

Org

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves
Caetano da Providência Santos Diniz
Michel França Oeiras



**SERVIÇO DE APOIO
PSICOLÓGICO E PEDAGÓGICO
AO ESTUDANTE - SAPPE:**

**15 ANOS DE ATIVIDADE NA UNIVERSIDADE
DO ESTADO DO PARÁ - UEPa**

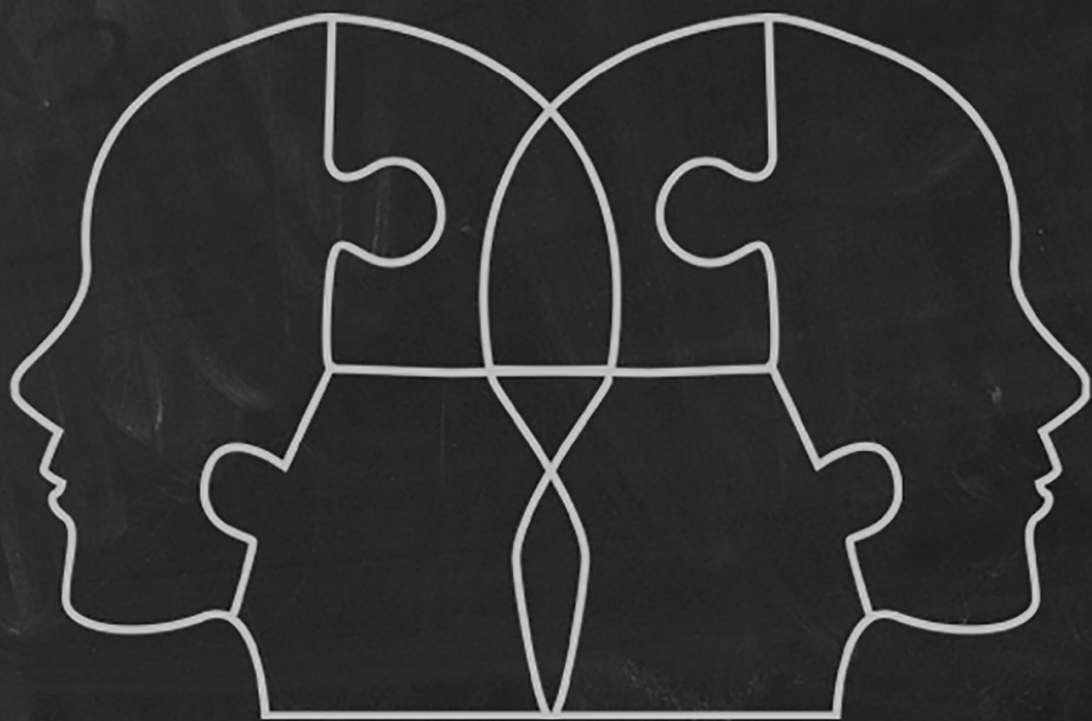


Reitor Clay Anderson Nunes Chagas
Vice-Reitora Ilma Pastana Ferreira
Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação Jofre Jacob da Silva Freitas
Pró-Reitor de Graduação Ednalvo Apóstolo Campos
Pró-Reitora de Extensão Vera Regina Menezes Palácios
Pró-Reitor de Gestão e Planejamento Carlos José Capela Bispo



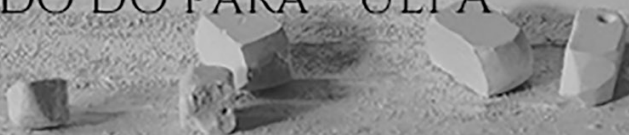
Editora da Universidade do Estado do Pará

Coordenador e Editor-Chefe	Conselho Editorial
Nilson Bezerra Neto	Jofre Jacob da Silva Freitas (Presidente)
Revisão	Francisca Regina Oliveira Carneiro
Marco Antônio da Costa Camelo	Hebe Morganne Campos Ribeiro
Design	Joelma Cristina Parente Monteiro Alencar
Flávio Araujo	Josebel Akel Fares
Web-Page e Portal de Periódicos	José Alberto Silva de Sá
Bruna Toscano Gibson	Juarez Antônio Simões Quaresma
Livraria	Lia Braga Vieira
Arlene Sales	Maria das Graças da Silva
Bibliotecária	Maria do Perpétuo Socorro Cardoso da Silva
Rosilene Rocha	Marília Brasil Xavier
Estagiário	Núbia Suely Silva Santos
João Lucas Ferreira Lima	Robson José de Souza Domingues
Natália Vinagre de Souza Souza	Pedro Franco de Sá
	Tânia Regina Lobato dos Santos
	Valéria Marques Ferreira Normando



**SERVIÇO DE APOIO
PSICOLÓGICO E PEDAGÓGICO
AO ESTUDANTE - SAPPE:**

**15 ANOS DE ATIVIDADE NA UNIVERSIDADE
DO ESTADO DO PARÁ - UEPa**



Realização

Universidade do Estado do Pará - UEPA
Centro de Ciências Sociais e Educação - CCSE/ Campus I
Editora da Universidade do Estado do Pará-Eduepa

Normalização e Revisão

Marco Antônio da Costa Camelo

Capa

João Lucas Ferreira Lima

Design

Flávio Araujo

Diagramação

Odivaldo Teixeira Lopes

Estagiária

João Lucas Ferreira Lima

Natália Vinagre de Souza Souza

Apoio Técnico

Arlene Sales Duarte Caldeira

Bruna Toscano Gibson

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) **EDITORA DA UEPA – EDUEPA**

S491 Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante - SAPPE: 15 anos de atividades na Universidade do Estado do Pará - UEPA / Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves; Caetano da Providência Santos Diniz; Michel França Oeiras (Orgs.). – Belém : EDUEPA, 2024.
164 p.: il.

Inclui bibliografias

E-ISBN: 978-65-88106-69-3

1. Atendimento Psicológico. 2. Atendimento Pedagógico. 3. Universidade. 4. Educação. 5. Saúde Mental. 6. Psicologia. I. Gonçalves, Oneli de Fátima Teixeira. II. Diniz, Caetano da Providência Santos. III. Oeiras, Michel França. IV. Título.

CDD 616.89142 – 22.ed.

Ficha Catalográfica: Rosilene Rocha CRB-2/1134

Editora filiada



Editora da Universidade do Estado do Pará - EDUEPA

Travessa D. Pedro I, 519 - CEP: 66050-100

E-mail: eduepa@uepa.br/livrariadauepa@gmail.com

Telefone: (91) 3284-9112



@eduepaoficial

Org

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves
Caetano da Providência Santos Diniz
Michel França Oeiras

**SERVIÇO DE APOIO
PSICOLÓGICO E PEDAGÓGICO
AO ESTUDANTE - SAPPE:**

**15 ANOS DE ATIVIDADE NA UNIVERSIDADE
DO ESTADO DO PARÁ - UEPa**

Sumário

Apresentação	9
---------------------------	----------

Prefácio	12
-----------------------	-----------

Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante - SAPPE: 15 anos de atividades na Universidade do Estado do Pará- UEPA.....	14
---	-----------

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves
Michel França Oeiras
Patrícia Regina Bastos Neder
Eliana Célia Silva Carneiro
Elisângela Claudia de Medeiros Moreira
Izabel Cristina Borges Oliveira
Antônio Sergio Vasconcelos Darwich
Francisco Aires Neto
Ana Paula Seabra da Silva Carvalho
Maria de Nazaré Gonçalves

O Resgate da construção do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante no Centro de Ciências Biológicas e da Saúde-CCBS	49
---	-----------

Patrícia Regina Bastos Neder

Saúde Mental de Universitários: reftexões pertinentes	57
--	-----------

Caetano da Providência Santos Diniz

Como o estudante universitário tem se sentido durante a construção do sonho da carreira profissional?	66
--	-----------

Patrícia Regina Bastos Neder

Atendimento Psicológico <i>Online</i>: uma importante ferramenta para saúde mental.....	71
--	-----------

Elisângela Claudia de Medeiros Moreira

Depressão e suicídio no contexto acadêmico..... 77

Maria de Nazaré Gonçalves

Pós-Graduação e Saúde Mental 89

Ana Paula Seabra da Silva Carvalho

Michel França Oeiras

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves

Relato de Experiência como acadêmico atendido no Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante: reflexões a partir da Gestalt Terapia 103

Izabel Cristina Borges Corrêa Oliveira

Yago Melo de Lima

Relato de Experiência como Psicólogo no Sappe/CCSE: a caminho da individuação 120

Sergio Darwich

Uma demanda para o Sappe/CCSE: sobre gestão do tempo na Pós- Graduação 129

Ronilson Freitas de Souza

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves

Ana Paula Seabra da Silva Carvalho

Quanto o Sappe/CCSE entregou em serviços à Universidade do Estado do Pará em 2023? 143

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves

Michel França Oeiras

Agradecimentos

Este livro é dedicado a todos os acadêmicos que participaram ativamente do projeto Sappe da Universidade do Estado do Pará. Por terem se comprometido e tido a coragem de falar dos seus impasses, suas dificuldades, suas frustrações e apostaram no ‘falar sobre’ que poderia levar a efeitos interessantes ou recalcularam a rota do caminho escolhido. Foi importante olhar para dentro de si e de suas questões durante o percurso da formação acadêmica. Enfim, o compromisso com o autoconhecimento, com o enfrentamento de situações adversas, e a escolha pelo cuidado da sua saúde mental durante a formação profissional revela a grandeza humana de todos. Mais que heróis, são autora(e)s desse trabalho.

Agradecemos, imensamente, as (os) professoras (es), técnicas (as), gestoras (es), profissionais de apoio que de forma direta ou indireta sempre ajudaram na efetivação e na sustentação do projeto.

Obrigada(o) à EDUEPA, à PROPESP e a Assessoria de Comunicação do CCSE-ASCOM pelo apoio material, sem o qual esse livro não teria sido possível.

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves (Sappe/CCSE)
Patrícia Regina Bastos Neder (Sappe/CCBS)

Apresentação

É com grande satisfação que nós, da Gestão do Centro de Ciências Sociais e Educação, apresentamos esta obra comemorativa, uma coletânea de 11 artigos acadêmicos que exploram diversas dimensões da saúde mental dos discentes da Universidade do Estado do Pará (Uepa). Este livro celebra os 15 anos de atividades do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante (Sappe), uma iniciativa fundamental que tem prestado imensurável serviço aos nossos estudantes, contribuindo de forma significativa para o seu bem-estar e sucesso acadêmico.

A atenção à saúde mental nunca foi tão crucial quanto nos dias de hoje. Em um mundo cada vez mais acelerado e exigente, os desafios enfrentados pelos estudantes universitários são numerosos e complexos. A pressão acadêmica, as incertezas sobre o futuro profissional e as questões pessoais podem impactar severamente o bem-estar emocional. Este livro aborda essas questões com profundidade, fornecendo insights valiosos e estratégias práticas para promover um ambiente universitário mais saudável e solidário.

Não poderíamos deixar de reconhecer a Profa. Dra. Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves, cuja visão, dedicação e liderança incansável foram fundamentais para a criação e o desenvolvimento do Sappe. Sua paixão pela área na qual atua e seu compromisso com o bem-estar dos estudantes transformaram essa iniciativa em uma realidade concreta, beneficiando incontáveis jovens ao longo dos anos.

A coletânea inicia com um artigo que narra a trajetória do Sappe ao longo de 15 anos na Uepa, elaborado por Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves e colegas. Em seguida, Patrícia Neder resgata

a construção do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico no Centro de Ciências Biológicas e da Saúde (CCBS), proporcionando um olhar histórico e reflexivo sobre a evolução do serviço. Caetano Diniz apresenta uma análise abrangente sobre a saúde mental dos universitários, destacando reflexões pertinentes sobre os desafios enfrentados por esses jovens.

Os seguintes artigos oferecem uma visão detalhada de questões específicas: Patrícia Regina Bastos Neder investiga como os estudantes universitários se sentem durante a jornada de construção de suas carreiras profissionais; Elisângela Claudia de Medeiros Moreira aborda a importância do atendimento psicológico online como ferramenta essencial para a saúde mental dos estudantes; e Maria de Nazaré Gonçalves discute temas críticos como depressão e suicídio no contexto acadêmico.

A segunda metade do livro examina aspectos mais específicos e experiências pessoais: Ana Paula Seabra da Silva Carvalho e seus coautores investigam o impacto da pós-graduação na saúde mental; Yago Melo de Lima e Izabel Cristina Borges Corrêa Oliveira compartilham reflexões a partir da Gestalt Terapia; e Antônio Sergio Vasconcelos Darwich relata sua trajetória como psicólogo no Sappe/CCSE, explorando o caminho da individuação. Ronilson Freitas de Souza e coautores discutem a gestão do tempo na pós-graduação, enquanto Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves e Michel França Oeiras apresentam um balanço dos serviços entregues pelo Sappe/CCSE à Uepa em 2023.

