



ENTRE O SER E O TORNAR-SE: NEUROCIÊNCIA, PSICOLOGIA SOCIAL E PSICANÁLISE NA FORMAÇÃO DO JOVEM ADULTO

BETWEEN BEING AND BECOMING: NEUROSCIENCE, SOCIAL PSYCHOLOGY, AND PSYCHOANALYSIS IN THE FORMATION OF THE YOUNG ADULT

FREITAS, Giovana Barreto de ¹

OLIVEIRA, Carla de ²

Resumo: O objetivo principal desta pesquisa é explorar o processo de transição e formação do jovem adulto contemporâneo, destacando os fatores biológicos, emocionais, sociais e tecnológicos que influenciam esse desenvolvimento. Dessa forma, se verificou que o processo de tornar-se adulto não se limita apenas as transformações cerebrais, mas também é influenciado por fatores sociais e pelo desenvolvimento de recursos internos, como a inteligência emocional, que impactam diretamente os modos de ser, sentir e agir do jovem adulto. Esses aspectos, aliados às exigências do mercado de trabalho e a vulnerabilidade emocional intensificada pelas mudanças sociais e tecnológicas, tornam essa fase marcada por desafios de identidade e amadurecimento. Desse modo, o estudo enfatiza a importância de uma abordagem interdisciplinar que integre neurociência, psicanálise, psicologia social e inteligência emocional, a fim de compreender o jovem adulto em sua jornada de autoconhecimento e adaptação às complexidades. A pesquisa, de natureza bibliográfica, também discute o papel dos programas de desenvolvimento e da arteterapia como ferramentas de fortalecimento e de construção subjetiva.

Palavras-chave: Jovem Adulto. Neurociência. Psicologia Social. Inteligência Emocional

Abstract: The main objective of this research is to explore the transition and formation process of the contemporary young adult, highlighting the biological, emotional, social, and technological factors that influence this development. In this way, it was observed that the process of becoming an adult isn't limited to brain transformations alone but is

¹ Bacharel em Psicologia pela Faculdade São Francisco de Assis. E-mail: giovana.barreto0306@outlook.com

² Doutora em Medicina pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências Médicas - UFRGS. Professora da Faculdade São Francisco de Assis. E-mail: carla.oliveira@saofranciscodeassis.edu.br

also shaped by social factors and the development of internal resources, such as emotional intelligence, which directly impact the ways in which young adults think, feel, and act. These aspects, combined with the demands of the labor market and the emotional vulnerability intensified by social and technological changes, make this phase characterized by challenges related to identity and maturation. Therefore, the study emphasizes the importance of an interdisciplinary approach that integrates neuroscience, psychoanalysis, social psychology, and emotional intelligence to understand the young adult in their journey of self-knowledge and adaptation to complex realities. This bibliographic research also discusses the role of development programs and art therapy as tools for personal strengthening and subjective construction.

Keywords: Young Adult. Neuroscience. Social Psychology. Emotional Intelligence.

1 INTRODUÇÃO

Estamos vivendo a 4ª Revolução Industrial, também conhecida como Indústria 4.0, sendo um período marcado por transformações tecnológicas que está acontecendo desde o início do século XXI. Inovações estas, que trouxeram uma série de mudanças políticas que afetaram a esfera econômica em geral, o mercado de trabalho e as leis que regulam as relações ocorridas neste mercado. (Pereira, 2023). A tecnologia tem causado um forte impacto nas relações e no mercado de trabalho. Hoje, em apenas segundos, temos acesso a uma grande quantidade de informações, um exemplo disso é o avanço da inteligência artificial (IA), que representa um marco significativo no desenvolvimento do conhecimento tecnológico.

De acordo com o Fórum Econômico Mundial, prevê-se que a tecnologia seja o motor mais divergente da mudança no mercado de trabalho, com a ampliação do acesso digital devendo criar e deslocar mais empregos do que qualquer outra macrotendência (19 milhões e 9 milhões, respectivamente). Transformações que são rápidas e que têm alto impacto nos jovens, podemos utilizar da metáfora 'ioiô' (Stauber; Walther, 2002) que é usada para simbolizar os riscos, incertezas, descontinuidades, altos e baixos e reversões experimentados pelos jovens em sua transição para o trabalho. Como bem-dito por Wong:

Os jovens de hoje estão entusiasmados e confusos com o surgimento constante de novas ocupações que exigem novas habilidades, conhecimentos e atitudes. Como as perspectivas ocupacionais parecem muito menos certas e previsíveis hoje em dia, as transições de emprego tornaram-se mais frequentes e complicadas. Nesse sentido, tem havido um clamor para fornecer aos jovens mais apoio e oportunidades e para reconhecer sua agência e capacidade de fazer escolhas informadas e mudanças em suas transições para o trabalho. (Wong, 2022, p.7).

Com essa imprevisibilidade, consideramos o quanto é importante o investimento das empresas em Programas de Desenvolvimento, sendo uma estratégia importante tanto para a empresa, quanto para jovens adultos em início de carreira, portanto é um investimento essencial, pois, infelizmente, muitos jovens enfrentam transições precárias para o mercado de trabalho. Os jovens que estão entrando no mercado de trabalho enfrentam maiores desafios do que os trabalhadores mais experientes devido à sua falta de experiência profissional, redes profissionais limitadas e informações insuficientes sobre oportunidades de emprego (OIT - Organização Internacional do Trabalho, 2020). O Programa de Aprendizagem é um gerador de oportunidade que inclui os jovens no universo do trabalho e os capacita para atividade no ambiente organizacional.

A esse respeito, Levisky (1995), lembra que, atualmente, há características da adolescência que são bem próprias do nosso tempo, gerando conflitos e situações específicas que não se encontravam em gerações anteriores. O autor lembra que se tem demonstrado ser muito tênue a linha que separa a adolescência e a juventude, visto que o período de vida ativa no trabalho, na sexualidade, no lazer se ampliou.

É importante notar que a sociedade atual tornou mais complexa a passagem do adolescente para o mundo adulto, aumentando as exigências para que este possa se valer por si mesmo. Um momento de transição, no qual muitas mudanças ocorrem.

Ainda sobre a importância da interação, descobertas neurocientíficas recentes revelam um fenômeno cognitivo denominada “sincronização neural”. Trata-se de uma capacidade que os cérebros humanos têm de literalmente se conectarem quando os indivíduos estabelecem interações sociais, como as que envolvem o trabalho colaborativo, por exemplo. Ao desenvolverem atividades síncronas, ou seja, quando desenvolvem uma ação conjunta e simultânea, os cérebros entram em sintonia. (Costa, 2023, p. 7).

