolvimento neurológico em função da intensa exposição às tecnologias e do isolamento social. Com o fim das restrições e o retorno das atividades presenciais, uma pergunta inevitável se impõe: será que essas pessoas eram as mesmas? O pós-pandemia revelou marcas profundas nos modos de ser e se relacionar, especialmente entre os mais jovens, exigindo novos olhares e estratégias de cuidado no âmbito da saúde mental.

À medida que as restrições da pandemia foram sendo flexibilizadas e o convívio social, o trabalho e o estudo retomaram sua rotina, ainda que dentro do chamado "novo normal", ficou evidente que as transformações subjetivas provocadas pelo isolamento e pelo uso excessivo de tecnologias permaneceram. Cada indivíduo carregava, em si, marcas desse período, refletidas nas formas de se relacionar, de lidar com as emoções e de se posicionar no mundo. Nesse cenário, tornou-se necessário repensar o espaço ocupado pelas redes sociais e pelos dispositivos digitais, que, durante a pandemia, haviam se tornado uma das principais janelas para o mundo, mas que agora já não podiam mais ocupar o mesmo lugar central na vida cotidiana. Frente a essa realidade e considerando os impactos negativos do uso excessivo de telas no desenvolvimento infanto juvenil, foi sancionada a Lei nº 14.866, de 23 de abril de 2024 (BRASIL, 2024), que proíbe o uso de celulares, tablets e similares em ambientes escolares da educação básica em todo o território nacional, com o objetivo de promover maior atenção ao aprendizado, estimular as interações presenciais e proteger a saúde mental dos estudantes.

2.4 O PAPEL DO PSICÓLOGO EM CONTEXTOS SOCIOEDUCATIVOS

O papel do psicólogo em contextos socioeducativos, como os observados em programas de apoio ao jovem aprendiz, é essencial para promover o desenvolvimento emocional e social de adolescentes. Após a pandemia de COVID-19, muitos desses jovens enfrentaram desafios significativos em sua adaptação ao novo normal. O uso excessivo de tecnologias, aliado ao impacto do isolamento social e da incerteza gerada pela crise, exacerbou questões como ansiedade, depressão e dificuldades de socialização. Nesse cenário, o psicólogo assume a responsabilidade de mediar esses desafios e ajudar os adolescentes a desenvolver habilidades emocionais e sociais, fundamentais para seu bem-estar e para o futuro profissional.

3. METODOLOGIA

Este trabalho configura-se como um relato de experiência, com abordagem qualitativa, cuja proposta é descrever e refletir sobre a vivência de estágio curricular supervisionado no Programa de Atendimento ao Jovem Aprendiz (PAJA). Segundo Minayo (2010), a pesquisa qualitativa é adequada para compreender os significados atribuídos pelos sujeitos às suas experiências, especialmente em contextos sociais e humanos complexos. A metodologia empregada baseou-se na observação participante, na escuta sensível dos adolescentes e na análise reflexiva das intervenções realizadas ao longo dos encontros.

As atividades desenvolvidas seguiram uma perspectiva psicoeducativa, organizadas em formato grupal, com foco no fortalecimento das competências socioemocionais e na preparação para o ingresso e permanência no mercado de trabalho. O grupo, enquanto espaço de troca, escuta e construção coletiva, foi compreendido à luz dos grupos operativos de Pichon-Rivière (1986), nos quais se privilegia o processo de aprendizagem por meio das relações estabelecidas entre os membros e da reflexão sobre si e sobre o outro. A dinâmica grupal foi mediada pelos estagiários com o objetivo de favorecer o vínculo, a cooperação, a expressão emocional e a construção de atitudes compatíveis com o ambiente profissional.

