



Evento	Salão UFRGS 2022: FEIRA DE INOVAÇÃO TECNOLÓGICA DA UFRGS - FINOVA
Ano	2022
Local	Campus Centro - UFRGS
Título	Intervenção psicossocial em bem-estar na adolescência: tempo livre e uso de tecnologias
Autores	LEONARDO COITINHO SANTANA MANUELA ALMEIDA DA SILVA SANTO
Orientador	JORGE CASTELLA SARRIERA

RESUMO

TÍTULO DO PROJETO: Intervenção Psicossocial em Bem-estar na Adolescência

Aluno: Leonardo Coitinho Santana

Orientador: Prof. Dr. Jorge Castellá Sarriera

Co Orientadora: Manuela Santo

RESUMO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS PELO BOLSISTA

O presente resumo de atividades diz respeito às tarefas realizadas pelo bolsista acima indicado em relação a uma parte do projeto na qual o aluno contribuiu de forma mais efetiva. Em outras palavras, apresentar-se-á o desenvolvimento e os resultados preliminares do módulo “Tempo livre e uso de tecnologias”, o qual faz parte do programa de intervenção psicossocial criado a partir do projeto de pesquisa no qual o estudante fez parte.

De forma geral, o bolsista contribuiu com todas as fases do projeto, podendo ser ressaltadas as seguintes atividades: Revisão de literatura acerca de intervenções psicossociais, intervenções online e conteúdos voltados à temática do módulo; Adaptação da metodologia da intervenção para a modalidade online; Divulgação e organização da Intervenção; Coordenação da elaboração das atividades do módulo e aplicação desse; Colaboração na análise dos resultados e publicações científicas advindas de tal pesquisa.

Como resultado e exemplificação dessas atividades, destaca-se a criação do módulo denominado “Tempo livre e uso de tecnologias”, conforme comentado anteriormente. O módulo teve como objetivo geral promover reflexões sobre o uso do tempo livre e das redes sociais virtuais para a promoção do bem-estar subjetivo de crianças e adolescentes. Para o primeiro encontro do módulo, no qual a temática foi tempo livre, estipulou-se três objetivos específicos: (1) estimular reflexões sobre suas rotinas e atividades; (2) promover a capacidade de organizar e administrar o tempo livre; (3) incentivar a realização de atividades de lazer e que proporcionem bem-estar subjetivo. Para o segundo e último encontro, com tema sobre uso de redes sociais virtuais, outros três objetivos específicos foram estabelecidos: (1) estimular reflexões sobre os tipos de redes sociais virtuais e seu uso; (2) favorecer o uso das redes sociais virtuais como recurso de apoio e interação social; (3) refletir sobre uso seguro das redes sociais virtuais e instrumentalizar sobre formas de agir frente aos problemas.

Como metodologia geral do projeto tem-se como definição o método misto, quali-quantitativo e com delineamento quase-experimental, com avaliação de processo e aplicação de um questionário pré e pós-testes. Para o presente trabalho serão utilizados apenas os dados de identificação dos participantes do módulo e os dados qualitativos da intervenção, que é composta pelas gravações e diário de campo dos dois encontros. O primeiro dia do módulo foi realizado com oito participantes e o segundo dia com apenas quatro destes, sendo eles crianças e adolescentes de cidades do Rio Grande do Sul, com idades entre 11 e 14 anos. Todos os encontros se deram na modalidade online, por vídeo-chamadas, através da plataforma Google Meet, e tiveram duração média de 1 hora e 30 minutos. Os

encontros foram devidamente gravados com o consentimento de todos/as os/as participantes, sendo cumpridos em todas as etapas os Critérios de Ética na Pesquisa com Seres Humanos conforme Resolução nº 466/12 e da Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. O projeto obteve aprovação do Comitê de Ética do Instituto de Psicologia/UFRGS.

Nos resultados obtidos no encontro sobre o tempo livre foi possível compreender que os participantes associaram o termo não só às atividades de lazer, mas também a outras responsabilidades, como tarefas domésticas e escolares. Quando perguntados das atividades que eram mais frequentes no seu tempo livre, usar o telefone, conversar com amigos e fazer alguma atividade física foram as mais citadas. Além disso, constatou-se que as crianças e adolescentes não possuem nenhum planejamento estruturado do seu tempo livre, ainda que utilizem recursos como despertador para controle de tempo e anotações de datas de provas. Por fim, as crianças e os adolescentes também afirmaram não realizar outras atividades que gostam, muitas vezes, por falta de planejamento e iniciativa, de recursos materiais ou de diálogo com os pais sobre a sua vontade.

Por sua vez, no encontro sobre o uso de redes sociais, as plataformas mais citadas pelos participantes foram o Whatsapp e o Instagram. Explorando outras redes, também apareceram o TikTok (indicado como um recurso para passar o tempo), Twitter (sendo este indicado para ler notícias ou receber as informações “em primeira mão”) e Snapchat (para encontrar efeitos e filtros para as fotos pessoais). Ademais, principalmente em relação ao TikTok, comentam que fazem um uso mais passivo, não sendo comum realizarem postagens, comentários e compartilhamentos. Também informaram que sentem dor de cabeça e nos ombros, ardência nos olhos e irritação quando usam a rede em excesso. Por fim, sobre segurança na rede, a maioria dos participantes relataram possuir uma conta fechada e outra aberta, e mesmo que postem mais na conta aberta, tomam o cuidado de seguir de volta apenas conhecidos e não expor muitas informações pessoais, sendo comum colocarem na suas descrições o nome do time para o qual torce, sua idade e o estado em que mora.

De modo geral, a análise preliminar dos resultados sugere que a intervenção em modalidade online para o assunto de tempo livre e tecnologias possui boa capacidade de promover reflexões sobre o uso que crianças e adolescentes fazem desse contexto. Também se destaca o fato de se ter utilizado a modalidade online para falar especificamente sobre o uso do contexto digital, aspecto que se confirmou como familiar para os participantes e possibilitou não só uma exemplificação prática de novas atividades que se pode fazer nesse contexto, como também expandir o alcance geográfico do recrutamento dos participantes. Por fim, apesar das oportunidades geradas com uma intervenção no formato online, faz-se necessário apontar para a limitação do estudo do baixo tamanho amostral e o fato de terem sido captados por conveniência.