Esta obra não apenas celebra o sucesso e a dedicação do Sappe ao longo destes 15 anos, mas também serve como um recurso valioso para profissionais da área de educação e saúde mental. Oferece diretrizes e reflexões que podem ser aplicadas em contextos semelhantes, promovendo um ambiente acadêmico saudável e inclusivo.

Esperamos que este livro inspire futuras iniciativas, contribua para o aprimoramento do apoio e atendimento aos estudantes em instituições de ensino superior brasileiras, e sirva como um marco

de reflexão, aprendizado e inspiração para todos aqueles que acreditam na importância de um ambiente acadêmico saudável e inclusivo.

Boa leitura!

Prof. Dr. Anderson Madson Oliveira Maia
Diretor do CCSE

Prof. Dr. Frederico da Silva Bicalho
Vice-diretor do CCSE

Prefácio

Honrada com o convite dos organizadores do livro para prefaciá-lo “Quinze anos de atuação do SAPPE na Universidade do Estado do Pará”, asseguro que esta obra certamente representa um marco do atendimento psicológico no âmbito acadêmico.

A apresentação contextualizada de diferentes relatos de experiências como psicólogo, tanto para graduandos como para pós-graduandos, com atendimento presencial e *online*, retratam perspectivas sobre a saúde mental dos universitários e seus desafios na carreira profissional, tanto na perspectiva da formação inicial, como na continuada.

Vale registrar que os capítulos que constituem esse livro foram escritos com muita propriedade por psicólogos atuantes na Universidade do Estado do Pará (UEPA). Os autores deixam evidente que sua missão vai além da transmissão de conhecimento, pois muitas vezes são eles que identificam os sinais de angústia emocional, dificuldades de adaptação ou mesmo certos transtornos.

A obra “Quinze anos de atuação do SAPPE na Universidade do Estado do Pará” não se limita a relatar apenas as experiências no Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico do Estudante (SAPPE), mas apresenta um conjunto de informações e olhares importantes acerca da temática tratada. Além disso, é possível constatar as contribuições para um ambiente mais acolhedor e inclusivo, no qual os discentes encontraram o apoio para sua jornada de aprendizado.

Em minha trajetória pela UEPA, fui testemunha do importante papel do SAPPE tanto nas relações acadêmicas dos estudantes, quanto em suas relações familiares. Presenciei o esforço de uma

equipe de psicólogos disposta a escutar e acolher aqueles que buscaram ajuda ao longo desses 15 anos. Sem dúvida, foram experiências transformadoras para aqueles que participaram de tão ricas vivências.

Pelas razões aqui destacadas, apresento e recomendo essa importante obra, a qual revela o empenho de psicólogos da UEPA que desempenham suas funções no serviço público, ao mesmo tempo em que se mostram preocupados com o bem-estar dos alunos, revelando o poder transformador do cuidado e da empatia.

Desejo uma boa leitura a todas e a todos!

Prof^a Dra. Acylena Coelho Costa
Diretora de Extensao/Proex/Uepa

Capítulo 1

Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante - SAPPE: 15 anos de atividades na Universidade do Estado do Pará- UEPA

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves
Michel França Oeiras
Patrícia Regina Bastos Neder
Eliana Célia Silva Carneiro
Elisângela Claudia de Medeiros Moreira
Izabel Cristina Borges Oliveira
Antônio Sergio Vasconcelos Darwich
Francisco Aires Neto
Ana Paula Seabra da Silva Carvalho
Maria de Nazaré Gonçalves

Breve histórico do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante-Sappe

O Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico do Estudante nasceu em 2009 na Universidade do Estado do Pará (Uepa). Sistematizado pelas professoras Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves, chefe do Departamento de Psicologia à época, e Osterlina Fátima Jucá Olanda, pedagoga, o projeto surgiu da inquietação manifestada pelos docentes do Departamento de Psicologia (DPSI) em relação à crescente demanda por uma escuta psicológica vinda dos alunos ao final das aulas de Psicologia. A solicitação era atendida, na medida do possível, em todo e qualquer espaço disponível no Centro de Ciências Sociais e Educação (CCSE) onde o discente pudesse ser acolhido e o sigilo do seu mal-estar preservado.

Naquele momento, já se verificava que o sofrimento psíquico repercutia, diretamente, no desempenho acadêmico. Essa demanda provocou a convocatória para docentes e pesquisadores do DPSI no sentido de pensar em estratégias a fim de minimizar os insucessos,



identificados como do campo *psi*, surgidos durante a formação universitária dos acadêmicos. No mesmo ano, a Pró-Reitoria de Extensão (Proex) lançou o Edital para seleção de projetos. O DPSI obteve a aprovação do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico do Estudante (Sappe/CCSE), com financiamento zero de recurso, através da Resolução N. 2012/09- Consun, 19 de agosto 2009 (Uepa, 2009).

Desde 2009, o Sappe, no CCSE, tem assumido a característica de projeto contínuo com atividades, produção, atendimento psicológico e pedagógico que aumentam a cada ano de forma significativa. As ações promovidas pelos psicólogos que atuam no Serviço alcançam discentes da graduação, especialização, mestrado e doutorado, na capital e no interior, presencial ou remotamente, tanto no CCSE, como Centro Ciências Biológicas e da Saúde (CCBS) e no Centro de Ciências Naturais e Tecnológico (CCNT).

Diante da diversidade das demandas que tem surgido no amplo espaço da Uepa, houve a necessidade de elaborar um novo projeto para institucionalizar o Sappe/CCBS, dadas as peculiaridades da formação no campo da saúde. O Projeto foi escrito pelas professoras Patrícia Regina Bastos Neder, Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves e Ana Cristina Soeiro, e coordenado pela primeira professora citada, foi aprovado sob a Resolução N. 3783/22-Consun, 23 de março de 2022 (Uepa, 2022). A mesma lógica de trabalho, também, orienta a professora e psicóloga Denise Leal Eiró da Silva, do DPSI, na escuta junto ao estudante no Sappe/CCNT – projeto em fase de elaboração. Diante do exposto, e com base nos Relatórios de Atividades, Produção e Atendimento Psicológico e Pedagógico (Sappe/CCSE), apresentados ao Gabinete da Direção (GD/CCSE) e à Assessoria de Planejamento (Asplan/CCSE), o Serviço, no CCSE, foi institucionalizado, pela primeira vez, sob a Resolução do Consun N. 3129/17, 25 de abril de 2017 (Uepa, 2017).

Em 2023, o Sappe/CCSE passou por nova institucionalização sob a Resolução N. 4036/2023- CONSUN, 25 de outubro de 2023 (Uepa, 2023). O projeto é vinculado ao Grupo de Pesquisa Psicanálise, Educação e Inclusão sob o registro dgp.cnpq.br/dgp/espe-lhogrupo/837286564331646, e tem como líder a Prof.^a Dr.^a Oneli



de Fátima Teixeira Gonçalves e, como vice-líder, a Prof.^a Dr.^a Elisângela Cláudia de Medeiros Moreira.

No ano de 2024, o Sappe completa o décimo quinto ano de atividades ininterruptas, a citar: consulta/ apoio psicológico; anamnese psicológica; avaliação de desempenho acadêmico; avaliação/orientação psicológica; entrevista devolutiva junto ao discente, família e/ou coordenação de curso; observação de campo com visita domiciliar, hospitalar e/ou acadêmica; identificação de necessidades humanas e/ou acadêmicas; planejamento psicopedagógico; impasses na aprendizagem individual junto ao estudante do espectro autista; apoio/acompanhamento psicológico; roda de conversa/palestras/conferências/ mesa redonda em eventos acadêmicos e em programas de pós-graduação *stricto sensu* e *lato sensu* na promoção de campanhas preventivas no campo da saúde mental, educação formal e inclusiva.

Sob nova Resolução do Conselho Universitário – Consun da Universidade do Estado do Pará, o Sappe/ CCSE, para o período de 2023-2025, tem a coordenação da Prof.^a Dr.^a Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves. A lotação dos docentes/psicólogos do DPSI, para trabalhar no projeto, ocorre de forma espontânea, sendo realizada após o preenchimento da carga horária nas atividades de ensino, de acordo com a Resolução N. 3365/2018 - Consun, 19 de setembro de 2018, que trata dos “Critérios Adotados no Processo de Distribuição da Jornada de Trabalho, dos Projetos Institucionalizados que não recebem bolsas”, e permite quatro horas semanais para atuar nessa modalidade de projeto (Uepa, 2018).

Até dezembro de 2023, a lotação no Projeto contou com os professores Denise Leal Eiró da Silva, Elisângela Cláudia de Medeiros Moreira e Antônio Sergio Vasconcelos Darwich, o qual se encontra no gozo de licença para cursar o doutorado. Em setembro de 2023, o psicólogo Michel França Oeiras, mestre em Psicologia, foi aprovado no Processo Seletivo Seriado - PSS, N. 061/23, passando a integrar a equipe do Serviço como técnico. Todos os psicólogos que trabalham no Sappe devem estar em dias com a documentação da categoria junto ao Conselho Regional de Psicologia - Seção Pará/ Amapá.



Os anos iniciais do Sappe foram determinantes para definir o que hoje é o Serviço na Universidade do Estado do Pará. O projeto iniciou com as professoras Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves, Denise Leal Eiró da Silva e Eliana Célia Silva Carneiro (Orientação Vocacional) para ajudar aqueles que se sentiam confusos quanto à escolha do curso. A Prof.^a Osterlina Fátima Jucá Olanda dedicou-se à orientação pedagógica e o Prof. Caetano da Providência Santos Diniz atendeu discentes da Uepa no Posto do Marco, nome formal, Centro de Saúde Escola do Marco Teodorico Macedo.

A construção do primeiro banco de dados sobre as principais queixas relatadas pelos alunos dos cursos de licenciatura ofertados no CCSE, tanto na capital como em regiões no interior do Pará, direcionou o trabalho no campo *psi* e no campo pedagógico, para o cuidado com a saúde mental no espaço universitário. Entendeu-se que o foco estava posto, já que era recorrente a fala sobre a relação entre adoecimento psíquico e formação/trabalho docente.

O processo de adoecimento psíquico na interface com a formação docente provocou uma importante mobilização que direcionou a professora e pesquisadora Oneli Gonçalves a dar continuidade ao que já vinha estudando desde o mestrado, sobre a relação entre dinâmica psicológica e o sofrimento psíquico (dor psíquica), objetivando compreender como isso acontece junto ao acadêmico/professor em formação. Surgiu, então, como primeiro resultado concreto a partir do banco de dados do Sappe/CCSE, a pesquisa de Doutorado, aprovada em 2012, defendida em 2016, no Programa de Pós-Graduação em Educação: Conhecimento e Inclusão Social, da Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais, nota 7 na Capes, com o tema: Respostas que o professor produz quando se diz angustiado no trabalho docente (Gonçalves, 2016).

O estudo foi realizado com dois grupos de professores de escolas públicas. O critério de seleção ocorreu em função da maior concentração de alunos matriculados em uma escola em Belém e outra no campo. O ponto de partida da pesquisa foi pensar a existência do mal-estar no trabalho docente na relação com o sofrimento psíqui-



co do sujeito (professor), buscando identificar o recurso psíquico (saída) que o mesmo adota para lidar com *isso* (inconsciente). A pesquisa constatou a presença do significante angústia – afeto que faz parte da constituição psíquica de todo sujeito cuja origem é interna –, tratada como sinônimo de ansiedade – forma pessoal que cada sujeito adota em relação ao mal-estar que está relacionada à concepção de eficácia na produtividade. Tema recorrente na fala do(a) professor(a), que indica a existência de algo sempre presente num ou outro lugar que está por trás de todo sintoma (Freud, 1930 [1929/1974]). O resultado da pesquisa identificou a presença do mal-estar docente, mas sem o indicativo de ser essa a profissão onde há maior nível de adoecimento psíquico. O sujeito, ao produzir um mecanismo psíquico específico, o leva a processos de adoecimentos importantes, cuja relação com a produtividade resulta em afastamento temporário e/ou definitivo do trabalho. Outro aspecto da pesquisa que favoreceu a sustentação do método utilizado na prática do psicólogo junto ao acadêmico no Sappe, é:

O dispositivo de escuta que é capaz de criar condições para a emergência da fala do sujeito. Endereçada ao outro e aliado a confrontação, propiciou uma forma de intervenção que permitiu certo acesso junto àquele que se diz angustiado. Também apresentou eficiência em relação a possíveis reposicionamentos do professor para lidar com o mal-estar no trabalho docente. [...] possibilitando [...] expressar suas questões, embaraços e impotências, relativo à ordem daquilo que considera mal-estar no trabalho. (Gonçalves, 2016, p. 205)

Dito isso, o projeto do Sappe/CCSE mantém, desde sua criação, a sustentação da escuta, independente da corrente teórica que oriente o trabalho do especialista. O valor da pesquisa-intervenção (Bolaños, Gonçalves, Prado *et al.*, 2018) traz contribuições significativas para o trabalho do Sappe junto ao discente, à família, ao professor, à Coordenação de Curso, à Assessoria Pedagógica, bem como, a outros setores que precisam lidar com o discente em sofri-



mento psíquico. São ações planejadas e acordadas com os envolvidos de forma a possibilitar que a palavra possa circular, democraticamente, em prol da qualidade e do bem-estar do discente durante o percurso de formação acadêmica na Uepa.

