

O QUE É TERAPIA E SEUS BENEFÍCIOS: uma pesquisa etnográfica

Carina Silva SANTOS

Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: carina.santos@feata.edu.br

Larissa Cristiane dos SANTOS

Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: larissa.santos@feata.edu.br

Laura de Olivera RODRIGUES

Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: laura.rodrigues@feata.edu.br

Mariana Soares MOREIRA

Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: mariana.moreira@feata.edu.br

Mirelle Saraiva de OLIVEIRA

Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: mirelle.oliveira@feata.edu.br

Nathália Vieira LIMA

Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: nathalia.lima@feata.edu.br

Angela Inês LIBERATTI

Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: angela.liberatti@feata.edu.br

EIXO: Ciências Humanas, Sociais e da Saúde ou Ciências Sociais Aplicadas

RESUMO

O objetivo desta pesquisa foi investigar as percepções sobre “o que é terapia e seus benefícios”. A coleta de dados, baseada no método etnográfico, foi realizada por meio de um questionário com dez perguntas, de linguagem simples, já que o público alvo era constituído por familiares dos pesquisadores. Este modelo metodológico buscou garantir que participantes de diferentes idades e familiaridade com o tema pudessem contribuir de forma significativa para o estudo. A pesquisa de campo confirmou a relevância do tema, capturando o reconhecimento dos entrevistados sobre a terapia. Majoritariamente, ela foi vista como uma ferramenta valiosa para o bem-estar. Contudo, os resultados também salientaram uma necessidade clara por maior orientação, essencial para desconstruir estigmas e fomentar abordagens mais inclusivas. As respostas demonstraram que cada participante detém uma visão singular do processo terapêutico, reforçando a complexidade e subjetividade inerentes a essa experiência. Esta pluralidade de perspectivas enriqueceu profundamente a compreensão do fenômeno, evidenciando que considerar múltiplos olhares é fundamental para uma análise

genuinamente abrangente e significativa. A diversidade de opiniões não fragmenta a compreensão, mas sim a consolida, destacando a natureza complexa do cuidado em saúde mental. Identificou-se a necessidade de desmistificar a terapia para o grande público, elucidando seu verdadeiro propósito e benefícios.

Palavras-chave: terapia; visão dos familiares; benefícios da terapia.