Além disso, a metodologia se apoiou nas contribuições de Del Prette e Del Prette (2005), que destacam a importância das práticas grupais como estratégia para o desenvolvimento de habilidades sociais e resolução de conflitos interpessoais. Atividades

como rodas de conversa, dinâmicas de grupo, debates orientados e desafios colaborativos foram planejadas para criar um ambiente seguro e acolhedor, estimulando a participação ativa, o protagonismo dos adolescentes e a reflexão sobre suas responsabilidades, direitos e possibilidades futuras no mundo do trabalho.

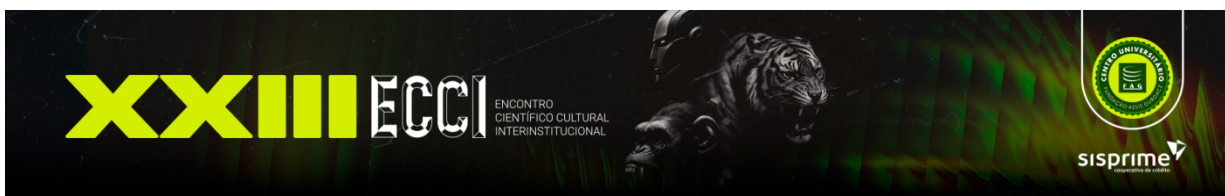
Os dados que fundamentam este relato foram registrados em relatórios semanais e discutidos em supervisão acadêmica. A construção do texto partiu da análise desses registros, articulando-os com referenciais teóricos da Psicologia do Desenvolvimento, Psicologia Organizacional, Psicoeducação e Dinâmica de Grupos.

4. ANÁLISES E DISCUSSÕES

A trajetória no PAJA foi marcada por descobertas graduais e transformações mútuas — dos adolescentes e dos estagiários. Ao longo dos encontros, trabalhamos uma variedade de temas essenciais ao desenvolvimento pessoal e profissional dos jovens: liderança, trabalho em equipe, empatia, comunicação assertiva, reconhecimento e expressão das emoções, organização de rotina e planejamento de vida. Cada tema foi pensado não apenas como conteúdo, mas como oportunidade de aproximação, escuta e construção conjunta de sentido.

Logo nos primeiros encontros, notamos que o grupo apresentava certa resistência, especialmente frente a temas que exigiam exposição emocional ou reflexão sobre o futuro. Essa barreira inicial foi sendo superada por meio de estratégias ativas: dinâmicas em grupo, jogos, simulações e rodas de conversa ajudaram a tornar os encontros mais leves e participativos. A roda da vida, por exemplo, revelou-se uma ferramenta poderosa: ao visualizar diferentes áreas da vida (família, profissão, lazer, saúde, finanças), muitos adolescentes demonstraram surpresa ao perceberem onde estavam investindo mais — ou menos — energia. Surgiram reflexões profundas sobre escolhas e prioridades, o que reforça o quanto eles precisam de espaços seguros para pensar sobre si mesmos.

Outro tema que mobilizou o grupo foi a organização da rotina. Trabalhar com adolescentes que conciliam estudo e trabalho nos fez perceber o quanto a sobrecarga afeta a saúde emocional. Quando propusemos atividades sobre gestão do tempo, muitos se



reconheceram exaustos, frustrados ou desorganizados, e as trocas entre eles revelaram que não estavam sozinhos nesse desafio. Foi nesse ponto que os encontros começaram a ganhar mais adesão: eles começaram a se enxergar nas atividades.