Em março de 2015, foi inaugurada a sala do Sappe/ CCSE. Está localizada no andar térreo do bloco Administrativo, com entrada pela Djalma Dutra, Bairro do Telégrafo.

Imagem 1- Sala do Sappe/CCSE –Inaugurada em março de 2015.



Fonte: Arquivo próprio.

Objetivos e Metodologia do Sappe

De acordo com a Resolução N. 4036/2023, são objetivos do Sappe:

- Ψ Promover espaço acolhedor de escuta e fala junto ao acadêmico durante o processo da formação docente e/ou profissional, da graduação à pós-graduação, presencial ou remotamente;
- Ψ Contribuir para a qualidade de vida do acadêmico no alcance de seus objetivos, fomentando uma atitude ética e responsável;



- Ψ Favorecer o bom desempenho acadêmico para produção do conhecimento, na relação com o ensino, a pesquisa e a extensão, no âmbito interno e externo da universidade.

A metodologia está organizada da seguinte forma:

- 1º Todos as solicitações para o serviço são previamente agendadas na sala de atendimento, ou pelo telefone (91) 3284-9619, ou por *e-mail*: sapp.ccse@uepa.br, ou ainda, pelo Processo Administrativo Eletrônico (PAE). O atendimento é realizado no contra turno do acadêmico, salvos os casos de urgência que precisam de atenção/ intervenção psicológica imediata;
- 2º É realizada entrevista inicial para conhecimento da demanda e definição do encaminhamento se necessário;
- 3º São realizados até três atendimentos por discente, dependendo da demanda identificada. Havendo necessidade, poderá haver encaminhamento para outro serviço de saúde ou social, na instituição ou fora;
- 4º Caso o discente não possa comparecer à consulta, deverá informar ao setor com 24 horas de antecedência. No caso de ausência sem aviso prévio, após duas faltas consecutivas ou alternadas, o encaixe de agendamento acontecerá após o atendimento do último discente da fila de espera que chega pelo *e-mail* institucional;
- 5º Os casos que necessitam de planejamento pedagógico são encaminhados à Coordenação e Assessoria Pedagógica do curso e/ou Programa ao qual o estudante pertence, através do *e-mail* institucional ou PAE, visando orientar o discente em sua rotina de estudos e práticas avaliativas;
- 6º Os discentes em tratamento especializado, psiquiatria, fora da universidade, que necessitam usar medicação controlada, deverão apresentar receituário e cartão de aprazamento do serviço externo, para compor a documentação pessoal, necessária ao acompanhamento pelo Sappe e trâmites institucionais;



- 7º O acompanhamento psicológico e/ou psiquiátrico é estabelecido através de parcerias ou convênios entre a Uepa, órgãos ou instituições públicas ou privadas, na capital ou nos municípios do estado;
- 8º Os casos que necessitam de entrevista com pais ou responsáveis do discente terão o agendamento realizado pelo psicólogo do Sappe e, dependendo da situação, a intervenção/mediação poderá ser conjunta entre membros da equipe do serviço, pais ou responsáveis, discentes e ou profissionais do campo *psi*, do Núcleo de Acessibilidade e Inclusão (NAI) ou do Núcleo de Assistência Estudantil (NAE), além da Assessoria Pedagógica do curso a que pertence o acadêmico;
- 9º Todos os profissionais que compõem a equipe do Sappe são especialistas e devem estar credenciados no Conselho Regional de Psicologia, com o princípio de manter o sigilo e ética exigida pela natureza do serviço ofertado pelo projeto (Brasil, 2005);
- 10º São documentos que compõem o protocolo de atendimento no Sappe, a Ficha de Registro de Atendimento Individual/Evolução, a Ficha de Avaliação Psicológica, a Ficha de Orientação Pedagógica e a Ficha de Referência e Contra Referência (Gonçalves, 2023).

Há duas situações pontuais para o atendimento pelo Sappe:

- A primeira, quando o acadêmico precisa apenas de orientação pedagógica quanto às atividades acadêmicas. O trabalho é realizado pelo psicólogo que também é docente na instituição;
- A segunda, quando o adoecimento psíquico do discente interfere, significativamente, na rotina das atividades, sejam elas de ensino, pesquisa ou extensão. O psicólogo responsável pelo atendimento elabora um Relatório de Acompanhamento Psicológico juntamente com uma proposta Pedagógica do Serviço, com laudo médico e cartão



de aprazamento emitido pelo serviço especializado da rede pública ou privada que atende o discente, para que a Coordenação Pedagógica tome conhecimento e acompanhe o desenvolvimento do discente. O trabalho é discutido com a equipe de psicólogos do Sappe, Coordenação de Curso, Assessoria Pedagógica e segue acompanhado pelo Serviço até que o discente retorne à regularidade das atividades acadêmicas na Universidade (Gonçalves, 2023).

Novas medidas orientadoras do Sappe após a Pandemia da Covid-19

A pandemia provocada pelo novo coronavírus, o Sars-CoV-2, a temível Covid-19, fez milhões de vítimas em todo planeta nos anos de 2020 e 2021. Momento que gerou pânico e medo de forma generalizada. Como medida de proteção, impôs ao ser humano o completo isolamento social como única alternativa para conter o avanço da doença letal. O medo fez com que muitos profissionais resistissem em participar do enfrentamento e da batalha, foi um período de guerrilhar contra a desinformação. Fez-se necessário lidar com um vírus quando não se compreendia a dimensão dos prejuízos físicos e psicológicos, o que gerou quadro de adoecimentos importantes, obrigando todos os setores da sociedade a desenvolver medidas que pudessem assistir, de alguma maneira, as pessoas que se encontravam adoecidas em todos os lugares.

Pelo evento inusitado e histórico do ponto de vista da saúde humana, no Pará, a resposta não foi diferente. Houve um aumento na demanda pela busca por atendimento psicológico. O Sappe do CCSE passou a adotar algumas medidas orientadoras a fim de otimizar o Apoio Psicológico e Pedagógico, dentre elas: a prioridade de atendimento psicológico passou a ser direcionada para os alunos do CCSE, da Graduação à Pós-graduação, da capital e demais municípios; o aluno deveria estar regularmente matriculado no semestre/ano letivo do atendimento; o psicólogo deveria estar atento ao número de atendimentos realizados por acadêmico, que passou de três para mais de cinco, conforme avaliação do profissional.



O tempo de escuta/acolhimento psicológico manteve-se o mesmo desde o projeto original, isto é, cinquenta minutos (50') para o atendimento individual e noventa minutos (90') para atendimento com a família ou grupo. O atendimento de um mesmo acadêmico passou a ser alternado, com intervalo de quinze dias. Quando solicitado pela Coordenação de Curso ou Assessoria Pedagógica, ou quando encaminhado um grupo de alunos – mais de quatro – passou-se a adotar primeiro a escuta junto à Assessoria Pedagógica do Curso a fim de identificar se o caso seria de mobilizar uma ação do Sappe, por um psicólogo ou mais, e Coordenação de Curso junto à turma. Os quadros graves de adoecimento psíquico – surto psicótico – eram e seguem sendo direcionados para rede de saúde pública. A equipe de *psis* do Sappe faz reuniões científicas e estudos de caso, periodicamente.

Quando a experiência no Sappe ultrapassa fronteiras continentais

O trabalho desenvolvido no Sappe/CCSE é reconhecido no período do doutorado na Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais- (FAE/UFMG). A Prof.^a Dr.^a Oneli Gonçalves passou a integrar a equipe de especialistas brasileiros no Programa Pró-mobilidade Internacional de Apoio à Pesquisa e ao Ensino (Capes/AULP) – Edital – nº 33/2012. O Programa se constitui a partir de missões de trabalho no continente africano com o objetivo de implantar o Laboratório de Ensino e Pesquisa da Linha Psicologia, Psicanálise e Educação, no Instituto de Ciências da Educação (ISCED), na Universidade Onze de Novembro (UON/Cabinda), em Angola. A instituição é a segunda maior universidade pública da região, localizada ao leste do continente africano. A parceria é realizada entre a Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais (FAE/UFMG) e o Instituto de Ciências da Educação (ISCED/UON) (Gonçalves; Meira; Sambo, 2015).

O Convênio de Cooperação Interinstitucional de Formação de Mestrado e Doutorado em Educação (Minter e Dinter) entre a UFMG e a UON demonstrou que dos vinte e nove profissionais de Cabinda, província de Angola, seis deles foram aprovados



para a Linha de Pesquisa Psicologia, Psicanálise e Educação do PPGE- FAE-UFMG, o que possibilitou conhecer alguns problemas da província de Angola no campo da educação e fez surgir a ideia de compor missões de trabalho no espaço acadêmico angolano (Cardoso *et al.*, 2010).

O objetivo do convênio é promover maior articulação entre a formação acadêmica e a realidade da província de Cabinda, para que novas titulações sejam associadas à constituição de uma linha de pesquisa específica no campo da psicologia, que possam reunir docentes e pesquisadores tanto da UFMG quanto da UON, para investigar problemáticas relativas à educação, à inclusão social, à valorização das ações extensionista, o fomento à pesquisa para o desenvolvimento sustentável envolvendo o Brasil e Angola (Cardoso *et al.*, 2012)

Imagem 2 - Gestão da UON e Equipe Brasileira.



Fonte: Acervo do Projeto. Da esquerda para direita, Nlandu Balenda (Coordenador de Psicologia/ISCED/UON/ Cabinda/Angola), Gabriel Oliveira (Acadêmico/Instituto de Psicologia/UFMG/Brasil), Oneli Gonçalves (Prof.^a e Pesquisadora/CCSE/UEPA/Brasil), Kianvu Tamo (PhD. Professor Titular/ Reitor/UON/Cabinda/Angola), Marcelo Ricardo Pereira (Pesquisador e Prof. do Pró-Mobilidade Internacional- Fae/UFMG/Brasil).

O Projecto¹ UON/UFMG foi apresentado em 2015 em cerimônia formal no espaço acadêmico da universidade angolana e contou com a presença do Dr. Roymol V. Galinho, Assessor do Ministro de Ensino Superior da III Região Acadêmica da Universidade Onze de Novembro- Cabinda/Angola. O Laboratório de Ensino e Pesquisa e da Linha de Pesquisa Psicologia, Psicanálise e Educação, no Instituto de Ciências da Educação (ISCED), da Universidade Onze de Novembro, teve duas frentes de trabalho. A primeira com o objetivo de ampliar a atuação do psicólogo no campo social e educacional em Cabinda/ Angola no intercâmbio com a comunidade, a fim de identificar novas possibilidades de espaço de trabalho e extensão com estágios diversos: ambiente escolar e não escolar, empresas ou fábricas, organizações não governamentais (ONGs), projetos do Governo, assim como, estabelecer vínculo com o curso de Psicologia Clínica da Escola Politécnica da UON. A segunda refere-se à implantação da Linha de Pesquisa Psicologia Educacional no Programa de Pós-Graduação em Educação do futuro curso de mestrado do ISCED/UON.

Imagem 3 - Cerimônia Pública/PROJECTO UON/UFMG.



Fonte: Gabriel Meira. Da esquerda para direita, Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves (CCSE/UEPA/Brasil), Domingos Sambo (ISCED/UON/Cabinda/Angola), Marcelo Ricardo Pereira (FaE/UFMG/Brasil).

¹ Para manter a originalidade do projeto, aqui descrito, foi mantido a escrita segundo a língua portuguesa na versão angolana, que não acolhe o Acordo de alteração ortográfica de 1990.



Imagem 4 - Comunidade Acadêmica -UON/Cabinda/ Angola.



Fonte: Gabriel Meira

A missão de trabalho destinada à equipe da Prof.^a Dra.^a Oneli Gonçalves foi estruturar Grupos Operativos de Pesquisa (GEP), de Publicação (GPU), de Ensino (GEN) e de Extensão (GEX) para implantação do Laboratório de Ensino e Pesquisa (LPPE) e da linha de pesquisa Psicologia, Psicanálise e Educação, com os objetivos de:

Contribuir para a delimitação e a efetivação de uma psicologia propriamente angolana e africana;

- Vetorizar na UON as atividades da área *psi* aplicadas à educação;
- Consubstanciar a formação em nível de graduação e de pós-graduação – Linha de Pesquisa do Mestrado em Educação do ISCED;
- Auxiliar no aprimoramento de novos métodos de ensino dos professores no ISCED;
- Ampliar o espaço de trabalho do licenciado em psicologia na província de Cabinda, como psicólogo socioeducacional;



- Instituir uma revista eletrônica indexada e os seminários bienais em nível internacional;
- Promover intercâmbios de discentes e de docentes do ISCED;
- Contrastar estudos de Angola com os de outros países em psicologia, psicanálise e educação.

Imagem 5- Grupo Operativo no ISCED/UON/Cabinda/ Angola.



