

A música como dispositivo de mediação em processos grupais com adolescentes: um relato de experiência em estágio de Psicologia

Beatriz Helena Candéa Lima

Centro Universitário Ateneu (UniAteneu), CE, Brasil

Jessica Layanne de Sousa Lima

Centro Universitário Ateneu (UniAteneu), CE, Brasil

RESUMO

O presente trabalho se configura como um Relato de Experiência de um estágio em Processos Grupais no contexto do curso de Psicologia. A intervenção foi realizada com um grupo de 10 alunas, cursando do 7º ao 9º ano do Ensino Fundamental, em situação de vulnerabilidade, em uma escola da rede pública de ensino, totalizando seis encontros de natureza terapêutica-preventiva. O objetivo deste trabalho é relatar e analisar a experiência do estágio, enfatizando a criação e a utilização de uma composição musical autoral como dispositivo de intervenção, de facilitação da expressão e de validação da experiência do grupo. Os resultados apontam que a adolescência inicial é uma fase de intensos conflitos e vulnerabilidades, e que a estratégia grupal e a mediação artística demonstraram-se recursos potentes. A música, em particular, atuou como um espelho e um agente de validação das angústias vivenciadas, promovendo o vínculo, a catarse e a simbolização das demandas individuais e coletivas, favorecendo a emergência do protagonismo e da autoaceitação.

Palavras-chave: Psicologia. Processos Grupais. Adolescência. Música.

Music as a mediation device in group processes with adolescents: An experience report in a Psychology internship

ABSTRACT

The present work constitutes an Experience Report of an internship in Group Processes within the context of a Psychology degree. The intervention was conducted with a group of 10 female students, attending the 7th to 9th grade of Middle School, in a situation of vulnerability, at a public school, totaling six meetings of a therapeutic-preventive nature. The objective of this work is to report and analyze the internship experience, emphasizing the creation and use of an original musical composition as an intervention device to facilitate expression and validate the group's experience. The results indicate that early adolescence is a phase of intense conflicts and vulnerabilities, and that group strategy and artistic mediation proved to be potent resources. Music, in particular, acted as a mirror and an agent of validation for the anxieties experienced, promoting bonding, catharsis, and the symbolization of individual and collective demands, favoring the emergence of protagonism and self-acceptance.

Keywords: Psychology. Group Processes. Adolescence. Music.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência se estabelece como um período de profundas transformações biopsicossociais, marcado pela busca por identidade, autonomia e pertencimento. Contudo, para um número significativo de jovens inseridos em contextos de vulnerabilidade social, esse período é intensificado por fatores de risco como abandono, violência doméstica, luto não elaborado e negligência emocional. Tais vivências, muitas vezes silenciosas ou externalizadas em forma de comportamento disfuncional, culminam em quadros de fragilização da autoestima, ansiedade e depressão, demandando intervenções em saúde mental.

Considerando o contexto supracitado, um dos estágios vivenciados pela graduação de Psicologia perpassou o manejo em Processos Grupais com o referido público. Realizado no primeiro semestre deste ano em uma escola da rede pública, o ensejo propôs a criação de um espaço terapêutico-preventivo para um grupo de dez alunas adolescentes. A escolha pelo setting grupal fundamenta-se na sua potência de atuar como um microssistema social onde os conflitos podem ser reencenados, revistos e transformados, promovendo identificação e amparo mútuo (Zimerman, 1993). A abordagem teórico-metodológica que norteou a intervenção foi a Gestalt-Terapia, com seu foco no aqui-e-agora e na promoção da consciência do self na relação (Perls, 1973).

A escolha por utilizar recursos expressivos mostrou-se fundamental, pois a atividade musical em grupo tem o potencial de despertar emoções, fomentar a criatividade e a tolerância, além de propiciar a troca de experiências e a negociação de conflitos (Cunha, 2016). Faz-se válido ressaltar que a intervenção grupal teve a musicalidade como ferramenta promotora de transformação. Diante desse interim, teve-se como objetivo relatar e analisar a eficácia da música autoral como instrumento de mediação e catalisadora de insight e mudança em um grupo de adolescentes em vulnerabilidade, estabelecendo um diálogo direto entre os trechos da canção e os fenômenos clínicos observados em cada participante.

O objetivo do trabalho é relatar e analisar a experiência de estágio em Psicologia, detalhando o manejo em Processos Grupais com adolescentes em situação de vulnerabilidade e a utilização de uma composição musical autoral como dispositivo de intervenção e mediação.