E com toda a complexidade que estamos inseridos, um aspecto emergente se forma, o jovem adulto se molda a uma sociedade, a uma escolha de seus pais, a escolhas tão difíceis em meio a uma complexidade de mudanças biológicas.

A partir da percepção do meio social e dos outros, o indivíduo vai organizando estas informações, relacionando-as com afetos (positivos ou negativos) e desenvolvendo uma predisposição para agir (favorável ou desfavoravelmente) em relação às pessoas e aos objetos presentes no meio social. À essas informações com forte carga afetiva, que predispõem o indivíduo para uma determinada ação (comportamento), damos o nome de atitudes. (Bock, 1999, p. 65).

A partir de uma leitura da Psicologia Social, podemos prever o quanto, pensando prática psicossocial, olhar para o sujeito não é ignorar os fatores sociais e biológicos que o influenciam, mas sim, considerar suas particularidades, que muitas vezes são deixadas de lado em planejamentos baseados na média das pessoas. Por isso, o psicólogo social precisa compreender, com sensibilidade, como cada pessoa vive e sente os efeitos das influências sociais no seu dia a dia, levando em conta tanto os aspectos subjetivos, quanto os processos cerebrais que os acompanham. (Sawaia, 1995).

Além disso, vemos que a neurociência reforça essa importância ao mostrar que cada cérebro é único, nossas experiências, emoções e contextos sociais moldam as conexões neurais de forma singular e a forma como despertar a curiosidade com emoção e motivação é um grande desafio. O ser humano tende a prestar atenção a qualquer coisa quando aquilo é entendido a partir dos seus significados e da importância dele para a vida prática. De acordo com Salla (2012, p. 1): “A emoção interfere no processo de retenção de informação. É preciso motivação para aprender. A atenção é fundamental na aprendizagem. O cérebro se modifica em contato com o meio durante toda a vida.”

Além disso, vale pensar: que tipo de ajuda pode fazer diferença para esses jovens adultos que estão passando por essa fase entre quem são e quem estão tentando se tornar? Que caminhos ainda existem nessa transformação? Por isso, é importante falar sobre como a Psicanálise, a arte e a inteligência emocional podem ajudar nesse processo de crescimento e autoconhecimento. Conforme Monteiro:

Assim sendo, podemos constatar que a arte sempre contribuiu para a exteriorização emocional como forma terapêutica, facilitando a comunicação e a integração na sociedade e no mundo. Por conseguinte, houve uma oportunidade de reconstrução das suas vivências proporcionando uma maior autonomia através das oficinas terapêuticas, com a finalidade de atingir outros sentidos e novos significados para as suas vidas. (Monteiro, 2023, p.168).

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O marco teórico deste estudo aborda a transição entre a adolescência e a vida adulta, e seus impactos na inserção do jovem no mercado de trabalho, considerando os fatores biológicos, emocionais e sociais que influenciam esse processo. São discutidas as novas configurações identitárias que emergem nessa etapa do

desenvolvimento humano, o papel dos Programas de Desenvolvimento na preparação para o ambiente corporativo, assim como a importância da inteligência emocional para uma adaptação saudável. Além disso, destaca-se a arteterapia como um recurso complementar no apoio ao autoconhecimento e no fortalecimento emocional dos jovens adultos.

2.1 A Estrutura Cerebral e o processo de tornar-se adulto

Na infância e na adolescência passamos por marcos importantes, como a poda neural, que são parte importante da nossa transição da infância para adolescência e da adolescência para a fase adulta, quando pensamos em fatores biológicos. (Serfaty, 2021).

Por volta dos dois anos de vida, o número de sinapses é, aproximadamente, o dobro do número de sinapses do cérebro adulto. A exemplo da morte celular programada, o cérebro passa por um extenso processo de eliminação (ou poda) sináptica que se estende até a adolescência. Esse processo de eliminação sináptica é essencial para a formação adequada dos circuitos neurais. Ele é tão importante, que a maioria dos distúrbios do desenvolvimento é acompanhada de um excesso ou um déficit de eliminação sináptica. (Serfaty, 2021, p. 20).

A ponte entre o ser adolescente e tornar-se adulto possui uma breve linha tênue, pois de acordo com Papalia (2013) para muitos jovens em sociedades tecnologicamente avançadas, o processo de se tornar adulto não tem um ponto de início bem definido. Esse período de transição é mais longo e segue trajetórias mais diversas do que antigamente. Alguns especialistas em desenvolvimento sugerem que a fase entre o final da adolescência é aos vinte e poucos anos, sendo uma etapa de transição chamada início da vida adulta.

Para compreender de forma ampla essa transição, precisamos conhecer mais sobre o cérebro e iremos abordar suas três partes principais, de acordo com Papalia:

O cérebro divide-se em duas partes: Diencefalo e Telencefalo, enquanto o tronco encefálico e cerebelo fazem parte do Encéfalo. O tronco encefálico controla funções corporais básicas como respiração, sono, circulação e reflexos. O cerebelo coordena a atividade sensório-motora. O encéfalo controla pensamento, memória, linguagem e as emoções, bem como os inputs sensoriais e o controle motor consciente. O encéfalo está dividido em duas metades, ou hemisférios, cada qual composta de quatro seções ou lobos: lobo occipital, lobo temporal, lobo parietal e lobo frontal. O córtex cerebral é a sede da atividade mental. Funções sensoriais e motoras estão distribuídas em regiões específicas do córtex cerebral. (Papalia, 2013, p.153).

Pensando na divisão do cérebro e do quanto está acontecendo nessa fase do início da vida adulta, uma pergunta fica, o que significa ser adulto? E que fatores afetam esse momento de ser um jovem adulto? Alguns cientistas do desenvolvimento sugerem que, para os muitos jovens nas sociedades industrializadas, o fim da adolescência e a fase intermediária e final da segunda década de vida tornaram-se um período característico do curso de vida, o início da vida adulta. (Papalia, 2013).

A capacidade para o pensamento reflexivo parece surgir entre as idades de 20 e 25 anos. Antes dessa fase, são as regiões corticais do cérebro que cuidam do pensamento de nível superior totalmente mielinizado. Ao mesmo tempo, o cérebro está formando novos neurônios, sinapses e conexões dendríticas. Um ambiente rico e estimulante pode impulsionar o desenvolvimento de conexões corticais mais espessas e mais densas. Embora quase todos os adultos desenvolvam a capacidade de se tornar pensadores reflexivos, poucos obtêm uma ótima proficiência nessa habilidade, e um número ainda menor sabe aplicá-la consistentemente a vários tipos de problemas. (Fischer e Pruyne, 2003 apud Papalia, 2013, p. 466-467).