Fonte: Gabriel Meira. Grupo Operativo de Ensino, Pesquisa e Extensão, membros: Oneli Gonçalves (Pesquisadora do CCSE/Uepa/Brasil), Domingos Sambo (Pesquisador do ISCED/UON/Cabinda/Angola), Francisco Macombo Chocolate (Pesquisador do ISCED/UON/ Cabinda/Angola), Nlandu Balenda (Coordenador de Psicologia do ISCED/UON/ Cabinda/Angola), Gabriel de Oliveira (acadêmico/Instituto de Psicologia/UFGM/ Brasil), docentes do Instituto de Ciências da Educação da Universidade Onze de Novembro, Cabinda/Angola: Evalina Niucha Celestina, Fernão Osório Afonso, Mario Miguel Vemba, João da Graça, Anatercia Ambrosio Joaquim, Ana M. M. Manuel, todos docentes do Instituto de Educação da UON e comunidade acadêmica (Gonçalves; Meira; Sambo, 2015).



Imagem 6- Plenária: Oneli Gonçalves, docentes e discentes da ISCED/ UON/Cabinda/Angola.



Fonte: Gabriel Meira.

Atividades, Produção e Atendimento Psicológico e Pedagógico do Estudante: desde a criação do Projeto, passando pela Institucionalização de 2017 até a mais recente Institucionalização de 2023

O trabalho do Sappe no CCSE começou a partir de uma força tarefa das professoras e psicólogas Oneli Gonçalves, Denise Eiró e Eliana Carneiro e da professora e pedagoga Osterlina Jucá, uma vez que o projeto fora aprovado sem recurso financeiro. O trabalho iniciou no bloco dos Centros Acadêmicos, cedido temporariamente pela Prof.^a Maria José Cravo, Diretora do CCSE à época. O projeto iniciou em uma pequena sala, com uma mesa e duas cadeiras. Começamos atendendo discentes do CCSE e do CCBS, bem como docentes, familiares dos acadêmicos, funcionários e a comunidade externa - alunos de escolas públicas. No início, o Serviço atendia alunos do Ensino Fundamental, visitávamos a escola e fazíamos reunião de devolutiva com a família e equipe pedagógica no espaço



de escolarização da criança. Todo investimento financeiro para viabilizar o trabalho no Sappe/CCSE era disponibilizado pelas docentes/ psicólogas a partir de recursos pessoais.

Diante da ampla demanda com diferentes queixas, foi-nos necessário definir de forma mais específica quem deveriam ser as pessoas atendidas pelo projeto. A indagação foi direcionando, ao longo dos anos, o refinamento da escuta dos psicólogos/docentes do DPSI sobre o que motivava o acadêmico a buscar o apoio psicológico e pedagógico do Sappe.

Mesmo com a rotatividade do local de funcionamento do projeto, a propaganda do trabalho aconteceu no corpo a corpo e/ou “boca a boca” pelas pessoas atendidas pelo Sappe, nos diferentes espaços do Centro de Educação. De 2009/2010 a 2015, foram registrados duzentos e quarenta e seis atendimentos/apoios psicológicos no Sappe/CCSE. Todo o trabalho está registrado em agendas e fichas de evolução individual mantidas nos arquivos do Projeto.

Em 2015, a Prof.^a Elisângela Cláudia de Medeiros Moreira, então chefe do DPSI, e a Prof.^a Denise Eiró, coordenadora do Serviço, receberam a sala onde, hoje, funciona o projeto, localizada no bloco administrativo do CCSE. Uma conquista importante que definiu os caminhos do Serviço em direção ao futuro, a concretização de um trabalho ético e de qualidade humanitária que se amplia a cada ano.

Em 2016, há o registro de oitenta e seis atendimentos realizados já no espaço permanente do Projeto. No segundo semestre de 2016, a Prof.^a Oneli Gonçalves retornou do Doutorado e reassumiu a coordenação. Em conjunto com a Prof.^a Denise Leal Eiró da Silva, passou a dedicar-se às discussões do novo projeto do serviço para institucionalização junto ao Conselho Universitário (Consun), formalização que ocorreu no ano seguinte. As atividades e os atendimentos que compõem os relatórios de produtividades funcionam como balizadores para orientação das novas medidas a serem planejadas e executadas no ano letivo que se seguirá.



Ainda em 2016, as primeiras parcerias dentro e fora da universidade começaram a se estabelecer. O Núcleo de Assistência Estudantil (NAE/Uepa), coordenado pelo Prof. Afonso Delgado promoveu a Roda de Conversa: *Sociedade, sofrimento e suicídio - consciência e prevenção*. As psicólogas do Sappe fizeram a interlocução junto à comunidade acadêmica. Outra parceria importante aconteceu com a Prof.^a Izabel Cristina Borges Correa Oliveira, do Departamento de Educação Geral (DEDG), que manifestou o interesse em destinar a carga horária, como psicóloga, da Secretaria Municipal de Educação, e, assim, compor a equipe do Sappe. Izabel Borges trouxe importantes contribuições para o trabalho no Sappe no campo da sexualidade (Gonçalves; Silva, 2016).

Em 2017, o Serviço foi institucionalizado pela primeira vez, sob a Resolução N. 3129/17 do CONSUN, de 25 de abril de 2017. Foram realizadas trezentos e trinta e nove atendimentos pelas docentes e psicólogas Oneli Gonçalves, Denise Eiró e Izabel Oliveira (Gonçalves; Silva; Oliveira, 2017).

Para fazer o levantamento das principais queixas que levam o acadêmico a buscar o Sappe, neste artigo, adotamos quatro categorias para ilustrar a frequência das maiores demandas, definidas como: recorrência alta (maior frequência), recorrência mediana (frequência na média das solicitações), recorrência baixa (menor solicitação) e eventos isolados (aparecem uma única vez naquele período).

Dentre as recorrências mais altas, estão ansiedade, depressão e conflitos familiares e/ou conjugais. Nas recorrências medianas, aparecem as dificuldades acadêmicas, angústia –muito associada à depressão –, conflitos no campo da sexualidade/gênero, tentativa de suicídio e ideação suicida, associadas a quadros depressivos importantes. Numa recorrência menor, estão a crise existencial, violência sexual, assédio, síndrome do pânico, baixa autoestima, estresse pós-traumático e doenças orgânicas. E, por último, quadros de esquizofrenia, labilidade de humor, Transtorno do Espectro Autista-TEA, maus tratos pela família, violência no



espaço acadêmico, *bullying*, drogas, orientação pedagógica específica e falta de identificação com o curso (Gonçalves; Silva; Oliveira, 2017).

No ano de 2017, o Sappe recebeu um computador através da vice-reitoria da Uepa, Prof. Dr. Clay Anderson, que otimizou e deu qualidade à produção do trabalho no Serviço. O período foi marcado pelo trabalho presencial do Sappe em outros municípios do estado. Atuamos no *Campus VI- Paragominas* com a temática Violência Sexual, e no *Campus X- Igarapé Açu*, com a pauta Suicídio, tema de campanha nacional de prevenção conhecida como Setembro Amarelo. Tal ação, hoje, faz parte do calendário de atividades permanentes do Serviço que acontecem em diferentes espaços da universidade (Gonçalves; Silva; Oliveira, 2017).

O atendimento interdisciplinar e intersetorial junto ao estudante iniciou-se com as coordenações e assessorias pedagógicas nos cursos do CCSE e CCBS. No CCSE, com os cursos de Licenciatura em Letras- Língua Portuguesa e LIBRAS, História, Ciências da Religião, Matemática, Música, Geografia, Filosofia, Pedagogia e Mestrado (Programa de Pós-Graduação em Educação- PPGED). No CCBS, o curso assistido foi o de Terapia Ocupacional.

O Sappe também iniciou o atendimento ao estudante em domicílio. Tratam-se de casos excepcionais que acontecem por impossibilidade de deslocamento do discente até o Serviço, em função do quadro grave de doença mental ou orgânica (Gonçalves; Silva; Oliveira, 2017).

Em 2018, foram realizados duzentos e quarenta atendimentos na capital e vinte e nove atendimentos, de forma presencial, no *Campus XII- Santarém* (Gonçalves *et al.*, 2018). Em Belém, identificamos a ansiedade associada à angústia, numa recorrência nunca verificada anteriormente. Conflitos conjugais, dificuldades relacionadas à crise existencial e no campo da sexualidade também se apresentam de forma expressiva. No nível mais mediano das recorrências, apareceram baixa autoestima, solicitação de orientação familiar, dificuldades acadêmicas, ten-



tativa de suicídio e ideação suicida acompanhado de quadros depressivos, humor rebaixado e sofrimento psíquico por sobrecarga emocional. Como eventos isolados aparecem o comportamento auto lesivo, déficit cognitivo, Transtorno de Adaptação e sintomas psicóticos (Gonçalves *et al.*, 2018).

A ação em Santarém, mobilizada pelo Diretor de Gestão de Pessoas (DGP/Uepa), Neivaldo Fialho, contou com o apoio do Vice-Reitor, à época, Prof Dr. Clay Anderson Chagas. Após visita técnica do DGP à Santarém, foi manifestado à equipe do Sappe/CCSE a preocupação quanto às pessoas que ali atuavam, necessitando de apoio especializado no campo *psi*, em função das queixas coletadas em relação aos estudantes e funcionários, com indicativo de adoecimento psíquico, transtorno mental, tentativa de suicídio e comportamento autolesivos.

O trabalho contou com uma nova parceria que se instituiu, naquele momento, com a Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Educação (PPGED), através da Prof.^a Dr.^a Ivanilde Apoluceno, que manifestou o interesse de uma aluna do Programa, do Núcleo de Pesquisa Paulo Freire (NEP), trabalhasse com a equipe de psicólogos do Sappe/CCSE em Santarém. Realizamos palestra para a comunidade interna e externa com o tema Adoecimento Mental, também promovemos a escuta junto ao discente, ao servidor e à equipe de docentes e discentes integrantes da Liga de Saúde Mental na universidade naquele município.

Em Santarém, a equipe do Sappe trabalhou com discentes, docentes, servidores e comunidade externa. Atendeu acadêmicos dos cursos de Medicina, Enfermagem e Fisioterapia. A maior solicitação veio da Liga de Saúde Mental, pedindo orientação quanto ao limite para entender até que ponto seria possível desenvolver a escuta pela Liga junto ao discente. No nível mediano de recorrência, apareceram ansiedade, conflitos familiares, quadro depressivo, angústia, luto, crise de identidade e dificuldade acadêmica muito associada à sobrecarga emocional. Mais isoladamente, apareceram a ideação suicida associada a quadro depressivo, baixa autoestima, crise existencial e conflitos no campo da sexualidade (Gonçalves *et al.* 2018).



Imagem 7- Equipe presente no Campus XII- Tapajós. Da esquerda para a direita: Oneli Gonçalves (Coordenadora Sappe/CCSE), Maria de Nazaré Gonçalves (Técnica Sappe/CCSE), Psicólogas Priscila Costa Soares Leite (Ppged/Nep) e Patrícia Diniz (NAE/Uepa).



Fonte: Arquivo do Sappe/CCSE.

A culminância do trabalho resultou em uma reunião para apresentar os dados coletados pela equipe do Sappe/CCSE junto à coordenadora Prof.^a Dr.^a Silvania Yukiko Lins Takanashie e equipe técnica, pedagogas Jéssica Costa Ninas e Maria de Jesus Monte de Souza. Foi sugerido:

- fomentar a necessidade de criação de um Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico no *Campus XII*;
- promover o acompanhamento no campo *psi* junto a discentes e servidores para otimizar a vida acadêmica e melhorar a relação no trabalho; c) orientar a gestão do *Campus* a buscar parcerias locais para o atendimento junto ao servidor e aluno em serviço especializado na área da psiquiatria; d) buscar parcerias com setores da sociedade que pudessem fazer formação/treinamento para otimização do serviço junto ao pessoal administrativo. A equipe do Sappe/CCSE se disponibilizou a discutir os casos mais delicados para o encaminhamento cabível, a fim de oferecer assistência/ acompanhamento especializado no próprio município (Gonçalves *et al.*, 2018).



O ano de 2018, mesmo tendo sido um ano letivo atípico em função da greve dos professores, com paralização nos meses de maio e junho, o trabalho no Sappe/CCSE não parou. As professoras Oneli Gonçalves, Denise Eiró e Izabel Oliveira seguiram acompanhando os acadêmicos em condições psicológicas mais delicada.

Outras parcerias se constituíram. A professora Marli Melo de Almeida, coordenadora do Núcleo de Acessibilidade e Inclusão (NAI), juntamente com a docente e psicóloga do Departamento de Educação Especializada (DEES), Carla de Luna, estabeleceram parceria com o Sappe/CCSE a fim de promover apoio psicológico e pedagógico junto ao acadêmico com necessidade de inclusão na vida universitária.

Passados oito anos de trabalho do Sappe, 2018 tornou-se um marco importante quanto à valorização do psicólogo na Uepa. Em um Processo Seletivo Simplificado (PSS), abriu-se vaga para técnico no campo *psi*. A psicóloga Maria de Nazaré Gonçalves, Especialista em Psicologia da Saúde e Hospitalar e Psicologia Jurídica, passou a integrar a equipe no CCSE como técnica, aquisição importante que possibilitou a participação do Sappe no acolhimento aos novos alunos do Curso de Ciências Naturais, em mesa redonda com o tema Adoecimento Psicológico. Outro ganho para a universidade e para as discussões de casos clínicos no apoio psicológico ao estudante foi o ingresso da psicanalista Patrícia Diniz que passou a atuar no NAE/ Uepa, também parceiro do Sappe.

