



AINDA HÁ ESPERANÇA PARA NÓS: O AMOR DE DEUS É A CHAVE PARA RECUPERAR A SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO E UNIVERSITÁRIOS

DOI: 10.5281/zenodo.13377343

Raimundo Costa¹
Maria Vitória Cavalcante²
Bruna Cavalcante³

IDEIA E A APLICABILIDADE

A ideia central deste projeto é estudar e compreender o impacto do amor de Deus na saúde mental e no bem-estar dos estudantes do ensino médio e universitário, descobrindo assim uma perspectiva de esperança: a expressão “Ele não se esqueceu de nós” transmite uma mensagem de consolo, sugerindo que Deus está presente e se preocupa com os desafios que todos nós enfrentamos, também é muito importante avaliar a questão científica de o porque os jovens estão adoecendo psicologicamente, e avaliar o estopim para doenças. Este projeto ao qual escrevo busca uma possível aplicabilidade nas escolas, centro universitários e outras instituições educacionais do município de Castanhal.

1Presbítero e Líder de Missões, Adoração Church, Brasil.

2Graduanda em Licenciatura (Informática e Pedagogia), UNAMA, Brasil.

3Graduanda em Agronomia, IFPA, Brasil.



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634

ADORAÇÃO CHURCH

História

"Ser uma igreja edificada biblicamente, para levar ao mundo a salvação por meio de Cristo Jesus. E assim, gerar uma família de adoradores saudáveis e maduros, com o ardente desejo de influenciar as nações através do amor de Deus"

Nossos Valores: "Deus, família, igreja e pessoas"

Adoração Church "Adoradores saudáveis, influenciando o mundo"

INTRODUÇÃO

O principal propósito do amor de Deus é a salvação e a felicidade de todas as pessoas, o seu amor é gratuito e não depende de mérito ou trabalho, ele ama a todos, independentemente de suas circunstâncias e ações é fácil se conectar com ele, pois ele é compassivo e perdoa nossos pecados mediante ao nosso arrependimento nos concedendo a misericórdia e se tornando motivação e esperança para a humanidade!! sobre isso um dos mais importantes intelectuais cristãos do século XX, C.S. Lewis cita a seguinte frase "Eu não sou bom porque amo a Deus, mas Deus me torna bom porque me ama" isto mostra uma compreensão profunda da relação entre a graça de Deus e a natureza humana.

Atualmente, a saúde mental dos estudantes do ensino médio e universitários tornou-se uma preocupação crescente, refletindo em desafios e pressões, a busca pela aceitação, o medo do fracasso e a ansiedade quanto ao futuro são apenas alguns dos problemas que permeiam a vida desses jovens, por isto, a intenção de realizar esse projeto é por acreditar que, ao trazer uma palavra de conforto a outros podemos ajudar a aliviar suas angústias e proporcionar um sentimento de pertencimento, por isso buscamos nos aproximarmos das pessoas tanto em suas casas, escolas como em outros ambientes, tendo assim a oportunidade de mostrar que ele se importa conosco.



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634

A missão que está sendo apresentada visa não apenas promover a saúde mental, mas também fortalecer a fé dos que mais necessitam neste caso, os jovens, que constituem os mais vulneráveis da população, isto emocionalmente e espiritualmente, como está escrito:

Marcos 16:15: "Ide por todo o mundo e pregai o evangelho a toda criatura."

JUSTIFICATIVA

Este projeto justifica-se porque estudos mostram que o sentimento de pertencimento e o apoio emocional podem reduzir o nível de estresse, ansiedade e depressão, especialmente entre estudantes, eles apontam que o estopim ou a chave para o desencadeamento de seus transtornos é Pressão Acadêmica, pois há um conjunto de expectativas relacionadas ao estudante que pode gerar o abalo da mente o isolamento social, a falta de suporte emocional e de conexões significativas acarretando em sentimentos de tristeza e desesperanças!!

versículo de Mateus 11:28-29

"Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo, e aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração; e encontrareis descanso para as vossas almas."