E para poder compreender melhor sobre tornar-se adulto, é necessário aprender mais sobre algumas estruturas cerebrais como o córtex cerebral, pois todos os sistemas do encéfalo que são responsáveis pelo processamento das percepções, pela geração do movimento voluntário, pelo aprendizado, pela linguagem e pela cognição convergem para este órgão.

O raciocínio lógico, que por sua vez depende das funções cognitivas do CPF (córtex pré-frontal), não atinge o desenvolvimento completo até os 12 anos, altura em que o pré-frontal atinge o desenvolvimento completo. O maior período de desenvolvimento ocorre na idade de 6 a 9 anos com efeitos mais moderados entre as idades de 9 e 12 anos, e níveis de desempenho moderados em adultos durante a adolescência e às vezes também até os 20 anos. (Santos, 2002).

O córtex pré-frontal (PFC) desempenha um papel chave em funções cognitivas como a atenção, tomada de decisão e working memory (WM), comprometidas em condições dolorosas persistentes. A dopamina (DA) tem uma especial importância na neuromodulação da atividade do PFC e a deficiente sinalização dopaminérgica nesta estrutura está correlacionada com a manifestação de défices cognitivos, observáveis durante a persistência de síndromes dolorosas. (Paiva, 2014, p.9).

Sendo assim, é essencial estar no controle de todos os nossos atos conscientes, pensamentos e da nossa habilidade de reagir voluntariamente a qualquer estímulo do ambiente. (Santos, 2002).

Outro ponto importante é a plasticidade sináptica que é a capacidade do nosso cérebro de se adaptar quando recebe estímulos do ambiente. Isso quer dizer que o cérebro muda com o tempo, de acordo com o que vivemos e aprendemos. Essas mudanças acontecem nas conexões entre os neurônios, chamadas sinapses, que se modificam conforme o que sentimos e percebemos ao nosso redor. (Junior; Oliveira; Faria, 2011). As modificações sinápticas não se restringem a algum período do desenvolvimento e ocorrem em todos os momentos em que há aprendizagem. (Kandel, 2000).

Por exemplo, também é possível abordar sobre outras estruturas que compõe o cérebro, como a amígdala, no qual pessoas com autismo podem ter alterações. Por causa disso, elas têm dificuldade para entender o que outra pessoa está sentindo só olhando para os olhos dela. E surgiu a ideia de que o autismo pode estar ligado a problemas nessa parte do cérebro, chamada de “teoria do transtorno da amígdala no autismo”. (Baron-Cohen et al 1994 apud Kandel, 2000).

Com isso, vemos quantos fatores estão envolvidos na transição do tornar-se adulto, e que não há como separar o comportamento de sua base biológica. Entretanto, é importante ressaltar que o sistema nervoso é apenas condição necessária para que o comportamento, os pensamentos e sentimentos ocorram. (Junior; Oliveira; Faria, 2011, p. 26).

2.2 Intersecções entre o Mercado de Trabalho, a Psicologia Social e a Neurociência

Segundo o relatório: Tendências globais de emprego para os jovens (ILO, 2017) ao longo do tempo, várias mudanças na tecnologia mudaram a forma como as pessoas trabalham. Hoje, estamos passando por a chamada Quarta Revolução Industrial, uma fase com muitas novas tecnologias que podem mudar bastante a quantidade e o tipo de empregos que existem. Algumas dessas tecnologias podem substituir o trabalho das pessoas, enquanto outras ajudam e melhoram o que elas

fazem. Ainda não sabemos exatamente qual vai ser o resultado disso tudo, mas é certo que essas mudanças vão atingir cada pessoa de um jeito diferente.

Hoje em dia, na transição de virar adulto, não é mais tão claro como era para as gerações antigas. Atualmente, as coisas mudam muito rápido e os caminhos cada vez são mais incertos. Cada um acaba tendo que criar seu próprio jeito de ser adulto, muitas vezes sem ter um modelo “padrão” claro para seguir. Além disso, as formas de viver como adulto também mudaram. Os relacionamentos amorosos, o trabalho e a vida em geral estão mais variados e cheios de escolhas. Por isso, cada pessoa constrói sua vida junto com os outros e que o mundo está sempre mudando. Nada mais é totalmente certo ou garantido. (Szapiro; Resende, 2010).

De acordo com Kassin et al (2020, p. 5): “A psicologia social é o estudo científico de como os indivíduos pensam, sentem e se comportam em um contexto social.”. E a neurociência e a Psicologia social conseguem ter uma boa interlocução, pois de acordo com a neurociência social, é parte de um conjunto florescente de pesquisas que explora como o mundo social afeta o cérebro e a biologia, e vice-versa.

E algo que se conecta é o crescimento dos estudos sobre o cérebro que ajudou a criar uma área chamada neurociência social. Nela, médicos, psicólogos e cientistas que estudam o cérebro começaram a trabalhar juntos. Eles pesquisam como o convívio com outras pessoas e as regras da sociedade influenciam o jeito que pensamos e agimos. Por causa disso, alguns sociólogos, que são os especialistas que estudam a sociedade, também começaram a se interessar e a trabalhar com os estudos sobre o corpo e o cérebro (Schutt et al, 2015 apud Lacerda, 2021).

A fase de transição para a vida adulta é vista, hoje em dia, como uma etapa própria da vida, com seus próprios desafios e chances. Esse período costuma acontecer em dois momentos: primeiro, uma fase mais livre, voltada para aproveitar a vida, experimentar coisas novas e se divertir, depois, uma fase mais estável, em que a pessoa começa a pensar em formar família e assumir responsabilidades, como casar e ter filhos. Mesmo com caminhos diferentes e menos previsíveis hoje em dia, ainda dá para perceber certos padrões nesse processo de virar adulto. (Guerreiro; Abrantes, 2005).

Esses padrões não são simplesmente escolhas individuais, mas estão ligados a fatores como a origem social da pessoa, sua escolaridade, o tipo de trabalho que se consegue, os valores culturais, os papéis de gênero e o apoio que recebe de outras pessoas ou instituições. Além disso, essa transição acontece num cenário onde há

tanto oportunidades, quanto riscos. Por isso, fala-se em "transições incertas", já que quase todos os jovens passam por algum tipo de incerteza nesse momento. Para alguns, essa incerteza vem do grande número de opções disponíveis. Para outros, vem das dificuldades em sair de situações de pobreza, falta de oportunidades e instabilidade social. (Guerreiro; Abrantes, 2005).