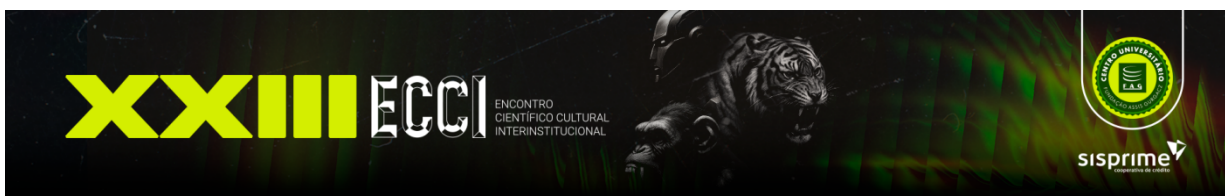
As dinâmicas sobre emoções e comunicação também foram marcantes. Alguns jovens demonstraram dificuldade em nomear sentimentos ou em expressar incômodos de forma respeitosa. Trabalhar a escuta ativa e a comunicação assertiva trouxe à tona conflitos, mas também abriu espaço para reconciliações e crescimento. Os adolescentes passaram a se posicionar com mais clareza e respeito, e muitos relataram que estavam levando esses aprendizados para o ambiente de trabalho e para casa.

O tema da tecnologia surgiu nos encontros finais, em um momento em que já havíamos conquistado maior vínculo com o grupo. Isso fez toda a diferença: discutir o uso das redes sociais e o impacto das telas se tornou mais profundo justamente porque havia confiança. A sequência com o documentário *O Dilema das Redes*, questionários e debates despertou não só o senso crítico, mas também um desejo coletivo de mudança. O “Desafio de Desconexão” proposto ao final gerou surpresa até mesmo entre os estagiários, ao perceber que a maioria dos participantes se mostrava disposta a experimentar novas formas de se relacionar com a tecnologia.

Ao analisarmos toda a experiência, percebemos que os temas se encadearam como camadas de um processo: começamos pelas relações interpessoais, passamos pelas competências emocionais e organizacionais, e terminamos com a reflexão crítica sobre o mundo digital. Cada etapa contribuiu para fortalecer o protagonismo dos adolescentes, ao mesmo tempo em que nos ensinou, enquanto estagiários, a importância da escuta genuína, da flexibilidade e da criatividade nas intervenções.

Essa vivência reafirmou que, em contextos socioeducativos, não se trata apenas de ensinar — mas de construir, junto com os adolescentes, caminhos mais conscientes, humanos e possíveis.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS



O estágio no Programa PAJA evidenciou a importância da psicoeducação no desenvolvimento de adolescentes, especialmente diante dos desafios impostos pelo uso excessivo de tecnologias. A experiência mostrou a relevância de estratégias dinâmicas e da escuta empática, apontando para a necessidade de intervenções cada vez mais adaptadas às novas demandas da juventude.

A oportunidade de trabalhar com o grupo de jovens aprendizes em parceria com toda a equipe foi extremamente enriquecedora e proporcionou experiências valiosas que, certamente, como estagiários, levaremos para a nossa prática profissional futura. Essa vivência nos ensinou a lidar com pessoas em um momento tão específico e delicado da vida, a adolescência, em que dúvidas, incertezas e inseguranças se fazem presentes, mas que também marca o início de escolhas importantes para o futuro.

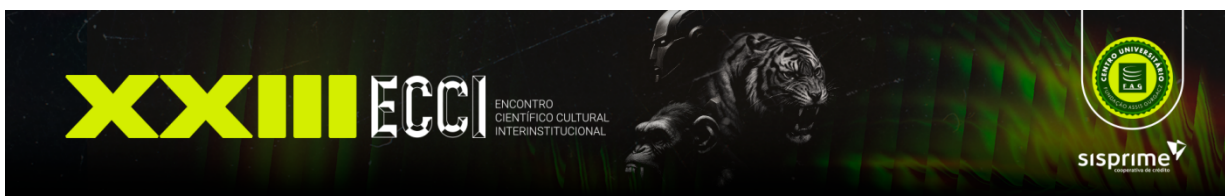
O contato direto com os adolescentes possibilitou acompanhar de perto seu processo de desenvolvimento, e nos ensinou a importância da orientação, do acolhimento e do respeito para que esse processo seja conduzido de maneira saudável e significativa. Cada jovem, com suas histórias, seus medos e seus sonhos, contribuiu para a formação dos profissionais que estamos nos tornando. Cada dinâmica realizada e cada resultado alcançado trouxe transformações não apenas para os adolescentes, mas também para nós, estagiários.