Juntamente com o Grupo de Estudo e Pesquisa em Psicanálise e Educação², promoveu-se a Conferência Concepção Psicanalítica de Desamparo, ministrada pela Prof.^a Dr.^a Helena Melo Dias, do Departamento de Psicologia do CCSE/UEPA, à comunidade acadêmica no auditório da Reitoria. O Serviço também foi apresentado ao Prof. Leopoldo Jr., coordenador do Projeto de Extensão Jurunas de Educação Popular. Atividade que acontece na Escola Estadual de Ensino Fundamental Prof.^a Placídia Cardoso.

Outra importante parceria foi firmada com o Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas (CAPS AD III) – Marajoara. É um

² Hoje, Grupo de Pesquisa em Psicanálise, Educação e Inclusão.



serviço especializado em saúde mental e dependência química vinculado à Secretaria de Saúde Pública. Atende pessoas com problemas decorrentes do uso ou abuso de álcool e outras substâncias visando à reabilitação e reinserção na sociedade. A visita técnica foi realizada pelo Diretor do CCSE, Prof. Anderson Maia e equipe do Sappe, Prof.^a Oneli Gonçalves e psicóloga Maria de Nazaré Gonçalves. O objetivo foi promover um suporte ao acadêmico que necessitasse de atendimento especializado. Medida importante e decidida em reunião entre as psicólogas do Sappe e a Prof.^a Dr.^a Taíssa Tavernard, Coordenadora do Curso Ciências da Religião. O intuito foi constituir um apoio especializado para o acadêmico que necessitasse desse tipo de atendimento. Caso precisasse ser discutido em nível de Colegiado do Curso, teria o devido respaldo médico para aqueles que estivessem em condição de vulnerabilidade, com risco de jubilamento da universidade, por não conseguirem desenvolver o processo de formação universitária no tempo regulamentado pela Lei, em função de apresentarem um quadro grave de adoecimento psíquico (Gonçalves *et al.*, 2018).

A equipe do Sappe realizou reuniões técnicas, regularmente, com o objetivo de promover estudos de caso e ações para otimizar o atendimento no Centro de Ciências Sociais e Educação e no Centro de Ciências Biológicas e da Saúde. Os cursos atendidos foram Licenciatura em Ciências Naturais, Curso de Filosofia e Biomedicina. Reunimos com a Enf.^a Aglaia Cruz para ações de promoção à Saúde. Nesse período, foi possível contar com a participação da Psicóloga Patrícia Neder, docente do DPSI que atua em cursos no CCBS, e coordena o grupo de Apoio Psicológico junto ao Acadêmico de Medicina (Gapem). Representantes do Sappe/CCSE, a Prof.^a Oneli Gonçalves e a psicóloga Maria de Nazaré Gonçalves, juntamente com os Assessores Pedagógicos Amanda Peres e José Maria, trataram sobre impasses na universidade e discentes do Curso de Biomedicina, do CCBS (Gonçalves *et al.*, 2018).

Pode-se considerar que 2019 foi um dos anos mais produtivos, tendo sido realizados setecentos e dois atendimentos. As queixas sobre sintomas de ansiedade/ angústia triplicaram em relação a 2017. Antes desse momento, eram realizados, aproximadamente, duzentos e trinta e quatro atendimentos. A recorrência mediana apresentou expressivi-



dade sobre sintomas depressivos, dificuldades acadêmicas, conflito pessoal, problemas conjugais e impasses relacionados à sexualidade. Em menor recorrência, esteve a busca por orientação psicológica quanto ao conflito familiar, baixa autoestima, tentativa de suicídio e/ou ideação suicida, comportamentos autolesivos, luto, sofrimento psíquico/ sobrecarga emocional, violência sexual, quadro fóbico, somático, *deficit* cognitivo, crise de pânico e esquizofrenia. Nos eventos isolados, apareceram o uso abusivo de drogas, alopecia em função de um quadro de adoecimento orgânico importante, sintomas psicóticos e TEA (Gonçalves *et al.*, 2019).

Para fomentar o trabalho, foi e tem sido importante a colaboração dos docentes/psicólogos do DPSI, efetivos ou substitutos, com ou sem contagem de carga horária por atuar no Sappe. Período em que os atendimentos ocorreram nos três turnos entre os meses de janeiro a dezembro de 2019.

Sappe/CCSE em números

O quadro indica um total de mil e setenta e cinco horas destinadas para atendimento no Sappe no ano letivo de 2019, sendo setecentos e dois atendimentos efetivados. Foram registradas duzentas e quinze faltas sem comunicação e cento e cinquenta e oito justificadas por cancelamentos ou transferência de horário (Tabela 1). Ao ser identificado que houve um percentual, significativo, de acadêmicos que faltaram no atendimento previamente agendado, cerca de 20% e 15% de outras situações, houve a necessidade de se fazer uma campanha de conscientização sobre a importância de não faltar ou disponibilizar o horário agendado, o que levou a fazer uma estimativa sobre o atendimento psicológico, com valores em reais que são empenhados para a realização desse trabalho, estabelecendo a relação entre o tempo em que o profissional fica disponível na sala do Serviço e o não comparecimento do estudante ao atendimento. Foi adotada, para essa análise, a Tabela de Referência Nacional de Honorários dos Psicólogos³, parâmetro oficial da categoria de referência nacional (Conselho Federal de Psicologia-CFP, 2013), o que possibilitou constatar, em reais, o valor que o Sappe entregou à comunidade acadêmica no ano de 2019.

³ Valores Atualizados pelo INPC-IBGE até maio de 2023* para Vigência em 1º junho/ 2023.



O cálculo de 2019 é apenas em relação à consulta psicológica, não inclui outros serviços realizados pelo Sappe, como anamnese psicológica, avaliação de desempenho acadêmico, avaliação/orientação psicológica, entrevista devolutiva junto ao discente, família e/ou coordenações de curso, observação de campo com visita domiciliar, hospitalar e/ou acadêmica, identificação de necessidades humanas e/ou acadêmicas, planejamento psicopedagógico, impasses na aprendizagem individual junto ao estudante dentro do TEA, roda de conversa, palestras/conferências/mesas redondas em eventos acadêmicos e em programas de pós-graduação *stricto sensu* e *lato sensu*, campanhas preventivas no campo da saúde mental, educação formal e inclusiva. Os demais serviços listados passarão a compor os relatórios de atividades, produção e atendimento psicológico a partir 2023

Tabela 1 – Quadro Geral de 2019.

Mês	Atendimentos	Faltosos ⁴	Outros	Horas no SAPPE
Jan.	39	6	19	64
Fev.	44	22	10	76
Março	59	12	8	79
Abril	99	45	18	162
Mai	124	29	17	170
Jun.	26	1	12	39
Ag.	44	5	5	54
Set.	190	34	29	153
Out.	80	38	20	47
Nov.	58	15	17	90
Dez.	30	8	3	41
TOTAL	702	215	158	1.075

Fonte: Relatório de Atividades, Produtividade e Atendimento Psicológico e Pedagógico do Estudante (Gonçalves *et al.*, 2019).

⁴ Os momentos em que o psicólogo está sem atendimento são destinados aos estudos. O Sappe/CCSE possui uma pequena biblioteca especializada montada a partir das doações de livros, teses, periódicos e revistas fornecidas pelo Grupo de Pesquisa Interdisciplinares sobre Formação e Práticas em Saúde, coordenadora Prof.^a Dr.^a Ana Cristina Soeiro; Grupo de Estudo e Pesquisa Pedagogia em Movimento, coordenadora Prof.^a Dr.^a Diana Lemes Ferreira; Grupo de Estudo e Pesquisa em Psicanálise, Educação e Inclusão, coordenadora Prof.^a Dr.^a Oneli Gonçalves



Com foco apenas nos atendimentos/apoios psicológicos, a Tabela 2 apresenta o cálculo considerando o maior valor e o valor médio cobrados no Brasil, excluindo-se desse cálculo a referência de valor mínimo. A escolha do critério é justificada em função de o psicólogo que trabalha no Sappe ser, no mínimo, especialista. São quatro doutores, três mestres, um especialista e um psicólogo com pós-doutorado pela USP/SP⁵.

Tabela 2- Consulta Psicológica em valores em Reais (R\$).

TOTAL	Valor Médio	Valor Maior	TOTAL REAIS
Consulta Psicológica	702 x 309,44	702 x 354,92	V. Médio - R\$217.226,88 V. Maior - R\$249.153,84
Faltosos sem justificativa	215 x 309,44	215 x 354,92	V. Médio - R\$66.529,6 V. Maior - R\$76.307,8
ustificado ou transferido	158 x 309,44	158 x 354,92	V. Médio - R\$48.891,52 V. Maior - R\$56.077,36
Hora Total no Sappe	1.075 x 309,44	1.075 x 354,92	. Médio - R\$332.648,00 V. Maior - R\$381.539,00

Fonte: Relatório de Atividades, Produtividade e Atendimento Psicológico e Pedagógico do Estudante (Gonçalves *et al.*, 2019).

É possível dizer que a produção do Sappe/CCSE é um produto especializado que o projeto entrega à comunidade acadêmica da Uepa, que pode ser calculado em valores da moeda corrente atual, o real. Diante dos resultados apresentados pelos Relatórios de Atividade, Produtividade, Atendimento Psicológico e Pedagógico, faz-se necessário um resumo sobre a produtividade do Sappe

⁵ Em junho de 2023, a Universidade de São Paulo subiu trinta posições no *QS WORD UNIVERSITY RANKING 2024*, com isso, foi eleita a 85ª melhor do mundo e se tornou a primeira universidade brasileira no *Top 100* - entre mais de 3 mil. Disponível em www.saopaulo.sp.gov.br .Acesso em: 2 de jan.2024.



/CCSE no período de 2010 a 2022. Para análise, é considerada a Tabela de Honorários do Psicólogos. Os valores das consultas são atualizados pelo Índice Nacional de Preços ao Consumidor (INPC), Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), até maio de 2023, com início de vigência em 1º junho de 2023 (CFP, 2023). O cálculo tem como base os registros de atendimentos psicológicos coletados a partir das Fichas de Evolução Individual dos acadêmicos atendidos. A delimitação do critério ocorre em função de que os psicólogos que atuam no serviço são especialistas, pesquisadores com carreira acadêmica consolidada.

No intervalo de 2009/2010-2022, foram realizados um total de dois mil, trezentos e doze atendimentos. Pelo valor máximo da tabela do CFP, a consulta psicológica é de R\$ 354,92 (trezentos e cinquenta e quatro reais e noventa e dois centavos), o valor do produto/serviço entregue pelo Sappe/CCSE à comunidade acadêmica, no período de 2009/2022, foi de R\$ 820.575,04 (oitocentos e vinte mil, quinhentos e setenta e cinco reais e quatro centavos). Pelo valor médio cobrado pela Tabela do CFP, para o mesmo período, cada consulta psicológica custou R\$309,44 (trezentos e nove reais e quarenta e quatro centavos), o Sappe/CCSE tem entregue, como produto à mesma clientela citada, o valor total de R\$715.425,00 (setecentos e quinze mil, quatrocentos e vinte e cinco reais) em serviços de atendimento/apoio psicológico à comunidade da Uepa.

A partir do quantitativo de atendimento psicológico realizado pelos docentes e psicólogos do projeto, o produto do Sappe/CCSE se aproxima da casa do primeiro milhão em serviços especializados entregues à comunidade acadêmica, o que demonstra a qualidade e a abrangência do trabalho com compromisso social e seu importante engajamento junto à sociedade paraense.

Expansão do Sappe

O ano de 2019 foi marcado pela expansão do Sappe para outros Centros da Uepa. Iniciou-se o trâmite para implantação do serviço no CCBS. O projeto foi discutido e aprovado em Reunião



no DPSI, em 31 de janeiro de 2019, e aprovado pelo Consun em março de 2022. Um dos eventos marcantes nesse ano, foi a ação Uepa na Praça da República, promovida pelas Pró-Reitorias de Ensino de Graduação (Prograd), de Pesquisa (Propesp) e de Extensão (Proex). Os psicólogos do Departamento de Psicologia e do Sappe fizeram um trabalho de panfletagem, conversam com as pessoas e fizeram a apresentação do trabalho que é realizado no espaço universitário, tiraram dúvidas junto à população interessada sobre o apoio psicológico desenvolvido pelo Serviço na Universidade do Estado do Pará.

A seguir alguns registros fotográficos da supracitada ação na Praça da República em Belém:

Imagem 8 – Psicólogos/Docentes da UEPA na Praça da República. Da esquerda para direita, Daniele Moura, Eliana Carneiro, Francisco Aires Neto, Caetano Diniz, Oneli Gonçalves.



Fonte: Arquivo do projeto Sappe/CCSE.