E Fonseca (2013, p. 35) fala que o cérebro “[...] tem a capacidade de captar e armazenar uma quantidade infinita de informações e de imediato, ou quase instantaneamente, pode manipulá-la, não só em termos de passado, mas também adequá-las a situações inéditas e imprevisíveis em termos de futuro”. Essas experiências criam conexões no nosso cérebro que usamos depois para entender e lidar com situações diferentes no dia a dia. A gente percebe que aprender está ligado a tudo isso. (Conceição; Amorim, 2021).

Com toda essa relação sobre psicologia social e neurociência, dá para entender melhor como o nosso cérebro se comporta quando estamos com outras pessoas. Um exemplo interessante é algo chamado sincronização neural, que acontece quando duas ou mais pessoas fazem algo juntas ao mesmo tempo, como um trabalho em grupo. Nesses momentos, os cérebros começam a “funcionar juntos”, como se estivessem conectados. Isso mostra que nossas relações sociais não envolvem só sentimentos e pensamentos, mas também uma ligação real entre os nossos cérebros. (Costa, 2023)

2.3 O Impacto dos Programas de Desenvolvimento Corporativo na vida de Jovens Adultos em situação de Vulnerabilidade Social

Compreende-se que o trabalho tem forte influência no processo de reconhecimento do sujeito em sociedade. E se tratando dos jovens, isso tem sido cada vez mais prematuro. De acordo com a Organização Mundial da Saúde se considera a juventude como o período que se estende dos 15 aos 24 anos (Ventura, 2007, apud Macedo).

Um outro motivo de discriminação é o estigma de morar na periferia, que é associada com miséria, violência e criminalidade. Assim, o local de moradia, por si só, é um fator de exclusão no trabalho e na escola. Tais discriminações são reforçadas por não aceitarem, os adultos e a mídia, uma maneira de vestir que é peculiar não somente a esses jovens, os pobres.

Segundo o IBGE, em 2022, cerca de 11 milhões de jovens entre 15 e 29 anos estavam na condição de “nem-nem”, ou seja, não estudavam e não trabalhavam. No qual, representa um em cada cinco jovens dessa idade. Ter tantos jovens nessa situação causa vários problemas para a sociedade, como o aumento da dependência de ajuda social e a continuidade da pobreza de pais para filhos. (Henriques, 2024).

Outro aspecto importante para se destacar que ainda de acordo com a síntese de indicadores sociais do IBGE de 2023, a distribuição de gênero e raça entre os jovens na condição de “nem-nem” revela disparidades significativas: 43,3% são mulheres pretas ou pardas, 24,3% são homens pretos ou pardos, 20,1% são mulheres brancas e 11,4% são homens brancos. Ao pensarmos nos jovens “nem-nem”, o perfil mais provável é de uma mulher preta ou parda, o mesmo entre aqueles que mais sofrem os impactos das desigualdades sociais no país. (Henriques, 2024, p.13)

De acordo com Guareschi et al. (2003) apud Rocha (2014), em uma pesquisa realizada com jovens de uma comunidade periférica, foi possível identificar que eles fazem uma distinção clara entre serviço, emprego e trabalho. Para esses jovens, o “serviço” é visto como a execução de tarefas sem a formalização de um vínculo empregatício; o “emprego” está associado a ocupações em órgãos públicos ou empresas estatais; já o “trabalho”, com a ideia de maior estabilidade, é relacionado a funções exercidas em empresas privadas. Além disso, quem possui um serviço ou emprego é considerado “trabalhador” e, por isso, se diferencia daqueles rotulados como indigentes, vagabundos, criminosos ou marginais.

Vemos esses números e pesquisa, então refletimos: O que está acontecendo? E uma pesquisa mapeou 800 empresas no Brasil identificou que as habilidades socioemocionais, como o interesse em aprender, a capacidade de comunicar ideias, colaborar, ouvir e negociar com colegas e superiores, representam as maiores barreiras para a contratação em vagas de nível médio e técnico. As empresas demonstram preferência por candidatos que já apresentem competências socioemocionais desenvolvidas, optando por complementar apenas os aspectos técnicos necessários para o cargo. (Henriques, 2024).

Das empresas participantes do estudo, 57% consideram como requisito obrigatório a demonstração dessas competências socioemocionais ao longo do processo de seleção e manifestaram que aspectos comportamentais são os mais relevantes para demissões de jovens nas vagas de nível médio. Por parte dos contratantes, existe uma expectativa de que essas habilidades devem ser desenvolvidas “em casa” ou pela escola, e que há maior dificuldade em ensiná-las no ambiente da empresa. (Henriques, 2024, p.14).

De acordo com Henriques, a implementação de programas de mentoria, nos quais profissionais experientes acompanham e orientam jovens de diferentes contextos sociais e culturais, pode contribuir para a construção de um ambiente corporativo mais acolhedor e inclusivo. Isso tende a fortalecer a imagem positiva da empresa e atrair, cada vez mais, candidatos desses grupos para oportunidades de trabalho. (Henriques, 2024).

De modo geral, o jovem profissional é considerado fundamental para as empresas, pois sua entrada no mercado de trabalho, através de programas como jovem aprendiz, estágio e trainee, traz benefícios para ambos os lados. Para o jovem, essa oportunidade permite adquirir experiência prática na área em que deseja desenvolver sua carreira. Para os gestores, é uma chance de avaliar o desempenho do colaborador e decidir se vale a pena investir nele após o fim do contrato. (Henriques, 2024).

2.4 Efeitos da tecnologia sobre o cérebro de jovens adultos

Os jovens adultos encontram-se em uma etapa da vida caracterizada por diversas transformações, tanto biológicas quanto sociais, nas quais a interação com as tecnologias digitais pode gerar impactos na capacidade de atenção, que proporciona novas perspectivas para sua compreensão. Stone (2009) foi o primeiro a descrever, em 1998, o conceito de atenção parcial contínua, entendida como um efeito da forte relação com a tecnologia. Esse conceito tem o significado de ser uma realização simultânea de diversas atividades, como responder e-mails, manter conversas e ouvir música, que gera uma atenção fragmentada entre as tarefas. Embora seja geralmente associada à multitarefa, a atenção parcial contínua possui distinções: enquanto essa última envolve a execução ao mesmo tempo de duas ou mais atividades com o intuito de obter maior eficiência, a atenção parcial contínua caracteriza-se pela constante interação e comunicação, sem foco concentrado, motivada pelo desejo de não perder nenhuma informação. (Firat, 2013).

Segundo Nardon (2006), nos últimos anos, os adolescentes estão deixando de lado as conversas presenciais e preferem se comunicar pelo mundo virtual. No qual usam chats, mensagens instantâneas, blogs, jogos online e redes sociais, dessa forma, fazendo parte de uma nova cultura em que a interação acontece quase que exclusivamente por meios eletrônicos.

