

DESAFIOS NA MODERAÇÃO DE UMA CAPACITAÇÃO EM PSICOLOGIA POSITIVA PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

RAQUEL VIANNA¹; LETÍCIA GALERY MEDEIROS²; FABIANA PINHEIRO NIZOLLI³; GABRIEL LIMA DE ALMEIDA⁴; EDUARDO LOCH⁵; HELEN BEDINOTO DURGANTE⁶

¹*Universidade Federal de Pelotas – vianna.raquel.adv@gmail.com*

²*Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-Riograndense eticiamedeiros@ifsul.edu.br*

³*Universidade Federal de Pelotas – fabiananizolli20@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas - gabriellimars012@gmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas - duds.loch@gmail.com*

⁶*Universidade Federal de Pelotas - helen.durgante@ufpel.edu.br*

1. INTRODUÇÃO

O programa para promoção de saúde Vem Ser foi desenvolvido em 2016, como objeto de uma tese de doutorado e encontra seu fundamento no modelo de referência para a redução de sintomas psicopatológicos, baseado na Terapia Cognitivo-Comportamental (KNAPP; BECK, 2008) para educação e promoção de saúde, combinada com os princípios da Psicologia Positiva (SELIGMAN *et al.*, 2005). Desta feita, tem-se que o seu objetivo é auxiliar os participantes a lidar com questões de vida, por meio da manutenção ou do desenvolvimento de forças/virtudes de caráter/potencialidades psicológicas. Sendo assim, de acordo com Noronha e Barbosa (2016, p. 22), a força de caráter “deve ser manifestada, passível de avaliação e colaborar com o bem-estar”.

Com base nisso, o programa é constituído por seis sessões semanais grupais, totalizando 12h, nas quais são trabalhadas as forças autocuidado/prudência, otimismo, empatia, gratidão, perdão, significado de vida e trabalho. As atividades são desenvolvidas de forma interativa, lúdica e informativa, com embasamento científico, e consistem em vídeo-debates, dinâmicas vivenciais individuais e grupais, técnica de relaxamento e tarefas de casa relacionadas ao tema discutido naquela sessão, as quais são revisadas sempre no início de cada encontro (DURGANTE; DELL'AGLIO, 2019).

Conforme Barros (2013), o grupo é um dispositivo que se retroalimenta e define como se dará a relação entre seus membros, porque produz novas conexões e diferentes modos de subjetivação. Em complemento, Pichon-Rivière (2005) aduz que o grupo é um espaço de interação no qual emergem ansiedades e resistências, cujo funcionamento eficiente decorre de sua estruturação. Segundo o autor, a comunicação dentro do grupo é decorrente de um processo de codificação e decodificação de sinais que todos os membros devem entender e compartilhar para que um grupo seja coeso (PICHON-RIVIÈRE, 2005).

Nesse contexto, foi possível observar, durante a capacitação do programa Vem Ser, alguns princípios dos processos grupais descritos por Pichon-Rivière (2005), quais sejam a importância da estruturação do grupo e da comunicação eficiente. Assim, o presente trabalho teve por objetivo analisar as questões atinentes à adesão e aos desafios na moderação de uma capacitação em psicologia positiva para promoção de saúde com acadêmicos do curso de psicologia da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), ocorrida entre abril e junho de 2025, a partir dos dados coletados nas fichas de observação.

2. METODOLOGIA

O delineamento foi misto, longitudinal, com avaliação de processo ao longo da capacitação. A coleta de dados ocorreu durante as seis sessões da capacitação, por meio de questionários com questões quantitativas e perguntas abertas respondidos pelos observadores presentes, cujo número oscilou entre dois e três, a depender da sessão, sendo todos já capacitados pelo programa e estudantes do sétimo semestre do curso de Psicologia da UFPel. O instrumento de avaliação (fichas de observação) contém 37 itens em escala *likert* de cinco pontos, variação de 1-5. Neste estudo, a ficha de observação foi utilizada para coletar dados acerca da adesão, quanto ao vínculo/interação que se estabeleceu entre os participantes (agradável, cooperativo, participativo); quanto ao vínculo/interação que se estabeleceu entre participantes-moderador (agradável, cooperativo, participativo); o quanto os participantes realizaram as dinâmicas e atividades propostas durante a sessão; totalizando os sete itens analisados no presente trabalho, além de espaço aberto para outras observações e impactos percebidos no grupo.