Imagem 9 - Psicólogos/Docentes da UEPA na Praça da República. Da esquerda para direita, Caetano Diniz, Eliana Carneiro, Oneli Gonçalves, Daniele Moura, Sergio Darwich.



Fonte: Arquivo do projeto Sappe/CCSE.

Imagem 10 - Psicólogos/Docentes da UEPA na Praça da República. Da esquerda para direita, Francisco Aires Neto, Caetano Diniz, Daniele Moura, Oneli Gonçalves, Sergio Darwich, Izabel Oliveira.



Fonte: Arquivo do projeto Sappe/ CCSE.



Em 2020, devido à pandemia do coronavírus, COVID-19, o Serviço suspendeu as atividades no dia 17 de março (Gonçalves; Medeiros; Monteiro Neto, 2020). Mesmo nessa condição caótica de saúde no mundo, num período em que as medidas restritivas já estavam em vigor, a coordenação do Sappe se viu numa situação difícil e inusitada. Foi chamada para atender um jovem de vinte e três anos, acadêmico do Curso de Pedagogia Bilíngue, com comprometimento da fala e da audição, que precisava de apoio psicológico por ter sido diagnosticado com CA numa condição grave. Com o empenho dos professores Anderson Maia, Oneli Gonçalves e Maria Joaquina Nogueira da Silva, foi possível viabilizar o atendimento especializado no Hospital Ophir Loyola. Todavia, a demanda ao Serviço estava posta: o discente precisava aceitar sua condição de adoecimento para ser preparado para iniciar o tratamento quimioterápico com urgência para ter a possibilidade de ser submetido à cirurgia. Antes do atendimento presencial, foram feitas várias tentativas através de chamada de vídeo sem sucesso. Mesmo com a intérprete de LIBRAS, Joana de Jesus, o problema na comunicação se mostrava extremo. Diante das dificuldades, decidiu-se, coletivamente, adotar todas as medidas de segurança sanitária e ir até o domicílio do estudante para que ele e a família pudessem receber o apoio psicológico que necessitavam.

Ainda no período do isolamento social, ocasionado pela pandemia do coronavírus, as psicólogas Elisângela Claudia de Medeiros Moreira, Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves e Patrícia Regina Bastos Neder, além das técnicas psicólogas Ana Paula Seabra da Silva Carvalho (Núcleo de Atenção à Saúde do Servidor/CCSE) e Maria de Nazaré Gonçalves (Núcleo de Atenção ao Servidor/ Uepa), passaram a integrar a equipe do Projeto de Extensão Coordenado pela Prof.^a Dr.^a Vera Regina da Cunha Menezes Palácios, O Covid-19 e as ações de Teleatendimento, realizado por médicos do CCBS/ Uepa e psicólogos do CCSE e CCBS/Uepa. A missão envolveu setenta e um profissionais, entre médicos e psicólogos, para atender, remotamente, pessoas dos cento e quarenta e quatro municípios do estado do Pará, que estivessem em processo de adoecimento físico ou mental.



O atendimento *on-line* é um formato de trabalho que veio para ficar, mudou a lógica da escuta entre o profissional da saúde e a pessoa em sofrimento, como poderá ser verificado no capítulo intitulado Atendimento Psicológico Online: uma importante ferramenta para saúde mental, da também psicóloga do Sappe, Prof.^a Dr.^a Elisângela Claudia de Medeiros Moreira. Mesmo com a retomada gradativa das atividades presenciais, muitos discentes optaram por continuar sendo atendidos remotamente. A iniciativa da Prof.^a Dr.^a Vera Palacios deu origem a publicação intitulada O COVID-19 e as ações de Teleatendimento: relatos de psicólogos e médicos do CCBS e CCSE (Menezes, 2021).

O período pós-pandemia, especificamente 2021/2022, trouxe grandes desafios para o funcionamento do Serviço. O primeiro, foi a redução no número de psicólogos, que se somou à liberação da professora Oneli Gonçalves para o Pós-doutorado. Segundo, o aumento significativo de pessoas solicitando atendimento psicológico. O Diretor do CCSE, Prof. Dr. Anderson Maia, atento e sensível às necessidades do Centro, reforçou a equipe trazendo a psicóloga Ana Paula Seabra da Silva Carvalho do NASS/CCSE para trabalhar juntamente com a Prof.^a Elisângela Claudia de Medeiros Moreira, que passou a assumir a Coordenação do Sappe.

O número de atendimento passou de três para oito por aluno. A fim de otimizar o trabalho, mesmo com recursos limitados em função do quadro pandêmico, o Prof. Anderson Maia disponibilizou o seu aparelho institucional para os atendimentos *on-line* até que o Centro tivesse condições de fornecer uma câmera para o computador do Sappe/CCSE e o sistema de telefonia pudesse ser restabelecido. O atendimento remoto foi mantido e abriu a possibilidade de atender mais pessoas. Foram realizados seiscentos e noventa e sete atendimentos somando capital e outros municípios, presencial e/ou remotamente, junto a discentes da graduação, especialização, mestrado e doutorado, de cursos vinculados ao CCSE, CCBS e CCNT. Concomitantemente, iniciou-se o atendimento dos discentes de um novo Programa do Governo do Estado o FormaPará (Moreira; Gonçalves; Monteiro Neto, 2021- 2022).



Em 2021/2022, no que se refere às altas recorrências, permanecem, em primeiro lugar, os sintomas de ansiedade/angústia. Nas recorrências medianas, aparecem a dificuldade de adaptação na universidade em função da temporada de isolamento social pela pandemia, sintomas depressivos, conflito conjugal e existencial, problemas familiares, dificuldades relacionadas ao campo sexual. Numa recorrência mais baixa, estão a dificuldade financeira, baixa autoestima, dificuldades nas habilidades sociais, Transtorno do sono-vigília, dificuldade para lidar com o luto, Transtorno Bipolar, Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade e Transtorno da Personalidade. Entre os eventos isolados, aparecem o alto desempenho, transtorno de comportamento obsessivo e quadro psicótico (Moreira; Gonçalves; Monteiro Neto, 2021- 2022).

Considerações Finais

O Sappe/CCSE, mesmo sendo um projeto que não recebe apoio financeiro, tem se sustentado ao longo desses quinze de trabalho com o suporte incansável dos Diretores do CCSE, em particular, da última gestão do Centro de Educação, Prof. Dr. Anderson Maia, a princípio com o Prof. João Paulo, e, depois, com o Prof. Dr. Frederico Bicalho. É preciso mencionar a contribuição dos Professores Iracildo Pereira Castro, como Chefe do DPSI, Clay Anderson Nunes Chagas, desde quando esteve Vice-Reitor, e agora, como Reitor, juntamente com a Prof.^a Dr.^a Ilma Pastana, vice-reitora como pessoas sensíveis ao trabalho que o projeto desenvolve no espaço da universidade.

Todavia, é preciso citar a lembrança do empenho do Prof. Dr. Ruy Guilherme Castro de Almeida, Pró- Reitor de Graduação quando o Sappe iniciou suas atividades, doando para o projeto o “divã” (sofá lilás) que está até hoje no Serviço. Os nomes citados devem receber, merecidamente, os sinceros agradecimentos de todos os coordenadores e psicólogos que fazem parte do grupo Sappe por todo esforço para fazer funcionar o serviço.



É possível dizer que o Sappe inspira formas de atuar de maneira eficaz com princípios éticos que entregam um trabalho de excelência à comunidade acadêmica, consequentemente, ao estado do Pará. O desejo de todos que já passaram ou estão no Sappe é que o projeto possa ser integrado ao organograma da instituição, que abra-se a possibilidade de oferecer vagas para psicólogos em concurso público. Dessa maneira, o serviço não precisaria aguardar a lotação como docente do DPSI, para, então, verificar a disponibilidade de carga horária para trabalhar como psicólogo no Serviço. O mais recente PSS, em setembro de 2023, permitiu o ingresso de um psicólogo-técnico para o Projeto, porém, com permanência limitada de dois anos como rege o Edital do Processo Seletivo.

A Lei N. 6.828 de 7 de fevereiro de 2006 (UEPA, 2006) que “Dispõe da Reestruturação Organizacional da Universidade do Estado do Pará” e as diretrizes do Plano de Desenvolvimento Institucional 2017-2027 da UEPA (UEPA, 2017), são documentos que fortalecem o sonho e a vontade dos docentes do Departamento de Psicologia e da equipe do Sappe de que o Serviço venha a fazer parte, num futuro breve, da nova reestruturação da Uepa. Que, também, o Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante tenha a possibilidade de funcionar em todos os *campi*, com equipe especializada e local estruturado, como, hoje, acontece no Centro de Ciências Sociais e Educação no intuito de fortalecer a Política de Assistência ao Estudante na Universidade do Estado do Pará.

Graças ao empenho de muitos servidores que trabalham nos “bastidores” do projeto, a quem devemos todo respeito e agradecimento, o trabalho no Sappe continuará cuidando do mal-estar dos estudantes. A cada ano letivo, novos aprendizados são vividos, novos desafios são superados e os resultados positivos só crescem, o que indica que estamos no caminho certo. Vida longo ao projeto Sappe!



REFERÊNCIAS

BOLAÑOS, Diego; GONÇALVES, Oneli de Fátima Teixeira; PARDO, Yudi; PEREIRA, Marcelo Ricardo Pereira. Recono(c)siéndose en, con y por la palabra: La investigación-intervención de orientación clínica em Psicoanálisis y Educación. INFEIES – RM, 7 (7). **Investigaciones** - Mayo 2018: <http://www.infeies.com.ar>

BRASIL. Conselho Federal de Psicologia. **Tabela de Referência de Honorários de Psicologia, 2023**. Disponível em: <https://site.cfp.org.br>. Acesso em 2 de jan. 2024.

BRASIL. Conselho Federal de Psicologia. **Código de Ética Profissional do Psicólogo**. 2005. Disponível em: <https://site.cfp.org.br>. Acesso em 5 de jan. 2024.

FREUD, Sigmund. (1930 [1929]). **O mal-estar na civilização**. V. XXI. Rio de Janeiro: Imago, 1974.

GOMES, Maria de Fátima Cardoso; GOULART, Maria Inês Mafra; PEREIRA, Marcelo Ricardo; BALENDA, Nlandu; CHOCOLATE, Francisco Antônio Macongo; SAMBO, Domingos; CANHICI, Maria Helena. **Projecto do Laboratório de Ensino e Pesquisa. Linha de Pesquisa Psicologia, Psicanálise e Educação**. UON/Angola. FAE/ UFMG/BRASIL, 2012.

GOMES, Maria de Fátima Cardoso; GOULART, Maria Inês Mafra; PEREIRA, Marcelo Ricardo; BALENDA, Nlandu; CHOCOLATE, Francisco Antônio Macongo; SAMBO, Domingos; CANHICI, Maria Helena. **Pró-mobilidade Internacional de Apoio à Pesquisa e ao Ensino CAPES/ AULP – Edital – nº 33/2012**. UON/Angola. FAE/UFMG/ BRASIL, 2010.

GONÇALVES, Oneli de Fátima Teixeira; MEIRA, Gabriel de Oliveira Marques; SAMBO, Domingos. **Relatório Programa Pró-mobilidade Internacional de Apoio à pesquisa e ao Ensino CAPES/AULP – EDITAL – Nº 33/2012**. Laboratório de Ensino e Pesquisa e da Linha de Pesquisa Psicologia, Psicanálise e Educação. Universidade Onze de Novembro/ISCED. Cabinda/Angola. PPGE MINTER/DINTER/UFMG: Belo Horizonte, 2015, 41p.

GONÇALVES, Oneli de Fátima Teixeira. **Respostas que o professor produz quando se diz angustiado no trabalho docente**. 2016. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2016, 236 f. Disponível em http://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUOS-ARSFVW/1/tese_oneli.pdf. Acesso em 7 jan.24.



uepa.br/eduepa/wpcontent/uploads/2022/11/O_COVID19_Acoes_Teleatendimento_UEPA.pdf Acesso em: 3 jan.2024.

MOREIRA, Elisangela Cláudia de Medeiros; GONÇALVES, Oneli de Fátima Teixeira; MONTEIRO NETO, João Bosco. **Relatório de Atividade, Produção, Atendimento Psicológico e Pedagógico do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico - SAPP/CCSE**. Gabinete da Direção. Centro de Ciências Sociais e Educação. Assessoria de Planejamento. Pró-reitoria de Extensão. Universidade do Estado do Pará, 2021-2022.

UEPA. Universidade do Estado do Pará. Conselho Universitário. Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico. Centro de Ciências Sociais e Educação. **Resolução N.4036/2023- CONSUN, 25 out., 2023,2023.**

UEPA. Universidade do Estado do Pará. Conselho Universitário. Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico. Centro de Ciências Biológicas e da Saúde. **Resolução N.3783/22 – CONSUN, 23 de março de 2022, 2022.**

UEPA. Universidade do Estado do Pará. Conselho Universitário. Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico. Centro de Ciências Sociais e Educação. **Resolução N.3129/17 – CONSUN, 25 de abr. 2017, 2017.**

UEPA. Universidade do Estado do Pará. Conselho Universitário. **Resolução N. 3365/2018 - CONSUN, 19 set. 2018, 2018.**

UEPA. Universidade do Estado do Pará. Conselho Universitário. Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico. Centro de Ciências Sociais e Educação. **Resolução N.2012/09- CONSUN, 19 de ag. 2009, 2009.**

UEPA. Universidade do Estado do Pará. **Lei 6.828 de Reestruturação Organizacional da Universidade do Estado do Pará**. Belém, 2006.