O poder que as tecnologias digitais exercem sobre os adolescentes afeta sua cognição, devido ao fato de as estimulações audiovisuais e emocionais estarem em sua atividade máxima. O grande volume de dados recebidos pelo cérebro, em forma de texto, imagens e vídeos, pode fazer com que a memória de trabalho fique saturada e haja uma sobrecarga cognitiva. (Silva; Silva, 2017).

Além disso, segundo informações do Instituto Nacional de Ciências Médicas Gerais dos Estados Unidos (NIGMS), a exposição à luz de telas durante a noite pode interferir no funcionamento do relógio biológico. Essa interferência pode prejudicar a qualidade do sono e estar relacionada ao surgimento de problemas de saúde crônicos, como obesidade, diabetes e até mesmo depressão. (Redação National Geographic Brasil, 2023).

Segundo Nasti e Milazzo (2018), mesmo que ainda não seja considerado um diagnóstico oficial, o uso exagerado e compulsivo das redes sociais tem sido visto, recentemente, como um tipo de vício comportamental. Alguns estudos mostram que esse problema pode causar sintomas físicos parecidos com os de outros vícios, como dificuldade para dormir e problemas de saúde ligados à falta de uso, como acontece na abstinência.

2.5 Contribuições da Psicanálise, da Inteligência Emocional e da Arteterapia para o Desenvolvimento de Jovens Adultos

A compreensão do consciente e inconsciente tem papel fundamental para aumentar a inteligência emocional. De acordo com Freud (1923) “Ora, todo o nosso conhecimento está invariavelmente ligado à consciência. Só podemos vir a conhecer, mesmo o Inconsciente, tornando-o consciente. Detenhamo-nos, porém: como é isso possível? O que queremos dizer quando dizemos ‘tornar algo consciente’? Como é que isso pode ocorrer?” Com isso, vemos o quanto é importante entender o que se passa na mente, tanto o que a gente percebe quanto o que está recalcado no inconsciente, é muito importante para ter mais controle sobre as emoções.

A inteligência emocional é, por exemplo um recurso, é saber se motivar mesmo quando as coisas estão difíceis e continuar tentando alcançar um objetivo, principalmente sendo um jovem adulto, que está em busca de se reencontrar. Também envolve conseguir controlar os impulsos, com paciência para esperar o momento certo e lidar com os impulsos. Além disso, é importante ter bom humor, não deixar a

ansiedade atrapalhar o tempo todo o pensamento, saber se colocar no lugar dos outros e aprender a confiar em si mesmo. (Goleman, 1995).

Portanto, existe uma forma que tem uma relação entre psicanálise e inteligência emocional, que é a arte, sendo extremamente enriquecedora. Através da expressão criativa, podemos mergulhar nas profundezas do nosso inconsciente, compreender melhor nossas emoções e encontrar formas transformadoras de lidar com elas. A arte nos convida a explorar nosso mundo interior de maneiras únicas e nos ajuda a nos conhecermos melhor como seres humanos.

E uma prática que vem sendo estudada é a mediação da arte na comunicação apresenta algumas vantagens, entre as quais a expressão mais direta do universo emocional, pois não passa pelo crivo da racionalização que acompanha o discurso verbal. Além disso, com a atividade artística, facilitamos o contato do sujeito com suas questões por um viés criativo, e não apenas dando forma a determinado conteúdo subjetivo, mas também podendo reconfigurá-lo em novos sentidos. (Reis, 2019, p. 144).

Neste contexto, a arteterapia é usada para trabalhar questões emocionais, ajudando tanto na saúde do corpo quanto da mente. Ela se relaciona com a inteligência emocional, pois ajuda a pessoa a se expressar melhor e a entender os sentimentos dos outros de forma mais adequada. Nas terapias que usam formas de arte, o mais importante não é fazer uma obra bonita, mas sim o processo de criação. O que vale é o que a pessoa sente, pensa e vive enquanto faz a atividade artística. Esse momento pode servir para refletir sobre a própria vida e se conhecer melhor. Por isso, acredita-se que a criação artística pode ter um efeito terapêutico. Ela ajuda a pessoa a se desenvolver, a se expressar melhor e até a ver a realidade de novos jeitos, melhorando sua relação consigo mesma e com os outros. (Monteiro, 2023).

Na educação artística, a inteligência emocional não é só algo extra, mas uma parte muito importante para o aprendizado e o crescimento na arte. A ideia das inteligências múltiplas mostra que entender os próprios sentimentos e saber lidar com os outros ajuda muito quando a pessoa está criando alguma coisa. Alunos que têm uma inteligência emocional mais desenvolvida conseguem se expressar melhor por meio da arte, mostrando sentimentos mais profundos e detalhados em seus trabalhos. (Costa; Cipolla, 2025).

3 MARCO METODOLÓGICO

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) é um estudo pautado em análise qualitativa com o descritivo realizado a partir da revisão bibliográfica buscando discutir de que forma a transição da adolescência para a vida adulta pode influenciar na inserção do jovem adulto no mundo corporativo, bem como as influências do meio em que vivemos hoje, como o avanço rápido das tecnologias e as mudanças do nosso contexto contemporâneo, que tem influência nesse processo de transição.

A coleta dos dados foi realizada nas seguintes plataformas científicas: Scientific Electronic Library Online - SciELO, Google Acadêmico e Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Medline (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online). Para a elaboração da pesquisa, foram seguidas as etapas como orientam Prodanov e Freitas (2013): a) formulação e planejamento do projeto de pesquisa; b) A escolha do assunto e a delimitação do tema; c) revisão de literatura; d) justificativa; e) problema de pesquisa; f) determinação dos objetivos: geral e específicos; g) coleta de dados; h) análise e discussão dos dados; i) construção textual e j) conclusão. De acordo com Marconi e Lakatos (2007), a pesquisa bibliográfica abrange toda a bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

A fase adulta é uma parte do desenvolvimento humano. Traz novas responsabilidades, novos modos de viver e novas conquistas. Nessa fase, as pessoas tentam entender melhor essa etapa importante e longa da vida. Como é a fase mais duradoura da vida humana, é necessário compreensão, atenção especial, até porque só há pouco tempo as pessoas começaram a entender melhor o que significa ser adulto. (Santos; Antunes, 2007).

É fundamental estudar para compreender essa mudança, essa fase delicada entre ser e se tornar adulto, como propõe Arnett (2000, 2007a), no qual ele não fala só sobre um novo conceito, mas sim sobre a identificação de um novo momento de desenvolvimento nas sociedades industriais, que acontece entre os 18 e 25 anos e traz desafios e características próprias. O autor explica que é preciso criar um termo novo para essa fase por causa da flexibilidade, instabilidade e diversidade que a

definem, tornando-a diferente da adolescência, mas sem que a pessoa tenha assumido todas as responsabilidades típicas da vida adulta.