Os dados quantitativos descritivos foram avaliados com o pacote estatístico SPSS IBM, v.22. Participaram da capacitação 12 estudantes do curso de Psicologia da UFPel, com idades entre 19 e 24 anos ($M=20,92$; $DP=1,56$), sendo sete mulheres (58,3%) e cinco homens (41,7%), com raça/cor autodeclarada um negro/preto (8,3%), dois negros/pardos (16,7%) e nove caucasianos/brancos (75%), integrantes de um grupo de pesquisa no curso de Psicologia/UFPel, selecionados por conveniência a partir deste.

As atividades foram realizadas nas segundas-feiras, à tarde, num período de seis semanas, no campus IFSUL, moderadas por uma profissional de 52 anos, com 20 anos de atuação profissional, que trabalhou como professora pelo período de cinco anos e que atualmente é psicóloga em uma instituição de ensino superior em Pelotas, RS. Durante a capacitação, os observadores, a cada sessão, preencheram a ficha de observação, as quais tiveram seus dados tabulados, codificados e avaliados. O processo de análise dos dados foi realizado no intuito de avaliar a adesão dos participantes à capacitação.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A adesão dos participantes foi verificada a partir de três itens, contendo três critérios cada, em escala *likert* de cinco pontos, variação de 1-5. O resultado obtido foi: Item 1: Como você avalia o vínculo/interação que se estabeleceu entre os participantes (a) agradável ($M=4,33$; $DP=0,49$), (b) cooperativo ($M=4,00$; $DP=0,73$), (c) participativo ($M=3,67$; $DP=0,98$); Item 2: Como você avalia o vínculo/interação que se estabeleceu entre participantes-moderador (a) agradável ($M=4,92$; $DP=0,28$), (b) cooperativo ($M=4,67$; $DP=0,49$), (c) participativo ($M=4,42$; $DP=0,66$); Item 3: Na sua percepção em que medida os participantes realizaram as dinâmicas e atividades propostas durante a sessão ($M=4,58$; $DP=0,51$), o que sugere que o vínculo foi satisfatório, bem como adesão às atividades propostas em cada sessão.

Os resultados demonstram que o critério “participativo”, relacionado ao item 1, apesar da média alta, foi a menor identificada, o que pode estar relacionado ao comportamento tímido dos participantes nas primeiras sessões. Diante dos desafios contemporâneos no campo da promoção e prevenção de saúde, torna-se pertinente questionar em que medida os cursos de graduação em

Psicologia têm conseguido formar profissionais comprometidos com práticas participativas e contextualizadas. Em muitos contextos acadêmicos, ainda prevalece uma lógica pedagógica centrada na transmissão verticalizada do saber, em que estudantes assumem papéis passivos frente ao conteúdo ministrado, limitando-se à recepção de informações em aulas expositivas massivas (ZABALA, 1998). Essa abordagem contraria os pressupostos das práticas dialógicas e da aprendizagem significativa, fundamentais para a construção de competências críticas e interventivas no campo da saúde (NEME; RODRIGUES, 2003).

Na última sessão da capacitação, visando promover a participação e as trocas entre os participantes, uma das estratégias adotadas pela moderadora consistiu em propor discussões em dupla após a psicoeducação. Tal dinâmica promoveu maior engajamento dos participantes e favoreceu a articulação dos saberes apresentados com experiências e reflexões pessoais, evidenciando os benefícios de práticas educativas que favorecem o diálogo e a interação entre os membros do grupo (STRAUB, 2004).

Outro fator interessante foi o critério “cooperativo”, com médias semelhantes nos itens 1 (vínculo/interação entre participantes) e 2 (vínculo/interação moderador-participantes). Observou-se médias próximas possivelmente relacionadas ao fato de os participantes estarem no processo de adaptação nas sessões iniciais. Contudo, estabeleceram vínculo favorável com a moderadora ao longo das sessões, o que foi determinante para o manejo grupal e os resultados obtidos. Cumpre salientar que a maior adesão foi constatada no critério “agradável”, relacionada ao item 2, o que sugere a criação de um espaço seguro, pautado na estruturação do grupo e na comunicação eficiente (PICHON-RIVIÈRE, 2005).