A neurologia, como área que estuda o sistema nervoso e suas funções, descobriu a influência das experiências emocionais e espirituais na saúde mental, pesquisas mostram que práticas espirituais, como oração e meditação, podem levar a mudanças de humor que levam à felicidade, desta forma temos melhorias em áreas do cérebro otimizando nossa saúde.

O Dr. Andrew Newberg, da Universidade Thomas Jefferson, nos Estados Unidos, está entre os muitos pesquisadores que confirmam o impacto substancial da prática da oração e meditação na recuperação de doenças, por meio de estudos e pesquisas realizadas com 40.000 pacientes, ele compartilhou suas observações no livro "Como Deus altera o cérebro", publicado em 2009, desde então, várias outras pesquisas têm reforçado essa conclusão, ele diz que a oração e a meditação promovem um aumento da atividade cerebral de modo



similar à comunicação, atuando como um tipo de "exercício físico" para a mente, esse processo resulta no desenvolvimento do raciocínio até mesmo na cura de diversas enfermidades.

A ciência também buscou explorar o cantar ou seja o ato de louvar ao senhor e suas implicações em vários campos, como psicologia, sociologia e neurociência, estudos mostram que a adoração a Deus pode ter efeitos positivos significativos na autoestima, a sociedade muitas vezes vê o louvor, como uma forma de expressar gratidão, adoração e ligação ao divino, através da adoração, as pessoas encontram e renovam espiritual, levando-as acreditar em algo maior do que elas mesmas.

Salmo 20:7,diz:

Alguns confiam em carros e outros em cavalos, mas nós confiamos no nome do Senhor, o nosso Deus.”

Provérbios 3:5,7

“confie no senhor de todo o coração e não se apoie em sua própria inteligência, lembre de Deus em tudo o que fizer, e ele lhe mostrará o caminho certo.”

Portanto, este projeto justifica-se não só pela importância dos temas abordados, mas também pela base científica que suporta as suas propostas, que visam um impacto positivo na sociedade especialmente nos jovens que muitas das vezes não se sentem amados por ninguém.

PROBLEMA DA PESQUISA

Como a fé e a experiência do amor de Deus pode ser um refúgio para saúde mental de estudantes do ensino médio e universitários, especialmente em contextos de estresse, ansiedade e outras dificuldades emocionais?



OBJETIVOS

Geral

Fazer com que as pessoas se sintam amadas por Deus

Específicos

Busca compreender a relação entre espiritualidade e saúde mental e auxilia no desenvolvimento de estratégias de apoio e intervenção.

EMBASAMENTO DE DADOS

Em 2022 e 2023, a Organização Mundial da Saúde (OMS) continuou a destacar a crescente preocupação com a saúde mental no mundo, Estudos recentes indicaram que o número de pessoas afetadas por questões de saúde mental aumentou, com estimativas sugerindo que mais de 500 milhões de pessoas em todo o mundo enfrentam esses desafios, os adolescentes são os mais propensos a transtornos por isso protegê-los de experiências negativas de fatores de risco que podem afetar o seu potencial de prosperar é essencial.

Principais fatos

- O Brasil é o país com a maior prevalência desta doença na América Latina, de acordo com o relatório “Depressão e outros transtornos mentais”, da Organização Mundial da Saúde (OMS).
- 300 milhões de pessoas no mundo sofrem de depressão, segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (Opas).
- Uma em cada seis pessoas tem entre 10 e 19 anos.
- Metade de todos os problemas de saúde mental começa aos 14 anos, mas a maioria dos casos passa despercebida e sem tratamento.
- Em todo o mundo, a depressão é a principal causa de doença e incapacidade em adolescentes.



- O suicídio é a terceira principal causa de morte entre adolescentes de 15 a 19 anos.
- As consequências da não abordagem dos problemas de saúde mental dos adolescentes estendem-se até à idade adulta, prejudicando a saúde física e mental e limitando oportunidades futuras.
- Promover a saúde mental e prevenir distúrbios é essencial para ajudar os adolescentes a prosperar.