Essa nova fase de desenvolvimento é chamada de idade da instabilidade, da oportunidade, um momento em que a pessoa não é nem adolescente nem adulto, mas está entre os dois. É uma fase no qual o foco está mais em si mesmo e em explorar quem realmente é. Entre incertezas, como caminhar em uma "corda-bamba" entre a adolescência e a vida adulta que marca o luto pela infância e o nascimento de uma nova identidade, que precisa ser construída diante da perda das certezas infantis e do início de novas descobertas. (Arnett, 2000, 2006a).

De acordo com Sowell et al. (2003), o córtex frontal é a parte do cérebro que demora mais para se desenvolver completamente, tanto na sua forma quanto na sua função. Também é a última parte a alcançar a quantidade máxima de substância branca, o que geralmente acontece por volta dos 30 anos de idade e na verdade, a neurociência do desenvolvimento ainda não conseguiu ter uma precisão relacionada a uma idade cronológica em que se pode ter certeza de que a estrutura e função do cérebro estão completamente desenvolvidas. Com isso, demonstrando o quanto ainda conhecemos pouco diante do muito que temos para aprender, e reforça a singularidade de cada sujeito nesse processo.

Estudos mostram que, em tarefas que exigem atenção e controle, os adolescentes costumam usar mais partes do cérebro, principalmente quando acham a tarefa difícil. Isso pode indicar que, à medida que as pessoas ficam mais velhas, o cérebro vai se tornando por assim dizer "mais eficiente" e consegue fazer a mesma coisa com menos esforço. Essa mudança parece estar relacionada à diminuição da massa cinzenta, já que o cérebro vai eliminando conexões que não são mais tão úteis. (Casey et al., 2000; Sowell et al., 1999, apud Baird; Fugelsang, 2004).

Em cada fase da vida adulta, aparecem mudanças e momentos de crescimento. Isso inclui fases de transição, crises e mudanças emocionais e psicológicas. Essas transformações fazem parte do processo de amadurecimento e da busca pela realização pessoal. Cada jovem está em busca de encontrar-se com esse novo 'eu', enfrentando resistências, medos, angústias, desejos e sonhos, tudo misturado entre emoções e sentimentos que ainda estão sendo compreendidos. (Santos; Antunes, 2007).

A juventude é uma fase da vida, igual à infância, à idade adulta e à velhice. É uma etapa que as pessoas passam, ligada ao crescimento do corpo e da mente. A

juventude é um momento de mudança, que fica entre a infância, quando a pessoa vive mais no seu mundo e pensa de um jeito simples, e a vida adulta, quando a pessoa vive no mundo da sociedade e pensa de forma mais lógica. Por isso, se é estudado sobre os jovens para entender tanto como eles se adaptam à sociedade, quanto os problemas que podem acontecer. (Groppo, 2017).

Além disso, os jovens têm o desafio de imaginar e planejar o futuro, mas isso não garante que tudo vai acontecer como eles esperam. Mesmo com sonhos e chances se abrindo, não dá para saber se o futuro vai combinar com cada um. Pois, de acordo com Pochmann (2012) e Comin (2015), apud Ferreira e Pomponet (2019), apontam que as desigualdades atuais no mercado de trabalho brasileiro estão relacionadas a estruturas sociais históricas que ainda não foram superadas, ligadas ao período anterior à urbanização, na década de 1960. Os traços do modelo agrário, marcados pela colonização e pela escravidão, teriam influenciado negativamente a modernização da economia brasileira.

Com essa relação de desigualdades, os jovens sentem que são tratados de forma discriminatória por vários motivos: por serem jovens, por morarem em bairros periféricos ou favelas, pela aparência, pelas roupas que usam, pela cor da pele e até por não conseguirem se matricular em escolas de outros bairros. Muitas vezes, também enfrentam críticas quando participam de atividades como dança ou música. (Castro; Abramovay, 2002).

Hoje em dia, muitos jovens enfrentam dificuldades emocionais cada vez mais cedo. Segundo Goleman (1995), a depressão tem se tornado mais comum, e embora uma parte disso esteja ligada à genética, outra parte está relacionada a padrões de pensamento pessimistas que podem ser mudados. Coisas do cotidiano, como uma nota baixa, uma discussão com os pais ou rejeição social, acabam sendo vistas como grandes derrotas, o que leva muitos adolescentes a se sentirem tristes e desanimados por longos períodos.

Esse problema mostra como é importante desenvolver a inteligência emocional desde cedo. Goleman explica que a inteligência emocional depende do bom funcionamento entre duas partes do cérebro: o sistema límbico, que comanda as emoções, e o neocórtex, responsável pelo raciocínio. Quando esses dois sistemas trabalham em harmonia, conseguimos pensar melhor e lidar de forma mais saudável com nossos sentimentos. E, nessa dança entre corpo e mente, o sujeito busca equilíbrio e sentido, numa tentativa contínua de simplesmente ser. (Goleman, 1995).

Nesse sentido, a antiga recomendação de Sócrates - "Conhece-te a ti mesmo" - continua atual. Ser capaz de perceber o que estamos sentindo quando sentimos é o primeiro passo para não deixar que pequenas frustrações se transformem em grandes sofrimentos. Esse tipo de autoconhecimento é a base da inteligência emocional, pois é somente dessa forma que os jovens podem desenvolver resiliência no meio social e poder cultivar paciência e mais compaixão ao seu próprio processo de crescimento. (Goleman, 1995).

Para isso, diversos recursos podem ser de grande ajuda nesse momento de transição, como a arteterapia, mas também poderíamos citar aqui a terapia tradicional, dentro do setting terapêutico, a dança, as artes marciais ou até mesmo o simples ato de conversar. Cada caminho tem possibilidade de oferecer um espaço de escuta, expressão e construção de si. Mas, é importante destacar que a arteterapia pode ajudar bastante em fases da vida em que acontecem muitas mudanças no corpo, nas emoções e no jeito de se relacionar com os outros. O trabalho do arteterapeuta, junto com profissionais da educação e da saúde, ajuda no desenvolvimento completo da criança ou do adolescente. Essa abordagem facilita a comunicação, principalmente para aqueles que têm dificuldades para falar ou algum tipo de transtorno do desenvolvimento (Pediakinder, 2024).

