



Pró-reitoria de Pesquisa e Extensão

Nome do projeto

importância do auto cuidado em processo
psicoterapeutico de grupo

Tipo de projeto

Pesquisa

Area em que se enquadra

Capacitação Profissional

Objetivos do Projeto

Objetivos do projeto

- Apresentar...o projeto dos Grupos psicoterápicos da facunicamps.
- Conscientizar... sobre como os grupos podem auxiliar em questões de convivência.
- Promover...a capacitação dos estagiários

Cursos participantes

TODOS OS CURSOS
ADMINISTRAÇÃO
BIOMEDICINA
CIÊNCIAS CONTÁBEIS
DIREITO
EDUCAÇÃO FÍSICA
ENFERMAGEM
ENGENHARIA CIVIL
ENGENHARIA DE PRODUÇÃO
ESTÉTICA E COSMÉTICA
FARMÁCIA
FISIOTERAPIA
INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL
NUTRIÇÃO
ODONTOLOGIA
PEDAGOGIA
PSICOLOGIA
SERVIÇO SOCIAL

Disciplina(s) envolvida(s)

Estágios profissionais de grupo das professoras
Andrea Palmerston e Lúcia Kratz

Nome do responsável pelo projeto

Andrea Palmerston

Dia de início

31/03/2026

Dia de término

31/03/2026

INTRODUÇÃO

As atividades de Pesquisa e Iniciação Científica desempenham um papel essencial no processo de formação no ensino superior do acadêmico do curso de PSICOLOGIA, promovendo o desenvolvimento crítico, reflexivo e inovador dos estudantes. Por meio da pesquisa, o aluno é incentivado a aprofundar seus conhecimentos, explorar soluções criativas e integrar teoria e prática, características fundamentais para a formação de profissionais capazes de enfrentar os desafios contemporâneos.

Nesse contexto, o presente projeto procura destacar não apenas a relevância científica do tema, mas também seu potencial como ferramenta pedagógica para o aprendizado ativo. A pesquisa permite que os estudantes não sejam meros receptores de informações, mas protagonistas na construção do conhecimento, exercitando competências como análise crítica, autonomia e comunicação científica.

A realização deste projeto está fundamentada na premissa de que a pesquisa acadêmica é uma atividade indispensável para consolidar a formação superior, ao oferecer aos discentes oportunidades de vivenciar a produção de conhecimento de maneira prática e aplicada. Por meio da investigação, espera-se não apenas contribuir para a compreensão e o avanço do tema estudado, mas também reforçar o papel da pesquisa como um dos pilares do processo de aprendizagem no ensino superior.

JUSTIFICATIVA

As atividades de Iniciação Científica no ensino superior são fundamentais para consolidar a formação acadêmica, pois proporcionam um ambiente que estimula a curiosidade científica, a criatividade e a busca por soluções para questões complexas. A pesquisa permite que os estudantes explorem novos horizontes de conhecimento, ampliando sua compreensão sobre as diferentes áreas de estudo e conectando-as às demandas da sociedade.

Além de fomentar a construção de saberes, a pesquisa contribui diretamente para a formação de um pensamento inovador, preparando os alunos para lidar com cenários desafiadores e em constante transformação.

Nesse contexto, este projeto se desenvolverá na área de Capacitação Profissional, onde se torna ferramenta indispensável para a qualificação profissional e o desenvolvimento de competências que ultrapassam o âmbito técnico, envolvendo também a ética, a colaboração e a responsabilidade social.

Dessa forma, justifica-se a relevância deste trabalho, não apenas pelo tema a ser abordado, mas também pela sua contribuição para a formação integral dos estudantes.

METODOLOGIA

A metodologia desempenha um papel essencial em qualquer projeto de pesquisa, pois é por meio dela que se define o caminho a ser seguido para alcançar os objetivos propostos. Ela garante a organização e o rigor necessários para a condução das etapas do estudo, permitindo que os resultados obtidos sejam confiáveis, relevantes e fundamentados.

