



XXIV SEMANA DE EXTENSÃO E XXIX JORNADA
CIENTÍFICA UNIVERSO GOIÂNIA – SEMEX HÍBRIDA

“Empreendedorismo com Responsabilidade Socioambiental”

De 28 a 31 de Outubro de 2025

APLICAÇÃO DA “DINÂMICA DO DESAFIO”: REFLEXÕES SOBRE CORAGEM E ENFRENTAMENTO DE DESAFIOS

Cleusa Souza de Moraes Araujo¹

Julia Bernardes Otoni²

Luiza Borges Bueno³

Jessica Barros Abdon Moura⁴

Yara Jenifer de Jesus Pereira⁵

RESUMO

O presente relato de experiência foi desenvolvido como parte do projeto de curricularização do curso de Psicologia, com o propósito de promover vivência prática e observação de comportamentos em grupo diante de situações desafiadoras. A atividade intitulada “Dinâmica do Desafio” foi aplicada junto a um grupo de onze adultos, com idades entre 25 e 46 anos, participantes do curso Empretec, realizado no Sebrae. A dinâmica consistiu em um momento lúdico no qual os participantes passavam um balão enquanto uma música tocava; ao interromper-se a música, quem estivesse com o balão deveria decidir se cumpriria a tarefa escrita em seu interior ou se passaria a vez. Durante a aplicação, observou-se que o grupo, por se tratar de adultos inseridos em um contexto de empreendedorismo, demonstrou maior disposição para aceitar desafios, sem receio de exposição ou constrangimento. Essa postura indicou autoconfiança e prontidão para agir frente ao desconhecido — características possivelmente relacionadas à maturidade e à proposta do curso, que incentiva coragem e proatividade. A experiência possibilitou reflexões sobre enfrentamento, superação e fortalecimento do eu, evidenciando que tais aprendizagens são igualmente valiosas em contextos juvenis e educativos. Concluiu-se que a prática contribuiu para a compreensão do papel do psicólogo na criação de espaços de autoconhecimento e incentivo à coragem, reforçando que o enfrentamento do novo constitui passo essencial para o crescimento pessoal e profissional.

Palavras-chave: Autoconfiança; Coragem; Dinâmica de grupo; Desafios; Maturidade.

¹ Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia

² Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia

³ Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia

⁴ Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia, Mestre em Ciências Ambientais e saúde - PUC, 2018.

⁵ Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia