



ARTIGO

ENTRE OLHARES E SILÊNCIOS:
DESVENDANDO A ANSIEDADE
SOCIAL NA ADOLESCÊNCIA

Certa vez chegou até mim um adolescente que enfrentava uma batalha silenciosa: a ansiedade social. O que parecia ser apenas timidez revelava-se como um emaranhado de sentimentos complexos.

Na escola, o adolescente evitava os corredores movimentados, escolhendo caminhos alternativos para evitar olhares que, na cabeça dele, estavam todos voltados para ele. Seu coração acelerava ao pensar em interações sociais, e as palavras muitas vezes se perdiam em sua mente antes de chegar aos lábios. A ansiedade social era sua sombra constante.

Ao adentrar no mundo deste adolescente, percebo que sua jornada é comum a muitos adolescentes. A ansiedade social na adolescência é como um enigma, impactando a autoestima e as relações interpessoais. É um capítulo desafiador, onde a busca por aceitação e pertencimento muitas vezes é obscurecida pela sombra da insegurança.

Busca por aceitação e pertencimento muitas vezes é obscurecida pela sombra da insegurança social sussurrava dúvidas em seus ouvidos, questionando sua adequação e pertencimento.

Os pais deste adolescente, ao me procurar, no início achavam que era “frescura” dele para não sair de casa, no entanto com as devidas orientações, buscaram compreender as raízes do problema.

O objetivo da psicoterapia é fornecer um espaço seguro, para o adolescente, expressar suas emoções. Jogos terapêuticos e recursos digitais são incorporados, tornando o processo terapêutico mais familiar e acessível.

Ao longo das sessões, o adolescente aprendeu a identificar e desafiar pensamentos negativos, construindo gradualmente sua autoconfiança. Estratégias de enfrentamento foram desenvolvidas, permitindo-lhe enfrentar situações sociais com mais segurança. O diálogo aberto na terapia também envolveu os pais, fortalecendo o apoio familiar.

A ansiedade social na adolescência não é uma sentença definitiva, mas sim um desafio que, com o suporte adequado, pode ser transformado em crescimento pessoal. Em Tangará da Serra, a união entre psicologia, tecnologia e apoio familiar tornou-se a chave para desvendar o enigma que o envolvia, permitindo-lhe florescer em sua jornada rumo à autoaceitação.

Euller Sacramento é Psicólogo Clínico.
Instagram: @eulersacramento.

JORNAL DIÁRIO DA SERRA

Propriedade da
AJOTA

ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA
CNPJ: 29.464.235/0001-16

Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões
78302-028 Tangará da Serra-MT

ISSN 22386467

REDAÇÃO

DIREÇÃO DE JORNALISMO
Fabríola Tormes
CONTATO
ds@diariodaserra.com.br
Envie Pautas, Fotos Sugestões
e Vídeos para o whatsapp do
DIÁRIO DA SERRA 
(65) 3326-4724
www.diariodaserra.com.br
www.ds.jor.br

TIRAGEM

1 MIL EXEMPLARES

CIRCULAÇÃO

Tangará da Serra, Nova Olímpia,
Barra do Bugres, Porto Estrela,
Campo Novo do Parecis,
Sapezal, Denise, Arenápolis,
Nortelândia e Santo Afonso.

CENTRAL DO ASSINANTE
(65)3326.6501

DEPARTAMENTO COMERCIAL

PUBLICIDADE ASSINATURA
PUBLICIDADE LEGAL
Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA

SERVIÇOS GRÁFICOS
E. Tormes e Cia. LTDA
CNPJ: 14.048.123/0001-07

CONTATO: adm@diariodaserra.com.br
Fone: (65) 3326-4724

Diário da Serra®

O DIA-ADIA DA NOTÍCIA

FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996
EDIÇÃO ON-LINE DESDE 06 DE SETEMBRO DE 1997
Endereço: Av. Tancredo Neves - 1247 W
Parque Mansões - CEP:78300-000
Tangará da Serra - MT - Brasil

 www.facebook.com/jornalds  @diariodaserra

ACELERAÇÃO DE CARREIRA

Uisa anuncia programa de
trainee com salário de R\$6 mil



Arthur Linhares e Joyce Silva participaram do programa em 2022 e hoje são funcionários

São 15 vagas
disponíveis para
diferentes áreas
da companhia

Assessoria

A Uisa, uma das maiores biorrefinarias do país, anuncia a abertura do programa de trainee 2024, com seleção de 15 vagas para profissionais com até dois anos de formação. Para concorrer, é preciso ter disponibilidade em residir nos municípios de Tangará da Serra, Nova Olímpia ou Denise, em Mato Grosso.

Com duração de 15 meses, a ação será voltada às áreas agroindustrial, que oferece 10 vagas, financeiro (2), comercial (2) e tecnologia (1). As inscrições

podem ser realizadas até 10 de fevereiro, por meio do site www.uisa.com.br/trainee-2024, que apresenta mais informações.

O programa oferece salário de R\$6 mil, vale-alimentação, auxílio-moradia, transporte, auxílio-creche, seguro de vida, plano de saúde, plano odontológico, parcerias de desconto com escolas de idiomas e convênios com farmácias.

O diretor de Gente e Cultura da Uisa, Marco Aurélio Seraphim, comenta a importância da iniciativa em promover o desenvolvimento profissional de profissionais recém-formados. “O nosso programa foca na aceleração de carreiras. Traçamos uma trilha de desenvolvimento para que os selecionados possam contribuir,

inovar e atuar em diferentes projetos junto às lideranças da companhia, com o olhar direcionado à conquista de resultados”, explica.

Realizado pela Uisa, o processo de seleção acontecerá em quatro etapas: divulgação do programa, triagem e seleção dos candidatos; integração, ambientação, café com a diretoria, job rotation; definição de área focal e possíveis projetos, tri- lha de desenvolvimento, participação do Café com Trainees, entrega de relatórios bimestrais; entrega de pré-projeto, sabatinas com Business Partner de Recursos Humanos e Desenvolvimento, entrega do projeto final, sabatina com gerências, apresentação do projeto final e efetivações.

CAPACITAÇÃO

Serviço Nacional de Aprendizagem Rural de
Mato Grosso lança novos cursos em 2024

ASCOM Senar

do-os ao modelo do mercado rural.

A coordenadora pedagógica da Gerência de Educação Profissional Rural e Promoção Social do Senar-MT, Roselly Torres, explicou que na área da agricultura por exemplo, ao todo foram 34 atualizações de cursos.

Já na área da Pecuária, o portfólio contempla 49 cursos atualizados. Nessa mesma perspectiva estão os de Alimentação e Nutrição e de Agroindústria, sendo que 13 cursos pas-

saram por atualização. Dentre esses, destaca-se a oferta de dois novos cursos, resultado da união de conteúdos que se complementam: Produção Artesanal – Derivados de Soja e Milho e Produção Artesanal – Aproveitamento Integral dos Alimentos.

Ainda nesse viés, na área de Artesanato, foram atualizados cinco cursos. Por fim, na área de Tecnologia, o curso de Drone passou por uma revitalização, tornando-se um novo curso.