Além disso, a metodologia proporciona transparência ao processo de pesquisa, permitindo que outros pesquisadores compreendam e eventualmente repliquem as etapas do estudo, contribuindo para a validação científica dos resultados. Assim, ela não apenas orienta a execução do projeto, mas também reforça a credibilidade e o impacto do conhecimento produzido.

Este projeto visa em síntese atingir como público alvo PSIP401M224 /PSIP101M126 servindo como um guia que conecta os objetivos propostos às conclusões alcançadas tendo como proposta de atividade um(a) Pesquisa, assegurando que o trabalho seja realizado de forma sistemática, ética e fundamentada, fortalecendo sua relevância acadêmica e prática.

Este projeto de Iniciação Científica visa trazer como produto final: Processo. O resultado final de um projeto de pesquisa é uma das etapas mais importantes, pois representa a concretização de todo o esforço, dedicação e recursos investidos ao longo do processo. Ele é o produto que traduz as hipóteses testadas, os dados analisados e as conclusões alcançadas, permitindo que o conhecimento gerado seja compartilhado, avaliado e aplicado.

ATIVIDADES

ATIVIDADES PREVISTAS

Atividade: Palestras: Grups psicoterapêuticos e sua importância.

Data: 31/03/2026

Local: AUDITÓRIO 9º ANDAR

Início: 08:00:00h

Horas certificadas: 4

Cursos autorizados: TODOS OS CURSOS, ADMINISTRAÇÃO, BIOMEDICINA, CIÊNCIAS CONTÁBEIS, DIREITO, EDUCAÇÃO FÍSICA, ENFERMAGEM, ENGENHARIA CIVIL, ENGENHARIA DE PRODUÇÃO, ESTÉTICA E COSMÉTICA, FARMÁCIA, FISIOTERAPIA, INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL, NUTRIÇÃO, ODONTOLOGIA, PEDAGOGIA, PSICOLOGIA, SERVIÇO SOCIAL

RESULTADOS

A avaliação de um projeto acadêmico não deve se limitar apenas à sua execução, mas também à análise dos resultados e impactos gerados. Para isso, o uso de indicadores é essencial, pois permite medir, de forma objetiva e sistemática, o sucesso das ações desenvolvidas.

Os indicadores possibilitam a identificação de avanços, a verificação do cumprimento dos objetivos estabelecidos e a tomada de decisões baseadas em dados concretos. Além disso, contribuem para o aperfeiçoamento de futuras iniciativas, garantindo que as práticas acadêmicas sejam cada vez mais eficazes e alinhadas às necessidades da sociedade.

Dessa forma, nossa instituição busca utilizar indicadores para monitorar e avaliar um projeto acadêmico, tornando possível quantificar impactos, comprovar a relevância das atividades desenvolvidas e propor melhorias contínuas, fortalecendo a qualidade da formação acadêmica e a conexão entre ensino, pesquisa e extensão.

- **Ressignificar o autocuidado:** Desconstruir a ideia de que cuidar de si é um luxo ou ato de egoísmo. Ensinar que é uma responsabilidade com a própria saúde e uma ferramenta de prevenção ao *burnout* e ao estresse.
- **Promover o autoconhecimento:** Estimular a identificação dos próprios limites físicos e emocionais. Ensinar o público a reconhecer o que drena suas energias e o que é realmente necessário para o seu bem-estar.
- **Incentivar a mudança de hábitos:** Apresentar de forma prática os pilares do autocuidado, como a importância de uma boa higiene do sono, alimentação equilibrada, prática de atividades físicas e momentos de lazer.
- **Melhorar a gestão do tempo e das emoções:** Fornecer ferramentas para que os participantes organizem a rotina, incluindo pausas regulares. Ajudar a desenvolver a inteligência emocional para expressar sentimentos com clareza e sem culpa.
- **Reforçar a rede de apoio:** Destacar a relevância das relações interpessoais saudáveis e a busca por ajuda profissional (psicólogos, terapeutas, médicos) sempre que necessário.

