



**Universidade:
presente!**

UFRGS
PROPEAQ

XXXI SIC

CONHECIMENTO FORMACAO INOVACAO
Salão UFRGS 2019

21. 25. OUTUBRO • CAMPUS DO VALE

Evento	Salão UFRGS 2019: SIC - XXXI SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2019
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	Avaliação Qualitativa de uma Intervenção Psicológica Preventiva: Percepções sobre o Programa Mais Recursos
Autor	ALEXANDRE GAUCINISKI LOSS
Orientador	EDUARDO AUGUSTO REMOR

**Avaliação Qualitativa de uma Intervenção Psicológica Preventiva:
Percepções sobre o Programa Mais Recursos**

Autor: Alexandre Gauciniski Loss

Orientador: Eduardo Remor

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

O Programa Mais Recursos é uma intervenção psicoeducativa manualizada para a promoção de saúde e bem-estar psicológico, com finalidade preventiva. Busca desenvolver, em população adulta, os recursos psicológicos: características da personalidade que auxiliam a lidar com o estresse e situações adversas da vida. Os recursos psicológicos trabalhados durante o programa são: otimismo, autorregulação emocional, empatia, comunicação assertiva, gratidão e perdão. Trata-se de um programa com atividades desenvolvidas em grupo e conduzidas por dois facilitadores treinados. Os conteúdos são distribuídos em dez sessões, de frequência semanal, que duram, aproximadamente, 1h30min. O presente trabalho consiste numa avaliação qualitativa que contemplou quatro grupos da intervenção. Dois objetivos foram estabelecidos: (1) conhecer e explorar a experiência dos participantes no programa e (2) avaliar possíveis mudanças percebidas como relacionadas ao programa. Este estudo é parte de um projeto para a adaptação brasileira e avaliação de resultados do Programa Mais Recursos, financiado pelo CNPq (processo: 408870/2016-8) e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS (CAAE 8031692017.9.0000.5334). Os participantes eram todos membros da comunidade acadêmica da UFRGS, de diferentes cursos de graduação e pós-graduação. Os 42 participantes que iniciaram os quatro grupos da intervenção receberam um convite para participar de uma entrevista sobre o programa, através de contato realizado por e-mail. Ocorreram dois convites consecutivos com intervalo de um mês. Dentre os participantes contatados, 14 participantes que finalizaram o programa responderam o e-mail e tiveram o agendamento de uma entrevista presencial que foi realizada. Trata-se de um estudo qualitativo em que a coleta de dados foi conduzida através de um roteiro de entrevista semiestruturado, dividido em duas partes. Na primeira parte, foi abordado experiências e aprendizados relacionados ao programa, utilização de recursos psicológicos em situações cotidianas e mudanças percebidas na vida. Na segunda parte, foi abordado dificuldades percebidas, sugestões de mudanças no programa e percepções sobre o abandono de participantes. As entrevistas tiveram duração de, aproximadamente, 30 minutos, foram gravadas em áudio e, posteriormente, transcritas. Os dados serão examinados por análise temática indutiva e dedutiva, com auxílio do software NVivo. Uma análise preliminar permitiu a criação de três temas, com subtemas relacionados. (1) Percepções positivas: recursos psicológicos, autonomia e apoio social. (2) Percepções negativas: dinâmica grupal, abordagem do programa, e fatores não relacionados com o programa. (3) Mudanças sugeridas: estrutura do programa e condução do programa. Em síntese, identificou-se benefícios percebidos para todos os recursos psicológicos trabalhados durante a intervenção, com reflexos positivos em situações cotidianas. Percebeu-se, também, que o programa estimulou maior autonomia na vida e gerou apoio social a partir das experiências de interação em grupo. As percepções negativas foram mais relacionadas à dificuldades individuais que emergiram na dinâmica de trabalho em grupo e fatores individuais não relacionados ao programa. As mudanças sugeridas estiveram mais associadas à estrutura do programa. Os resultados preliminares indicaram que a intervenção facilitou mudanças positivas na vida dos participantes conforme seu objetivo, com aparente auxílio do apoio social.