A orientação foi fundamental para a qualidade do estágio. Com sua condução segura, incentivo constante e propostas inovadoras, ela não apenas nos impulsionou a buscar mais conhecimento e aprimoramento, como também contribuiu para o

desenvolvimento dos jovens, sempre com muito apoio, sensibilidade e respeito a todo o processo.

Assim, este estágio não apenas nos capacitou tecnicamente, mas também nos transformou pessoalmente, reafirmando o valor da psicologia como instrumento de promoção do crescimento humano em suas múltiplas dimensões.

REFERÊNCIAS



13

BARBOSA, G. M. et al. Impactos do uso excessivo de telas na saúde mental de adolescentes. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 101-110, 2021.

BOCK, A. M. B.; FURTADO, O.; TEIXEIRA, M. L. T. *Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia*. 13. ed. São Paulo: Saraiva, 2001.

BRASIL. *Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990*. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 16 jul. 1990.

BRASIL. *Lei nº 10.097, de 19 de dezembro de 2000*. Altera dispositivos da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), relativos à aprendizagem. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 20 dez. 2000. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L10097.htm. Acesso em: 09 abr. 2025.

BRASIL. *Ministério da Educação. Portaria nº 343, de 17 de março de 2020*. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 18 mar. 2020.

BRASIL. *Lei nº 14.866, de 23 de abril de 2024*. Proíbe o uso de celulares e dispositivos similares nas instituições de educação básica. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 24 abr. 2024.

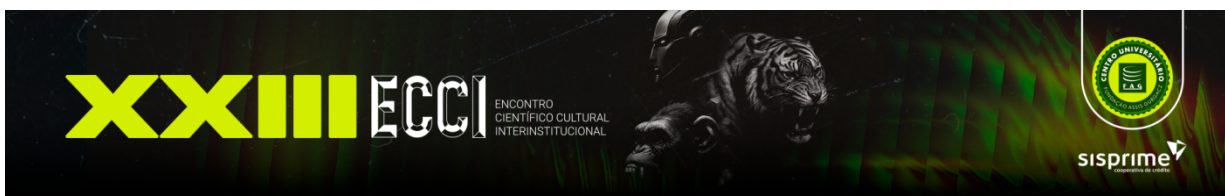
CASTELLS, M. *A sociedade em rede*. 10. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2003.

CONTINI, M. L. M. Psicoeducação e adolescência: possibilidades de intervenção. *Cadernos CEDES*, Campinas, v. 27, n. 71, p. 37-49, jan./abr. 2007.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. *Psicologia das habilidades sociais na infância: teoria e prática*. Petrópolis: Vozes, 2005.

ERIKSON, E. H. *Infância e sociedade*. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

KUSS, D. J.; LOPEZ-FERNANDEZ, O. Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, v. 11, n. 1, p. 59-76, 2021.



14

MINAYO, M. C. S. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 12. ed. São Paulo: Hucitec, 2010.

PICHON-RIVIÈRE, E. *O processo grupal*. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1986.

SILVA, A. C. et al. Efeitos do uso excessivo de dispositivos eletrônicos em adolescentes: revisão sistemática. *Revista Brasileira de Saúde Mental*, v. 14, n. 1, 2022.

TWENGE, J. M. Have smartphones destroyed a generation? *The Atlantic*, 2017. Disponível em:

<https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2017/09/has-the-smartphone-destroyed-a-generation/534198/>. Acesso em: 26 abr. 2025.

VYGOTSKY, L. S. *A formação social da mente*. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Mental health: strengthening our response*. 2018. Disponível em:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: 26 abr. 2025.

ORLLOWSKI, J. (Diretor). *O dilema das redes* [The Social Dilemma]. Produção: Netflix. Estados Unidos, 2020. 1 vídeo (94 min), son., color.