2 METODOLOGIA

O estágio de natureza teórico-prática foi estruturado em seis encontros semanais, com duração de 1 hora e 30 minutos cada, em um setting grupal fechado. O grupo foi composto por 10 adolescentes do Ensino Fundamental (7º ao 9º ano), com idades entre 12 e 15 anos. As participantes foram indicadas pela coordenação escolar em função de diversas demandas, incluindo conflitos interpessoais, isolamento social e dificuldades emocionais. Em respeito aos critérios éticos e de sigilo, as alunas cujos casos são relatados nesse artigo tiveram suas identidades preservadas; todos os nomes utilizados (Tati, Val, Cristina e Rita) são pseudônimos fictícios.

A análise dos dados e dos fenômenos clínicos é qualitativa, visto que a pesquisa dessa natureza busca a compreensão aprofundada e intensiva dos fenômenos, tendo o diário de campo como um instrumento essencial para o registro das percepções e reflexões do pesquisador (Minayo, 2014). Esta análise baseou-se, portanto, no diário de campo e nas falas coletadas durante os encontros. A metodologia dos encontros utilizou técnicas expressivas e projetivas, como dinâmicas de apresentação, escrita de cartas (Carta ao Passado) e atividades em pares, sempre mediadas sob a perspectiva da Gestalt-Terapia, uma abordagem fenomenológica que prioriza o contato e a experiência no aqui-e-agora para promover a conscientização (*awareness*) – a tomada de consciência global das sensações, emoções e comportamentos no presente – o que facilita o insight (descoberta) e a responsabilização do sujeito por suas escolhas de vida (Assunção, 2022).

No último encontro, foi apresentada uma música autoral para as adolescentes, diferencial metodológico dessa experiência, principal dispositivo de encerramento e síntese do processo. A música, criada pela estagiária com base nos relatos e nas demandas emergentes ao longo dos seis encontros, configurou-se como um recurso artístico capaz de dar forma e voz às dores e às superações do grupo (Amparo *et al.* 2020).

3 RESULTADOS

A composição musical, intitulada "Minha Voz, Minha História", foi o produto e a ferramenta de devolutiva poética e simbolizada utilizada no sexto e último encontro, objetivando devolver ao grupo as experiências, os sofrimentos e as forças que emergiram no processo. A letra completa encontra-se disposta no APÊNDICE "A". A análise a seguir

apresenta a correlação factual entre os trechos da canção e os fenômenos clínicos observados nas histórias das participantes.

3.1. A Voz da Vulnerabilidade e a Fragilização da Autoestima (Adolescente Tati)

O primeiro trecho da música, "Esse passado mexe com a minha mente / e muitos dizem que eu não sou inteligente", reflete a fragilidade da autoimagem observada na Adolescente Tati. Em diversas intervenções, respondia com "não sei" ou "não consigo", demonstrando uma autoestima profundamente abalada.

Durante uma dinâmica em pares focada na percepção positiva do outro, uma das colegas listou cinco qualidades sobre ela. A reação inicial da participante foi de negação e deboche: "Nada disso é verdade. Eu não sou inteligente, nem bonita." Interpelada sobre a origem dessa convicção, conseguiu acessar os antecedentes de sua dor, relatando uma história de abandono e o tratamento pejorativo que recebia de sua tutora.

3.2. A Máscara da Perfeição e o Comportamento Mascarado (Adolescente Val)

A demanda invisível, mascarada por um comportamento exemplar, emergiu na história da Adolescente Val, que inicialmente não seria indicada pela escola por ser uma "ótima aluna".

O Trecho 2, "Mas se eu sorri por fora tudo fica tão perfeito, / a perfeição que tanto eles exigem de mim", foi inspirado por uma fala de Val durante a dinâmica "Carta ao Passado". Onde compartilhou sua luta para ser a "filha perfeita" após vivenciar situações de abuso e violência. Seu comportamento exemplar, com boas notas, funcionava como uma fachada, ocultando problemas sérios com autoimagem e distúrbios alimentares.

3.3. Luto, Raiva e o Castelo de Vidro (Adolescente Cristina)

O tema do luto e da desesperança surgiu na história da Adolescente Cristina, que se mantinha quieta e ria em momentos de relatos difíceis.

O Trecho 3, "A vida as vezes é uma guerra sem sentido, / meu pai foi morto como se fosse um bandido, / ainda me lembro como era tão bonito, / eu era sua princesa, mas castelo era de vidro", levou Cristina a chorar pela primeira vez, revelando o luto não processado pela perda traumática de seu pai. O riso e o silêncio dela atuavam como mecanismos de defesa contra uma dor avassaladora e a raiva pela injustiça de sua perda.

3.4. Raiva como Expressão de Solidão (Adolescente Rita)

A agressividade e o humor como forma de anestesia e fuga foram observados na Adolescente Rita, indicada por conflitos constantes e brigas na escola.

