REFLEXÕES SOBRE PENSAMENTOS DISFUNCIONAIS E RELAÇÕES INTERPESSOAIS ENTRE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL

Ms Jéssica Barros Abdon Moura [1]
Ms Icaraí Daiane Santana [2]

O projeto *Escape Psicológico* foi desenvolvido com alunos do Centro de Educação e Trabalho Pestalozzi Pró-Labor, público composto por pessoas com deficiência intelectual, com o objetivo de favorecer reflexões acerca de pensamentos disfuncionais presentes nas relações interpessoais. A intervenção ocorreu por meio de dinâmicas estruturadas com cartões contendo situações sociais do cotidiano, possibilitando aos participantes identificar crenças negativas, emoções associadas e formas de resposta comportamental. A metodologia fundamentou-se em estratégias de psicoeducação e reestruturação cognitiva, promovendo discussões coletivas e a construção de interpretações mais funcionais. Os resultados evidenciaram participação ativa dos estudantes, compreensão satisfatória das propostas e ampliação da capacidade de questionar crenças negativas relacionados a si mesmos e aos outros. Observou-se a elaboração de respostas mais equilibradas e empáticas diante das situações apresentadas. Conclui-se que o projeto contribuiu para o fortalecimento do pensamento crítico, da flexibilização cognitiva e da promoção da saúde emocional no contexto da educação inclusiva..

Palavras-chave: crenças limitantes; relações interpessoais; saúde emocional

[1] Docente da disciplina Teorias Cognitivas e Comportamentais da Universidad Salgado de Oliveira, psicóloga, mestra em Ciências Ambientais e da Saúde. (PUC-Go, 2019).

[2] Discente do curso de Psicologia pela Universidade Salgado de Oliveira (UNIVERSO), mestra em Educação (UFG, 2014) e especialista em Arteterapia (UNIPAZ/PUC-Go, 2021)