A literatura evidencia que, especialmente em situações de vulnerabilidade social, a expressão artística mediada por profissionais qualificados potencializa a linguagem afetiva, estimulando emoções positivas, a empatia e o autocuidado. Com isso, se demonstra o quanto é importante a expressão para o bem-estar e para o processo de autoconhecimento. (Unigrande, 2023).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir deste estudo, foi possível compreender que esse processo entre ser e tornar-se adulto é complexo e cheio de desafios. Muitos jovens alternam entre estudar e trabalhar, entre dúvidas, pressões e um mercado de trabalho que exige cada vez mais e mais.

Ao estudar sobre a neurociência e sua conexão com a psicologia social, o trabalho trouxe que o desenvolvimento do sujeito não acontece de maneira linear, mas sim conectado com diversos fatores, que são eles, biológicos, sociais e emocionais, que acontecem de forma integrada. Se trouxe que os Programas de Desenvolvimento

oferecidos por empresas puderam ser vistos como recursos essenciais de apoio para a construção da própria identidade desses jovens, no qual está em formação, e não apenas como uma forma de estratégia de formação técnica.

Além disso, se analisou que a entrada no mundo do trabalho, principalmente para jovens que se encontram em situação de vulnerabilidade social, representa uma oportunidade, mas também um desafio. Diante desse cenário, ficou evidente sobre o impacto que é causado pelas desigualdades, das questões sociais e da ausência de suporte emocional, questões como essa que podem dificultar a jornada profissional desses jovens.

Nesse contexto de dificuldades e mudanças, os estudos também se voltaram para compreender sobre a inteligência emocional que se torna essencial nesse momento, pois ajuda o jovem adulto a lidar melhor com suas emoções, controlar impulsos e enfrentar os desafios com mais equilíbrio e maturidade.

Ao mesmo tempo, ao analisar a psicanálise e a importância do inconsciente, ficou claro que conhecer a si mesmo, tanto o que está à vista, no nosso consciente, quanto o que está recalcado em nosso inconsciente, é fundamental para desenvolver a inteligência emocional. Como Freud apontou, só podemos mudar o que se torna consciente. Assim, entender nossas emoções mais profundas pode nos ajudar a ter mais controle e clareza na vida adulta.

Um ponto importante estudado foi a conexão entre psicanálise, inteligência emocional e arteterapia. A arte se mostrou uma ferramenta nesse processo de autoconhecimento, pois permite que o jovem possa se expressar. Através da criação artística, é possível entrar em contato com seu mundo interior, trabalhar emoções difíceis e transformar sentimentos em algo mais compreensível. A arteterapia, portanto, contribui não apenas para a saúde mental, mas também para o desenvolvimento pessoal e relacional.

Por fim, o trabalho buscou despertar um olhar sensível sobre o processo de tornar-se adulto. Através desse estudo, foi possível trazer reflexões que são essenciais de terem continuidade para trazer mais visibilidade e impacto em políticas públicas, ações educacionais, práticas organizacionais mais humanizadas nas empresas, que possam considerar o jovem não só como uma força de trabalho, e sim como um sujeito em construção, que é único da sua forma, tem sua história, limites e potenciais que merecem ser desenvolvidos, reconhecidos e valorizados dentro dos espaços que ocupam.

REFERÊNCIAS

ALBRIGHT, T. D.; KANDEL, E. R.; POSNER, M. I. Cognitive neuroscience. **Current Opinion in Neurobiology**, London, v. 10, n. 5, 2000.

ARNETT, J. J. Emerging adulthood: a theory of development from the late teens through the twenties. **American Psychologist**, 2000.

ARNETT, J. J. **Emerging adulthood**: understanding the new way of coming of age. In: ARNETT, J. J.; TANNER, J. L. (eds.). *Emerging adulthood*. 2006a.

ARNETT, J. J. Emerging adulthood: what is it, and what is it good for? **Child Development Perspectives**, v. 1, n. 2, p. 68-73, 2007a.

BAIRD, A. A.; FUGELSANG, J. A. The emergence of consequential thought: evidence from neuroscience. **Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci**, v. 359, p. 1797-1804, 2004.

BOCK, A. M. **A psicologia e as psicologias**. 1999. Disponível em: https://www.inesul.edu.br/professor/arquivos_alunos/doc_1472159178.pdf. Acesso em: 10 maio 2025.

CASTRO, M. G.; ABRAMOVAY, M. **Jovens em situação de pobreza, vulnerabilidades sociais e violências**. 2002.

COSTA, R. L. S. Neurociência e aprendizagem. **Revista Brasileira de Educação**, v.28, e280010, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/ZPmWbM6n7JN5vbfj8hfbfK/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 10 maio 2025.

COSTA, M. F. B.; CIPOLLA, C. H. Habilidades transversais para a sustentabilidade no ensino superior: um estudo qualitativo multifásico. **Sustentabilidade**, v. 17, n. 2, p. 377, 2025.

CONCEIÇÃO, H.; AMORIM, A. **Neuroscience and Significant Learning acting in training the educator of youth and adult education**, 2021.

FERREIRA, M. I. C.; POMPONET, A. S. Escolaridade e trabalho: juventude e desigualdades. **Revista de Ciências Sociais**, Fortaleza, v. 50, n. 3, p. 267-302, nov. 2019/fev. 2020.

FIRAT, M. Continuous partial attention as a problematic technology use: A case of educators. **Journal of Educators Online**, v. 10, n. 2, p. 1-20, 2013.

FONSECA, V. **Cognição, neuropsicologia e aprendizagem**: abordagem neuropsicológica e psicopedagógica. 6.ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

FREUD, S. **Obras completas**: volume XIX - o ego e o id e outros trabalhos (1923-1925). Rio de Janeiro: Imago, 1976.

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.

FREITAS, G. B.; OLIVEIRA, C. Entre o ser e o tornar-se: neurociência, psicologia social e psicanálise na formação do jovem adulto. **RGSN - Revista Gestão, Sustentabilidade e Negócios**, Porto Alegre, v. 14, n. 1, p. 50-71, jun. 2026.

GUERREIRO, M. das D.; ABRANTES, P. Como tornar-se adulto: processos de transição na modernidade avançada. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, São Paulo, v. 20, n. 58, p. 157-212, jun. 2005.

GROPPO, L. A. **Juventudes e políticas públicas**: comentários sobre as concepções sociológicas de juventude. n. 14, ano 5, mar. 2017.

INTERNATIONAL LABOUR ORGANIZATION. **Global Employment Trends for Youth 2017**: paths to a better working future. Geneva: ILO, 2017. Disponível em: <https://www.ilo.org/publications/major-publications/global-employment-trends-youth-2017-paths-better-working-future>. Acesso em: 10 maio 2025.