O Trecho 4, “Às vezes faço muitas coisas sem pensar / Brigo com o mundo todo, mas quem eles são pra me julgar / Ninguém vai me amparar!”, refletiu sua profunda solidão decorrente da ausência parental e do alcoolismo materno. A atitude "rebelde" e fria escondia um sentimento de desamparo e um grito por atenção e cuidado.

3.5. A Síntese da Transformação e o Protagonismo

No decorrer dos encontros, foram presenciadas mudanças significativas e diversas entre as participantes, culminando na coesão do grupo e em transformações individuais. A Adolescente Tati, por exemplo, demonstrou uma evolução notável em sua autoimagem, passando a se apresentar com o rosto erguido, um sorriso no rosto e práticas de autocuidado visíveis, afirmando sua beleza e valor. Cada participante, em seu processo singular, manifestou um ponto de virada, cuja jornada é sintetizada pelo trecho final da canção:

Trecho 5: “A felicidade é uma porta que eu não tenho medo de atravessar / O passado ficou no retrovisor / A esperança agora vai me abraçar / Minha voz é forte e ninguém cala / Eu sei meu valor e sei o meu lugar / Aqui agora eu faço a minha história / Agora eu quem faço a minha história”

Ao ouvir a música, as adolescentes se emocionaram profundamente, identificando-se com cada verso. O momento foi de intenso impacto emocional e percepção concreta de suas próprias transformações em tão pouco tempo, reconhecendo o quanto o grupo as havia atravessado e como o compartilhamento da dor a tornava menor, transformando o sofrimento individual em força coletiva.

4. DISCUSSÃO

A análise da composição musical em conjunto com os fenômenos clínicos revela a função simbólica e terapêutica da arte como instrumento de intervenção e acolhimento grupal, promovendo a externalização da dor e a resignificação da identidade. Conforme aponta Cunha (2016), a atividade musical em grupo vai além da aplicação clínica individual, atuando como

um elemento de musicoterapia social e comunitária que facilita a coesão, a expressão e o compartilhamento de experiências.

4.1. A Voz da Vulnerabilidade e o Grupo como Holding

O Trecho 1 expressa a internalização da fala alheia e a fragilidade da autoimagem de Tati. O acolhimento do grupo, ao validar as qualidades da participante e afirmar seu valor, cumpriu uma função de sustentação (holding) (Winnicott, 1983). O seu choro e o coro de afirmação das colegas reforçaram o poder do grupo como agente de ressignificação da identidade, permitindo a desvinculação da adolescente com a voz pejorativa da tutora.

4.2. A Máscara da Perfeição e o Ajustamento Patológico

O Trecho 2, sobre a "perfeição exigida", evidencia como o comportamento exemplar da Adolescente Val funcionava como uma máscara (Perls, 1973) de ajustamento ao meio, ocultando problemas sérios com autoimagem e distúrbios alimentares. Esta fachada configura um ajustamento criativo que se revela patológico, pois serve para ocultar o sofrimento e a demanda de ser aceita e amada, característica comum em adolescentes que vivem em ambientes de alta exigência.

4.3. Luto Traumático e a Descongelamento da Experiência

O luto não processado de Cristina, expresso no Trecho 3 e na metáfora do "castelo de vidro", demonstra a quebra abrupta da fantasia protetora e a irrupção da realidade traumática. Os mecanismos de defesa utilizados por Cristina (riso e silêncio) foram superados com a validação de sua dor. O ato de chorar no grupo permitiu que ela iniciasse um processo de descongelamento da experiência (Cardoso, 2008), movendo-a da rigidez defensiva para o contato com o luto.

4.4. Agressividade como Grito por Ajuda e a Solidão

A agressividade e o humor de Rita (Trecho 4) foram compreendidos como uma função protetora e um sintoma de desamparo e solidão ("Ninguém vai me amparar!"). Sua atitude "rebelde" é um grito por atenção e cuidado. A dor, uma vez nomeada e acolhida no campo da

consciência grupal, perde sua força destrutiva. A raiva expressa pode ser reinterpretada como a frustração da necessidade de apego seguro (Bowlby, 1990), onde a ausência de amparo é a fonte do comportamento conflituoso.