Com base nisso, vale lembrar que há uma lacuna existente na formação dos estudantes de Psicologia quanto ao desenvolvimento de competências para moderação e condução de grupos. Para a moderação deste formato de grupo psicoeducativo, em caráter vivencial-prático-participativo, faz-se necessário habilidades específicas de moderação e de atuação ativa dos participantes, como gestão das dinâmicas grupais, manejo de conflitos, escuta ativa e promoção de um ambiente psicologicamente seguro (EDMONDSON, 1999). Desta feita, com base na literatura (BARROS, 2013; PICHON-RIVIÈRE, 2005) e nos dados desta pesquisa, foi percebida a importância de inserir práticas grupais, bem como de capacitações para moderação de grupos como atividades práticas durante a graduação em Psicologia, o que poderia fortalecer ainda mais a efetividade de programas de promoção de saúde e contribuir para a formação integral de futuros psicólogos. Além disso, reitera-se que a formação tende a ser predominantemente focada no atendimento clínico individual, desconsiderando os preceitos básicos para a promoção de saúde pública presente no Sistema único de Saúde (SUS), que se baseia em trabalhos grupais como prática regular (ADLER; GALLIAN, 2014).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das observações e da análise dos dados, concluiu-se que apesar dos resultados positivos obtidos na capacitação, alguns desafios e limitações relevantes foram identificados e permanecem para pesquisas futuras. Um deles refere-se à necessidade de avaliar a adesão dos participantes a realizar as tarefas de casa propostas semanalmente. Este permanece como um dos

principais desafios tanto para a prática clínica, quanto em atividades grupais, conforme literatura e dados sobre adesão ao tratamento (STRAUB, 2004). Outro aspecto importante diz respeito aos participantes serem colegas de grupo de pesquisa, o que pode ter, inicialmente, inibido a participação. Estes aspectos serão considerados para pesquisas futuras.

Diante do exposto, foi possível perceber que, mesmo com o clima agradável entre a moderadora e os participantes, e adesão satisfatória, favorecidos pela experiência profissional da moderadora, houve menor participação ativa entre participantes durante as sessões, possivelmente relacionado ao modelo de ensino adotado na formação em Psicologia, sendo majoritariamente teórico-expositivo com alunos passivos na construção do conhecimento. Sugere-se, como estratégia para possibilitar melhor interação entre participantes, incluir atividades em dupla após a exposição teórica, visando participação ativa dos membros do grupo.

Conclui-se, também, que a capacitação e a possibilidade de observação e de moderação de grupos pode contribuir expressivamente para a formação acadêmica em Psicologia, no sentido de proporcionar formação prática em processos grupais, o que é pouco difundido durante a graduação, uma vez que os estágios específicos costumam ser voltados à prática clínica individual.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADLER, M.S.; GALLIAN, D.M.C. Formação Médica e Serviços Único de Saúde: Propostas e Práticas Descritivas na Literatura Especializada. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v.38,n.3,p.388-396,2014. <https://doi.org/10.1590/S0100-55022014000300014>

BARROS, R.B. **Grupo**: a afirmação de um simulacro. Porto Alegre: Sulina, 2013.
DURGANTE, H.B.; DELL'AGLIO, D.D. **Programa Vem Ser**: Psicologia Positiva para promoção de saúde de aposentados. Manual de implementação. Manual de implementação. Porto Alegre: UFRGS, 2019.

EDMONDSON, A. Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams. **Administrative Science Quarterly**, 44, 350–383, 1999. doi.org/10.2307/2666999

KNAPP, P.; BECK, A.T. Cognitive therapy: foundations, conceptual models, applications and research. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 30, 2008.
NEME, C.M.B.; RODRIGUES, O.M.P.R. (Orgs.). **Psicologia da Saúde: Perspectivas Interdisciplinares**. São Paulo: Rima, 2003.

NORONHA, A.P.P.; BAROBOSA, A.J.G. Forças e Virtudes: Escalas de forças de caráter. In HUTZ, C.S. (Org.). **Avaliação em Psicologia Positiva: Técnicas e Medidas**. São Paulo: Hogrefe, 2016.

PICHON-RIVIÈRE, E. **O processo grupal**. São Paulo: Martins Fontes, 2005.
SELIGMAN, M.; STEEN, T.; PARK, N.; PETERSON, C. Positive psychology progress: empirical validation of interventions. **American Psychologist**, v. 60, n. 5, p. 410–421, 2005. DOI: 10.1037/0003-066X.60.5.410.

STRAUB, Richard O. **Psicologia da Saúde**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Jones & Bartlett, 2004.

ZABALA, A. **A prática educativa: como ensinar**. Porto Alegre: Artmed, 1998.