INTERNATIONAL LABOUR ORGANIZATION. **Global Employment Trends for Youth 2020**: technology and the future of jobs. Geneva: ILO, 2020. Disponível em: https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/@publ/documents/publication/wcms_737648.pdf. Acesso em: 10 maio 2025.

HENRIQUES, R.; WEI, G. **Juventude, educação e mercado de trabalho**. Fundação Dom Cabral, 2024. Disponível em: <https://www.fdc.org.br/conhecimento/publicacoes/livro-eletronico-e-book-36381>. Acesso em: 10 maio 2025.

KASSIN, S. M.; FEIN, S.; MARKUS, H. R. **Social psychology**. 11.ed. Belmont, CA: Wadsworth Publishing, 2020.

LACERDA, A. L. R. Sob o espectro da neurociência: a neurossociologia, a psicologia social e as abordagens biossociais. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 41, e221265, p. 1-13, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-370300322126>. Acesso em: 10 maio 2025.

LEVISKY, D. L. **Adolescência**: reflexões psicanalíticas. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1995.

MACEDO, É. V. B.; GONÇALVES, K. T. de S.; COIMBRA, K. F. **Os jovens em situação de vulnerabilidade e os obstáculos para inserção no mercado de trabalho**.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia científica**: ciência e conhecimento científico, métodos científicos, teoria, hipóteses e variáveis. 5.ed. São Paulo: Atlas, 2007.

LOURÃO JÚNIOR, C. A.; OLIVEIRA, A. O.; FARIA, E. L. B. **Neurociência cognitiva e desenvolvimento humano**, 2011.

MONTEIRO, I. Arte e saúde mental: a criatividade artística como intervenção terapêutica. **Convergências**, Castelo Branco, v. 16, n. 32, 30 nov. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.53681/c1514225187514391s.32.197>. Acesso em: 10 maio 2025.

FREITAS, G. B.; OLIVEIRA, C. Entre o ser e o tornar-se: neurociência, psicologia social e psicanálise na formação do jovem adulto. **RGSN - Revista Gestão, Sustentabilidade e Negócios**, Porto Alegre, v. 14, n. 1, p. 50-71, jun. 2026.

NARDON, F. A. **A relação interpessoal dos adolescentes no mundo virtual e no mundo concreto**. Trabalho de Conclusão de Curso. Criciúma: Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2006.

NASTI, L.; MILAZZO, P. A Hybrid Automata model of social networking addiction. **Journal of Logical and Algebraic Methods in Programming**, v. 100, p. 215-229, 2018. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352220818300208>. Acesso em: 10 maio 2025.

NATIONAL GEOGRAPHIC BRASIL. **Como o uso excessivo das telas afeta o cérebro**. Brasil, 24 fev. 2023.

PAIVA, P. M. C. **O papel do córtex pré-frontal medial no processamento de working memory**: estimulação optogenética local e modulação farmacológica dos recetores de dopamina D2 para a reversão de défices, 2014.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. 12.ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PEREIRA, A. S.; KIPPER, L. M.; DAL FORNO, A. J.; PERALTA, C. B. L.; MORAES, J. A. R. **A revolução da Indústria 4.0**: transformando desafios em oportunidades. Pelotas: Universidade Federal de Pelotas, v. 6, n. 2, p. 1-15, 2023.

PEDIAKINDER. **Arteterapia**, 2024.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do trabalho científico**: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. 2.ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

REIS, A. C. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do psicólogo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 34, n. 1, p. 142-157, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/5vdgTHLvfkzynKFHnR84jqP/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 10 maio 2025.

ROCHA, L. F. Teoria das representações sociais: a ruptura de paradigmas das correntes clássicas das teorias psicológicas. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 34, n. 1, p. 32-45, mar. 2014.

SALLA, F. **Neurociência**: como ela ajuda a entender a aprendizagem. Nova Escola, 15 jun. 2012.

SAWAIA, B. B. **Psicologia Social; aspectos epistemológicos e éticos**: novas Veredas da Psicologia Social, São Paulo, Brasiliense/EDUC, 1995.

SOWELL, E. R.; PETERSON, B. S.; THOMPSON, P. M.; WELCOME, S. E.; HENKENIUS, A. L.; TOGA, A. W. **Mapping cortical change across the human life span**, 2003.

SANTOS, J. **Neurociência cognitiva**: um guia neurocientífico para o pensamento, 2024.

FREITAS, G. B.; OLIVEIRA, C. Entre o ser e o tornar-se: neurociência, psicologia social e psicanálise na formação do jovem adulto. **RGSN - Revista Gestão, Sustentabilidade e Negócios**, Porto Alegre, v. 14, n. 1, p. 50-71, jun. 2026.

SANTOS, R. O. **Estrutura e funções do córtex cerebral**, 2002.

SANTOS, B. S.; ANTUNES, D. D. Vida adulta, processos motivacionais e diversidade. **Educação**, Porto Alegre, v. 1, n. 61, p. 149-164, jan./abr. 2007.

SERFATY, C. A. **Desenvolvimento do cérebro e seus períodos críticos**. Ciência para Educação, 2022. Disponível em: https://cienciaparaeducacao.org/wp-content/uploads/2022/07/e-book-Desenvolvimento-do-ce%CC%81rebro-e-seus-peri%CC%81odos-cri%CC%81ticos_ClaudioSerfaty.pdf. Acesso em: 10 maio 2025.

SILVA, T. O.; SILVA, L. T. G. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. **Revista Psicopedagogia**, João Pessoa, v. 34, n. 103, p. 87-97, 2017.

SILVA, A. L. Inteligência emocional: uma perspectiva da neurociência. **Cognitionis**, v. 1, n. 1, p. 1-10, 2020. Disponível em: <https://revista.cognitioniss.org/index.php/cogn/article/view/79>. Acesso em: 10 maio 2025.

SZAPIRO, A. M.; RESENDE, C. M. de A. Juventude: etapa da vida ou estilo de vida? **Psicologia & Sociedade**, v. 22, n. 1, p. 43-49, 2010.

STAUBER, B.; WALTHER, A. **Introdução**: jovens adultos na Europa: transições, políticas e mudanças sociais. Jovens adultos na Europa, 2002.

UNIGRANDE. **A arteterapia e o papel do psicólogo como mediador da linguagem afetiva no público infantil em situação de vulnerabilidade social**, 2023.

WONG, V. **Youth transition to work in an age of uncertainty and insecurity: Towards an expanded notion of work for insight and innovation**, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/348150063_Youth_transition_to_work_in_a_n_age_of_uncertainty_and_insecurity_Towards_an_expanded_notion_of_work_for_insight_and_innovation. Acesso em: 10 maio 2025.