4.5. A Síntese da Transformação e o Protagonismo no Aqui-Agora

O Trecho 5, que sintetiza a jornada, cumpre as funções de afirmação de valor e empoderamento. A expressão "Aqui agora eu faço a minha história" remete diretamente ao conceito gestáltico do Aqui-e-Agora (Perls; Hefferline; Goodman, 1997), convidando as adolescentes a se conectarem com a experiência presente e a deixarem o passado no retrovisor. Essa apropriação do protagonismo e a instilação de esperança são fatores terapêuticos cruciais que se manifestam na coesão grupal e na mudança de postura individual, como visto em todas as participantes (Yalom; Leszcz, 2006). O momento final da música foi de catarse para as adolescentes, consolidando a transformação do sofrimento individual em força coletiva.

5 CONCLUSÃO

O presente Relato de Experiência demonstra a potência do estágio em Processos Grupais, ancorado na abordagem gestáltica, para promover a saúde mental de adolescentes em contextos de vulnerabilidade. A música autoral, como dispositivo artístico, transcendeu a função de mera intervenção, tornando-se uma ferramenta de validação emocional, espelho da experiência do grupo e catalisadora do processo de simbolização.

A ligação direta entre os versos e os fenômenos clínicos permitiu que as adolescentes não apenas ouvissem suas histórias, mas as sentissem de forma integrada e coesa, reforçando a mensagem de que, apesar do passado, elas detêm o poder de reescrever suas trajetórias.

O processo destacou a importância de olhar para além do "comportamento-problema" e buscar a demanda invisível que o sustenta, acolhendo a dor para que o protagonismo possa florescer. A psicoterapia, mediada pela arte, provou ser um campo onde a dor do outro nos transforma e a dor compartilhada encontra amparo, culminando na afirmação da autoaceitação e da esperança.

REFERÊNCIAS

AMAPARO, A. M. et al. Arte, Grupo e Saúde Mental: a potência da mediação artística na clínica grupal. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, v. 22, n. 4, p. 119-130, 2020.

ASSUNÇÃO, C. A. **Gestalt-terapia e awareness**: uma análise da tomada de consciência. 2. ed. São Paulo: Summus, 2022.

BOWLBY, J. **Apego e Perda**: Apego (Vol. 1). 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1990.

CARDOSO, M. C. G. **Gestalt-terapia**: Fundamentos e práticas. São Paulo: Summus, 2008.

CUNHA, R. Uma perspectiva da atividade musical em grupo: musicoterapia social e comunitária. **Revista Latinoamericana de Musicoterapia**, [S. l.], v. 15, n. 20, p. 238-251, 2016. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2970/297048612013.pdf>. Acesso em: 14 de nov. 2025.

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

PERLS, F. **Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 1973.

PERLS, F.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. **Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 1997.

WINNICOTT, D. W. **O ambiente e os processos de maturação**: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional. Porto Alegre: Artmed, 1983.

YALOM, I. D.; LESZCZ, M. **Psicoterapia de Grupo**: Teoria e Prática. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

ZIMERMAN, D. E. **Fundamentos básicos das grupoterapias**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1993

APÊNDICE “A”

Letra da Música: "Minha Voz, Minha História"

Esse passado mexe com a minha mente, e muitos dizem que eu não sou inteligente, de guardar tudo aqui dentro do meu peito. Mas se sorrir por fora, tudo fica tão perfeito, uma perfeição que tanto eles exigem de mim, e a minha mãe que não me deixa em paz, me pede pra crescer. Não sei o que é viver em paz, palavras não voltam, tudo ficou para trás. Acabou a inocência, e eu nem vi, nem vivi... aquela criança foi tão maltratada, viu coisas terríveis e foi abusada, não vou esquecer o que eu senti.

Às vezes, faço muitas coisas sem pensar, brigo com o mundo todo, mas quem eles são pra me julgar? ninguém vai me amparar! a vida, às vezes, é uma guerra sem sentido; meu pai foi morto como se fosse um bandido, ainda me lembro como era tão bonito, eu era sua princesa, mas castelo era de vidro. Minha mãe me ama, mas não consegue me entender, briga por tudo, fala, fala, mas não consegue ouvir, o grito alto que ecoa de mim, um sentimento preso, armadura de soldado, eu sou adolescente, mas o fardo tá pesado.

Eu sei que falta muito pouco para eu crescer, espero que o futuro seja mais bonito de se ver. Palavras não voltam, tudo ficou para trás, mas tenho um futuro e vou conseguir ser feliz. Aquela criança que foi maltratada, segue ferida, mas não derrotada. Não vou esquecer, mas vou seguir.

A felicidade é uma porta que eu não tenho medo de atravessar, O passado ficou no retrovisor, a esperança agora vai me abraçar, minha voz é forte e ninguém cala, eu sei meu valor e sei o meu lugar. Aqui agora eu faço a minha história, agora eu quem faço a minha história.

Recebido em: 05/01/2026

Aprovado em: 20/02/2026