REFERENCIAL TEÓRICO

Este projeto visa explorar a relação entre a espiritualidade, encontrada no amor de Deus, e a saúde mental de estudantes do ensino médio e universitários, para isso, é fundamental que as pesquisas sejam baseadas em teorias e estudos que abordem saúde mental, sabemos que o bem-estar psicológico é um conceito multifacetado que inclui os aspectos emocionais, sociais da vida de um indivíduo. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o bem-estar psicológico é mais do que uma doença mental, porque inclui uma variedade de fatores que contribuem para o estado emocional de um indivíduo.

1. Estudantes e o bem-estar Psicológico: A Fé como Aliada para Enfrentar Batalhas

A fé pode ser uma ferramenta poderosa para lidar com desafios emocionais e psicológicos, proporcionando apoio e resiliência, e estudos mostram que uma boa vida espiritual pode ajudar os indivíduos a lidar com as adversidades, e no contexto de fé não podemos deixar de citar Martin Luther King Júnior, ele foi um pastor batista americano que se destacou e ficou conhecido por sua liderança, na luta contra a segregação racial nos Estados Unidos nas décadas de 1950 e 1960. Em muitos de seus discursos e escritos, ele falou sobre saúde mental e enfatizou a importância da fé, e da esperança como principal arma para enfrentar qualquer conflito.

A fé é dar o primeiro passo, mesmo quando você não vê a escada inteira.”

Martin Luther King Jr.



Esta mensagem pode muito bem ser direcionada para nossa juventude visto que a maioria dos estudantes estão enfrentando muitos desafios relacionados com a saúde mental, esta mensagem pode ter um significado positivo e poderoso servindo como um lembrete de que, mesmo em tempos de incerteza e dificuldade, é possível dar o primeiro passo para a cura, pois a palavra do evangelho profetiza assim.... "não temas, pois eu estou contigo; não te assombres, pois eu sou o teu Deus; eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a destra da minha justiça" (Isaías 41:10).

2. Deus entrega Jesus: A Redenção como fonte de esperança

A vida de Jesus é caracterizada por atos de amor, compaixão e cura, ele dedicou-se a ajudar os necessitados, a curar os enfermos e a confortar os aflitos, o feito principal da sua missão é a redenção, que se materializa na sua libertação na cruz. Em João 3:16 lemos: “Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna”. A crucificação de Jesus é um símbolo profundo de amor e esperança, enviando uma mensagem de redenção, perdão e a promessa de uma nova vida, em sua crucificação ele diz a uma famosa frase:

"Pai, perdoa-lhes, porque não sabem o que fazem" (Lucas 23:34).

A entrega e a redenção de Jesus como fonte de esperança podem ressoar de diferentes maneiras entre os estudantes universitários, proporcionar um espaço de reflexão pessoal e um apelo à ação compreensão de amor maior, no caso o amor de Deus, não se baseia em ricos ou pobres por isso se torna lindo e único.

A verdade é que nossos jovens estudantes clamam por ajuda, não tanto ajuda física, mas ajuda espiritual, eles necessitam de Deus e sentir sua presença pois, o mundo está cada vez mais complexo e exigente, os jovens enfrentam uma série de pressões acadêmicas e expectativas que podem ser esmagadoras. A busca por identidade, propósito e pertencimento torna-se uma jornada cheia de incertezas e muitos se sentem perdidos num mar de



informações e influências externas.

“Vocês me procurarão e me acharão quando me procurarem de todo o coração”
Jeremias 29:13

3. Louvor: Uma expressão de gratidão

O louvor, é entendido como expressão de gratidão, desempenha um papel vital na vida espiritual e emocional dos indivíduos, para estudantes do ensino médio e universitários, essa prática pode ser a chave para recuperar e manter a saúde mental, pois ele é considerado terapêutico por proporcionar benefícios emocionais, aumentando o bem estar este ato de cantar para Deus pode proporcionar um efeito calmante, o que para esses jovens poderia ser considerado bom, pois conseguiriam expressar seus sentimentos.