UEPA. **Plano de Desenvolvimento Institucional 2017- 2027**. (Orgs) Ana da Conceição Oliveira, Maria Elisabete Barata Moreira, Simone Nonato Miranda. Belém, PA: UEPA, 2017.



O Resgate da construção do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante no Centro de Ciências Biológicas e da Saúde-CCBS

Patrícia Regina Bastos Neder

O que leva alguns acadêmicos da área da saúde em formação profissional a se perceberem adoecidos, estressados, angustiados, mentalmente esgotados, hipermedicalizados ou sob necessidade de tratamento médico e psicológico? Até que ponto o processo de formação acadêmica, o ingresso na universidade tão sonhada, ou mesmo o choque geracional entre docentes e jovens discentes que estão em processo de formação pessoal e profissional, pode propiciar, por exemplo, o baixo aproveitamento do acadêmico na universidade, a falta de interesse pelas atividades institucionais, a recorrência ao uso de psicofármacos, ou mesmo, a ingestão, em excesso, de drogas lícitas e ilícitas, a fim de lidar com as situações difíceis da graduação? São respostas comumente observadas em nossos jovens alunos que desencadeiam estados de angústia, depressão ou outro mal-estar profissional que prejudicam, significativamente, a carreira universitária (Gonçalves *et al.*, 2018).

São interrogações que nos chamam atenção como docentes e pesquisadoras dessa universidade, e que cada vez mais nos mobilizam a estudar a relação entre saúde mental e a formação acadêmica do profissional da área da saúde no momento da vida universitária no espaço da Universidade do Estado do Pará (Uepa).

A caminhada das docentes pela busca de assistência aos universitários com escuta ativa das suas angústias e experiências difíceis foram acontecendo após aulas da psicologia médica. Nesses encontros, assuntos como atributos do médico, a formação psicológica do médico, o estresse vivenciado na prática profissional, mecanismos de defesa psicológicos, elementos da formação



da personalidade, entre outros, estimulavam reflexões sobre vocação profissional, transtorno de humor e de personalidade e desafios pertinentes ao exercer sua função profissional em aulas práticas e estágios. Um número considerável de alunos abordava as professoras nos corredores da instituição para conversar sobre tais questões.

Assim surge o primeiro serviço de apoio psicopedagógico ao aluno, o Grupo de Apoio Psicopedagógico ao Estudante de Medicina (Gapem). O grupo foi composto de uma professora e médica psiquiatra, uma professora e psicóloga clínica, uma pedagoga. Foi cedido um espaço pela direção do Centro e os atendimentos aconteciam no turno da manhã em três dias da semana. Cada estudante poderia permanecer no serviço até três encontros. A partir daí, se houvesse necessidade de tratamento psicoterapêutico e/ou psiquiátrico fora da universidade, a equipe se responsabilizava em fazer os encaminhamentos. Esse serviço iniciou em 1989 ainda na Faculdade do Estado do Pará (FEP) que precedeu a Uepa. E no ano 2008 a Resolução 01/08 de 23 de janeiro de 2008 aprovou a criação e funcionamento do Gapem no CCBS.

O grupo de apoio funciona até os dias atuais pois foi incluído como serviço do Projeto Pedagógico do Curso de Medicina da Uepa. O objetivo da assistência visa prevenir e minimizar dificuldades e crises relacionadas ao processo de amadurecimento individual e à vida universitária. A equipe funciona com uma professora com formação em psicologia clínica na coordenação do trabalho, uma pedagoga na triagem das situações e uma psicóloga que realiza psicoterapia aos que necessitam.

A partir do ano 2021, as docentes Ana Cristina Vidigal Soeiro, Patrícia Neder e Oneli Gonçalves escreveram a proposta de implantação do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante (Sappe) no CCBS. E em 23 de março de 2022, por meio da Resolução 3783/22, foi aprovado e institucionalizado o serviço. A equipe conta com uma professora com formação em psicologia clínica na coordenação e duas psicólogas que acompanham os alunos que precisam de psicoterapia. O funcionamento é de segunda a sexta,



nos turnos de manhã e tarde, em sala exclusiva para a assistência dos estudantes da área da saúde.

O universitário da saúde lida com dor, sofrimento, diagnósticos, aconselhamentos, educação e prevenção de doenças. Ainda que o reconhecimento social desse profissional em formação seja atraente, muitas vezes o acadêmico não consegue elaborar os conflitos gerados pelas dificuldades que são peculiares às necessidades de cada um dos cursos, a citar, os oferecidos no CCBS: Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Medicina, Biomedicina, Enfermagem, Fonoaudiologia e Saúde Coletiva. Consequentemente, compreende-se a necessidade de manutenção do apoio psicológico e/ou acompanhamento pedagógico sistematizado, com a proposição de um espaço de escuta e fala para o discente que lida com o sofrimento do paciente e se encontra no exato momento da formação acadêmica. Tal ação visa fortalecer a política de cuidado e atenção primária à saúde do acadêmico da Universidade do Estado do Pará.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define saúde não como simplesmente a ausência de doença ou enfermidade, mas como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social”. Na última década a concepção de saúde ganhou reconhecimento da comunidade científica após avanços das ciências biológicas e comportamentais (Brasil, 2019).

Atualmente se compreende que há uma estreita interdependência entre a saúde mental, a saúde física e a social, tornando-se evidente que a saúde mental é indispensável ao bem-estar geral dos indivíduos na sociedade e em particular no espaço da universidade (Hill; Goicochea; Merlo, 2018). Na contramão desse movimento, ainda existem faculdades ou institutos de formação profissional em saúde que negligenciam o desenvolvimento emocional e o suporte psicológico tão necessário para que o futuro profissional da saúde possa estabelecer relações satisfatórias com seus pares e, consequentemente, sentir-se instrumentalizado para lidar mais adequadamente com o sofrimento de seus futuros pacientes. Compreendemos que a formação que se restringe a diagnosticar doenças ou apenas treinar técnicos no



campo da saúde, acaba se tornando um atributo limitado e limitante; devendo priorizar-se o desenvolvimento de outras habilidades humanas como a empatia, a capacidade de saber ouvir o sofrimento do outro, que é pessoal, singular e intransferível (Gonçalves; Silva, 2016).

É importante considerar que os profissionais em formação, em um percentual significativo, estão na fase da adolescência. É uma fase do ciclo vital cujos pesquisadores chamam a atenção para as habilidades importantes na obtenção de sucesso para as fases seguintes da vida. Erikson (1982), elaborou uma teoria psicossocial do desenvolvimento da personalidade compreendendo oito fases. Todas as fases retratam a reformulação da identidade desse jovem profissional, que deverá ser capaz de: (a) planejar o futuro, (b) consolidar a autoestima, (c) desenvolver a iniciativa, (d) lidar com situações de competição. Portanto, os acadêmicos precisam desenvolver habilidades psicológicas e sociais para lidar com seus conflitos pessoais inerentes ao seu momento de vida e aos desafios impostos pela formação superior numa universidade pública (Santa; Cantilino, 2016).

O uso de substâncias psicoativas para lidar com conflitos emocionais, fracassos acadêmicos e de outra ordem são frequentes entre jovens e na comunidade acadêmica não é diferente. Algumas pesquisas nacionais revelam que é crescente o consumo de drogas, por exemplo, no curso de medicina, em especial nos dois últimos anos do curso (Pereira *et al.*, 2008).

Na Uepa, Almeida e colaboradores (2000) constataram que o uso do álcool afeta cerca de 79,8 % dos estudantes e deste universo 45% têm idades entre 21 e 24 anos; sendo 50,8% do gênero masculino; 26,6% cursam o primeiro ano da faculdade de medicina; 36,1% consomem com baixa frequência; 41,6% iniciaram o uso por curiosidade; 37,7% deram continuidade ao uso por apreciar o sabor da bebida; 52,6% consomem mais aos finais de semana; 39,5 % dos estudantes vêm de famílias com renda maior que quinze salários mínimos.



Dentre os fatores desencadeantes do uso do álcool estão: falecimento de ente querido (mãe) e/ou descontentamento com a relação familiar (100%) e desmotivação para frequentar a universidade pela exigência do curso (85,7%). Em segundo lugar o tabaco é a droga mais usada entre esses alunos. Um total de 18,5% dos estudantes afirmou fumar e desta amostra 52,7% tinham entre 21 e 24 anos; 64,7% são do gênero masculino; 33,8% cursam o quarto ano da faculdade; 59,5% referiram ter consumido apenas uma vez; 63% foram motivados pela curiosidade; 36,7% associam o uso do álcool com o fumo; 43,7 % vêm de famílias com renda maior que quinze salários.

No ano de 2010, alunos da iniciação científica desenvolveram um trabalho onde pode ser observado um crescente percentual de alunos do curso de medicina, na Uepa, que apresentaram índices de ansiedade e depressão importantes. E ao final da pesquisa se estimou que tais padrões comportamentais os predis põem a desenvolver transtornos psiquiátricos (Leal *et al.*, 2010).

Na expectativa de investir qualitativamente na formação do futuro profissional da saúde, a proposição de Sappe nasce com a intenção de superar uma prática que somos demandados no dia-a-dia, a de escutar o aluno em momentos difíceis de sua vida pessoal e/ou de formação profissional nos mais diferentes espaços da universidade, além de ampliar os atendimentos do Gapem. Os projetos do Sappe/CCBS e Gapem têm como norte orientador garantir ao acadêmico da área da saúde o que refere o nosso Código de Ética do Profissional da Psicologia, citado no artigo nono: “É dever do psicólogo respeitar o sigilo profissional a fim de proteger, por meio da confidencialidade, a intimidade das pessoas, grupos ou organizações a que tenha acesso no exercício profissional (Código de Ética, 2005).

Nesse sentido o Sappe/CCBS tem como princípio fundamental estabelecer ações psicológicas e pedagógicas em favor da saúde mental e da qualidade de vida do acadêmico na UEPA e atua no sentido de fortalecer a Política de Assistência Estudantil em parceria com o Grupo de Apoio Psicopedagógico ao Estudante de Medicina que visa o acompanhamento psicopedagógico do estudante de medicina do Campus, assim como fomentar práticas de ensino e exten-



são que possibilitam o desenvolvimento de pesquisas em favor da atuação do futuro profissional a fim de fortalecer os cursos ofertados a sociedade paraense pela Uepa.

Os objetivos do serviço se sustentam em: promover espaço acolhedor de escuta e fala junto ao acadêmico durante o processo da formação docente e/ou profissional (graduação e pós-graduação); contribuir para a qualidade de vida do acadêmico da graduação ou pós-graduação no alcance de seus objetivos, fomentando uma atitude ética e responsável; favorecer o desenvolvimento acadêmico na relação com o ensino, a pesquisa e a extensão, no âmbito da universidade; e propiciar o apoio psicológico e/ou pedagógico, para o melhor desempenho acadêmico e fazer profissional, possibilitando o desenvolvimento de hábitos, atitudes e condutas dentro de um processo de aprimoramento pessoal e profissional.

O público em atendimento discente, da graduação e pós-graduação do CCBS que ingressam por demanda espontânea, por encaminhamento realizado pela Direção, Coordenação de Curso, Professor/Assessoria Pedagógica/CAOP (Coordenação de Apoio e Orientação Pedagógica), por encaminhamento realizado pela pelo Núcleo de Assistência Estudantil/NAE ou Grupo de Apoio Psicossocial junto ao Acadêmico de Medicina/Gapem; por indicação pelo Centro Acadêmico/CA, por outros discentes e por solicitação familiar.

Os atendimentos iniciam com uma entrevista inicial para conhecimento da demanda e definição do encaminhamento necessário. São realizados até três atendimentos por discente, dependendo da demanda identificada. Havendo necessidade, também poderá ser realizado o encaminhamento para outro serviço, logo após a primeira entrevista. Os casos que necessitarem de planejamento pedagógico são encaminhados à Coordenação e Assessoria Pedagógica de cada curso, visando orientar o discente em sua rotina de estudos.

Os estudantes em tratamento especializado fora da universidade e em uso de medicação apresentam o receituário para compor a documentação pessoal necessária ao acompanhamento pelo Sappe. Enquanto os que necessitam de acompanhamento psicoterapêutico



são chamados pelas psicólogas do projeto. A assistência psiquiátrica, quando necessária, é realizada por meio de encaminhados à serviços especializados, aos órgãos ou instituições públicas ou privadas no município de Belém e ainda há casos que necessitam de entrevista com pais ou responsáveis com intervenção conjunta.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Dionéia Vieira de, CARVALHO, Alessandra Haber, NEGRÃO, Bianca Caluf, ALMEIDA, Hirlana Gomes, CHAVES, Isabela Klautau Leite, CARNEIRO, Kamylylly Reina Dias, NEVES, Maior Wanderley. Fatores desencadeantes ao uso de álcool e tabaco entre os estudantes de medicina em Belém do Pará. **Revista Paraense de Medicina**, Belém, v. 22, n. 1, p. 69, mar. 2008. Disponível em <http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-59072008000100010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 05 abr. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. **Saúde Brasil 2018 uma análise de situação de saúde e das doenças e agravos crônicos: desafios e perspectivas** / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos Não Transmissíveis e Promoção da Saúde – Brasília: Ministério da Saúde, 2019

CÓDIGO DE ÉTICA PROFISSIONAL DO PSICÓLOGO. **Conselho Federal de Psicologia**, Brasília, agosto de 2005.