Muitos que acreditam em Deus sabem que ele fica feliz quando o louvamos, pois é algo profundo, é o caso da canção mexicana "Gracias" (ou "Graças" em português), que capta essa importância de agradecer, e seus versos encantam pela simplicidade, em um trecho da canção Marcos Witt diz:

“Não sei como agradecer o que tens feito por mim, só posso dar-te agora minha canção”

Em resumo suas palavras refletem um forte sentimento de gratidão, a dificuldade de colocar isso em palavras e a escolha de oferecer algo pessoal e emocional como forma de reconhecimento, uma declaração de amor, respeito e apreço.

METODOLOGIA

A metodologia deste projeto consiste, na Intervenção Evangelística em três pilares principais: o louvor, a escuta da palavra, e a sua reflexão e compartilhar nossas histórias, e esse conjunto desempenham um papel crucial na promoção da saúde mental, e no



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634

fortalecimento emocional dos alunos. Em resumo, a metodologia do projeto Sempre há Esperança Para Nós, visa criar um espaço seguro e acolhedor onde os alunos possam encontrar apoio espiritual e emocional. Através da adoração, da escuta da palavra, da reflexão e da partilha, procuramos promover a saúde mental e o bem-estar, lembrando a todos que o amor de Deus é uma fonte inesgotável de esperança e cura, utilizando o evangelismo como ferramenta de suporte para os estudantes.

RESULTADOS ESPERADOS

Transformação Espiritual: Esperamos que os participantes experimentem um renascimento espiritual, reconhecendo o amor incondicional de Deus como fonte de esperança e cura.

Restauração da Saúde Mental: Ao aplicar princípios bíblicos e apoio emocional, acreditamos que os alunos podem superar desafios como ansiedade, depressão e estresse, e compreendendo como Deus é bom, ganharam força perante barreiras

Testemunhos: Ao longo do projeto, esperamos que muitos compartilhem suas histórias de transformação e cura, essas histórias serviram de inspiração para outras pessoas, mostrando que apesar dos desafios, o amor de Deus é capaz de restaurar a vida e trazer esperança.

Impacto duradouro: Acreditamos que os frutos deste projeto se estenderão além de sua conclusão, influenciando positivamente a vida dos alunos e em suas jornadas, melhorando seu convívio familiar, trabalhos e ambientes acadêmicos. O amor de Deus precisa ser vivido e partilhado, tornar-se-á uma luz que brilha no meio das trevas.

A nossa esperança é que, através deste projeto, os jovens descubram que, mesmo em tempos de crise, “há sempre esperança para nós” e que o amor de Deus é a chave que pode abrir as portas restaurando à saúde mental e ao bem-estar, que cada um sinta a presença transformadora de Deus em sua vida e se torne um testemunho vivo de sua graça e amor.



TABELA DE ATIVIDADES QUE ESTÃO EM ANDAMENTO

DESCRIÇÃO	
1-Reunião	Reunião organizada para escutarmos a proposta, de projeto e assim estabelecer alguns objetivos claros para o projeto
2-Identificação de público	Alunos, e partes interessadas.
3-Expectativas	Discutir com a equipe para entender expectativas e necessidades.

REFERÊNCIAS

Lewis, C. S. (1952). Mere Christianity. HarperOne.

Citações: Marcos 16:15 _ Mateus:11:28-29 _ Salmo 20:7 _ Proferidos 3:5,7 _ Isaías 41:10 _ Lucas 23:34 _ Jeremias 29:13 Disponível em: Bíblia Sagrada. (Tradução de João Ferreira de Almeida). Sociedade Bíblica do Brasil.

Saúde mental dos adolescentes/ Disponível em:

Newberg, Andrew. How God Changes the Brain. Ballantine Books, 2009.

Saúde mental dos adolescentes/ Disponível em:

<https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>

<https://brasilescola.uol.com.br/historiag/martin-luther-king.htm>

Significado da música graças (Marcos Witt)

Disponível em: <https://www.letras.mus.br/marcos-witt/1477218/significado.html>

Recebido em: 24/08/2024

Aprovado em: 25/08/2024

Publicado em: 26/08/2024