ERIKSON, Eric. **El ciclo vital completado**. México: Buenos Aires, Barcelona, 1982.

GONÇALVES, Oneli de Fátima Teixeira; SILVA, Denise Leal Eiró da; OLIVEIRA, Izabel Cristina Borges; GONÇALVES, Maria de Nazaré. **Relatório de Atividade, Produção, Atendimento Psicológico e Pedagógico do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico - SAPP/CCSE**. Gabinete da Direção. Centro de Ciências Sociais e Educação. Assessoria de Planejamento. Pró-reitoria de Extensão. Universidade do Estado do Pará, 2018. Disponível em <https://ccse.uepa.br>. Acesso em: 5 abr. 2024.

GONÇALVES, Oneli de Fátima Teixeira; SILVA, Denise Leal Eiró da. **Relatório de Atividade, Produção, Atendimento Psicológico e Pedagógico do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico -**



SAPPE/CCSE. Gabinete da Direção. Centro de Ciências Sociais e Educação. Assessoria de Planejamento. Pró-reitoria de Extensão. Universidade do Estado do Pará, 2016. Disponível em <https://ccse.uepa.br>. Acesso em: 5 abr. 2024.

HILL, Mônica; GOICOCHEA, Shelby; MERLO, Lisa. Em suas próprias palavras: estressores enfrentados pelos estudantes de medicina na geração do milênio. **Medical education online**, 2018. doi: 10.1080/10872981.2018.1530558. PMID: 30286698;

PMCID: PMC6179084. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10872981.2018.1530558>. Acesso em: 5 fev. 2024.

LEAL, Rafael Aquino; SANTOS, Ana Luiza Melo dos; SILVA, Celyne Agrassar da; BORGES, Renato Garcia Lisboa; BARBOSA, Angélica Nancy Oliveira. Depression and anxiety traits among medical students. **Revista Paraense de Medicina**. Pará, v. 24, n. 2, p. 13-21, Jun. 2010. Disponível em <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-593640>. Acesso em: 5 abr. 2024.

PEREIRA, Denis Soprani; SOUZA, Renata Santos de; BUAIZ, Vitor; SIQUEIRA, Marluce Miguel de. Uso de substâncias psicoativas entre universitários de medicina da Universidade Federal do Espírito Santo. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 57, n. 3, p. 188-195, 2008. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S0047-20852008000300006>. Acesso em: 5 abr. 2024.

SANTA, Nathália Della, CANTILINO, Amaury. Suicídio entre Médicos e Estudantes de Medicina: Revisão de Literatura. **Revista brasileira de educação médica**, 2016. Disponível em <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v40n4e00262015>. Acesso em: 5 abr. 2024.

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ. Resolução

n.3783/17-CONSUN, de 23 de março de 2022. **Aprova a institucionalização do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde.** Universidade do Estado do Pará. Belém, Pa: UEPA, 2022.

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ. Resolução de 23 de janeiro de 2008. **Aprova o Grupo de Apoio Psicopedagógico ao Estudante de Medicina do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde.** Universidade do Estado do Pará. Belém, Pa: UEPA, 2008.



Saúde Mental de Universitários: reftexões pertinentes

Caetano da Providência Santos Diniz

Os impactos da entrada no nível superior sobre a saúde mental dos estudantes

A comunidade acadêmica engloba estudantes, professores, técnicos, pessoal de apoio e gestores, todos diretamente envolvidos no cotidiano da instituição, mas são os estudantes que os precisam enfrentar os desafios mais complexos como o de concluir a formação profissional, a entrada no mercado de trabalho e, no caso dos jovens, a entrada na vida adulta, de forma que a saúde mental de universitários se constitui um tema importante a ser debatido pela comunidade acadêmica. Segundo Gomes *et al.* (2023), o tema tem recebido crescente atenção das pesquisas científicas as quais têm indicado a necessidade de ações afirmativas com o objetivo de oferecer assistência profissional à comunidade. Tal assistência pode ocorrer tanto no âmbito dos atendimentos individuais e dos encaminhamentos à Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), quanto no âmbito das medidas de caráter institucional como práticas coletivas, debates, palestras, campanhas, grupos e rodas de conversa.

De acordo com Ariño e Bardagi (2018), estudos indicam que 15% a 25% dos universitários podem desenvolver transtornos mentais tais como ansiedade, depressão e estresse. Em uma revisão sistemática dos estudos sobre o tema, Sahão e Kienen (2021) afirmam que os principais sintomas apresentados por estudantes universitários foram ansiedade (54,2%), estresse (52,2%) e depressão (52,2%). De acordo com o Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (2019), 6,1% dos estudantes apresentavam pensamento de morte e 4% apresentavam pensamento suicida.



Para muitos estudantes, a vivência universitária pode atuar como agente ansiogênico, pois a entrada no nível superior se apresenta como um novo espaço a ser apropriado e cujas exigências se diferenciam significativamente daquelas vivenciadas na realidade do ensino médio (Gomes *et al.*, 2023). A complexidade da linguagem dos materiais universitários pode ser um exemplo da dificuldade de adaptação que muitos experienciam ao chegar ao nível superior. Os autores seguem linhas de raciocínio que não se preocupam com o entendimento por parte do leitor. A didática cede espaço ao conteúdo, pois o foco na pesquisa que é típica dos ambientes acadêmicos não prioriza a didática como instrumento facilitador da aprendizagem.

A gradativa autonomia conquistada pelos estudantes vai transformando suas relações no ambiente acadêmico. As relações com as instâncias administrativas já não recebem a tutela dos pais e responsáveis. A matrícula, por exemplo, já não é mais responsabilidade dos pais, mas dos próprios estudantes, os quais também paulatinamente vão conhecendo os trâmites para gerir sua vida acadêmica como o trancamento de componentes curriculares ou períodos letivos, o acompanhamento do desempenho, notas, e, frequências, a reoferta de componentes curriculares, as seleções de bolsas, incentivos, participação em projetos e eventos científicos.

Os profissionais da educação que acompanham o desenvolvimento educacional escolar no decorrer da educação básica também fazem parte do ambiente universitário, mas sua presença no cotidiano já não requer a mesma observância atenta das interações e condutas tal como acontecia na educação básica, cedendo espaço à autonomia e ao gradativo amadurecimento das habilidades sociais. E as relações interpessoais podem ser um importante fator adaptativo, muitas vezes decisivo para a permanência no ensino superior.

De acordo com Sahão e Kienen (2021), os principais dificultadores da adaptação do estudante ao ensino superior são o nível de exigência e as relações interpessoais. Muitos jovens vivenciam conflitos com seus pares num ambiente fértil para posicionamentos e discussões de ideias. Estilos de ser, de agir e de pensar podem gerar



discordâncias capazes de causar distanciamento e isolamento social. Entram em jogo processos identitários que pressionam os jovens a pertencerem a determinados grupos e compartilharem ideologias que afirmam seus modos de ser no mundo. De acordo com Ariño e Bardagi (2018), o sentimento de pertencimento ao grupo faz parte da consolidação da identidade profissional. Os estudantes precisam estar confiantes em suas habilidades de interação social com pares e professores e experimentam, muitas vezes, novos padrões de relacionamento com familiares no que se refere às mudanças de rotina, ao desenvolvimento da autonomia, à adoção de novos estilos de vida e de hábitos.

Além das dificuldades nas relações interpessoais, as cobranças pelo êxito acadêmico despertam ansiedades cujo foco está no receio de não estar “à altura do nível universitário” e de não corresponder às suas expectativas. Os calouros, por exemplo, vêm-se mergulhados em tarefas muito diferentes daquelas com as quais estavam acostumados. É somente com o tempo e com a prática que passam a dominar o ritmo e corresponder às demandas do trabalho acadêmico. Por outro lado, os formandos se vêm novamente diante do desafio de enfrentar o novo e dedicar-se à árdua tarefa de elaborar o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), levando muitos a se questionarem se serão capazes de elaborar pesquisas aprofundadas e de escrever em um nível mais sofisticado.

Na finalização do curso, além da pressão exercida pela necessidade de produzir o TCC existem as inseguranças com relação à entrada no mercado de trabalho. O receio de não conseguir uma colocação profissional alia-se ao receio de ter que tomar decisões sem a tutela de um supervisor como ocorria até então nos estágios curriculares e extracurriculares. Por fim, a falta de experiência profissional surge como um dos fatores responsáveis pelo questionamento das próprias competências e o consequente medo do fracasso no primeiro emprego. Por outro lado, de acordo com Chau e Vilela (2015), uma auto percepção positiva com relação às próprias potencialidades pode funcionar como fator protetivo para a saúde mental, o que inclui competências, estratégias de aprendizagem e gestão do tempo.



A necessidade de se adaptar ao ambiente acadêmico pode atuar como fator estressor e impactar diretamente na saúde mental dos estudantes. As vivências acadêmicas de bem-estar ou mal-estar estão relacionadas a fatores como autoconceito, autoeficácia para formação superior (crença nas próprias capacidades para desempenhar tarefas), otimismo, afetividade e autonomia. Essas dimensões podem impactar a motivação para o envolvimento nas atividades, assim como o estado de vulnerabilidade psicológica pode fazer com que os estudantes percebam com maior intensidade emoções negativas e vivenciem maior pessimismo com relação ao sucesso acadêmico.

Sahão e Kienen (2021) identificaram três fatores facilitadores da adaptação ao ensino superior: a rede de apoio, o fornecimento de informações e a integração acadêmica. Assim, o acolhimento e as ações que auxiliam o estudante em suas dificuldades, os serviços de orientação sobre os fluxos, os espaços e as possibilidades que a vida acadêmica oferece, e a integração entre estudantes, professores e as mais variadas instâncias da instituição, trabalhando de forma articulada, podem facilitar a adaptação.

É importante considerar, entretanto, que nem todas as dificuldades estão relacionadas a aspectos institucionais. O momento de transição da adolescência para a vida adulta pela qual muitos universitários passam é em si mesma um fator ansiôgeno. Segundo Sahão e Kienen (2021), estudos indicam que 56,5% das dificuldades se referem aos relacionamentos interpessoais, 56,5% à saída de casa, 52,2% à falta de uma rede de apoio e 43,5% à situação financeira. E as consequências da não adaptação à universidade envolvem o abandono do curso (52,2%), o baixo desempenho acadêmico (34,8%), o baixo comprometimento com as atividades (13%) e complicações na saúde mental e física (13%). As diversas dificuldades tendem a ser experienciadas na forma de desmotivação e consequente descomprometimento com as atividades acadêmicas, expressas pela procrastinação, pela dificuldade de concentração e pelo desânimo. Quanto às estratégias para lidar com a situação e gerir os problemas de adaptação destacam-se a autonomia (43,5%), o comprometimento (34,8%), os comportamentos



de estudo (26,1%), o manejo das emoções (26,1%), a autoeficácia (26,1%) e o *coping*, um conjunto de esforços cognitivos e comportamentais movidos pelo indivíduo para lidar com situações estressoras (26,1%).

Uma das consequências dessa vulnerabilidade psicológica pode ser a dúvida com relação à escolha vocacional, o sentimento de estar desajustado ou de não pertencer ao ambiente profissional objeto de investimento do graduando. Quando entra na universidade o estudante está consciente da escolha feita, mas é somente no decorrer do tempo e com as aprendizagens e práticas que suas convicções vão sendo consolidadas. Caso as expectativas não correspondam à realidade, a sensação de inadequação e o medo de uma futura frustração profissional despertam o sentimento de angústia e favorecem o desenvolvimento de sintomas ansiosos. E é nesse momento que muitos optam pelo trancamento, tentam trocar de curso ou simplesmente o abandonam.

De acordo com Gomes *et al.* (2023), estudos indicam que os estudantes indecisos quanto à sua escolha profissional estão mais deprimidos do que os que já estão decididos. Essa correlação sinaliza a necessidade de apoio ao estudante no que se refere à orientação profissional. A criação de projetos e serviços de aconselhamento e orientação pode auxiliar os jovens em um momento decisivo para suas vidas cujas consequências podem causar diversos impactos à saúde mental. As universidades podem empregar seus recursos para oferecer à comunidade acadêmica possibilidades de atendimento às demandas através de atividades de extensão, acolhimento, acompanhamento e encaminhamento à rede de assistência, atendimentos individuais e grupais, ações coletivas, campanhas e debates.

O SAPPE como apoio para os estudantes universitários e suas dificuldades

Não obstante a gestação do tempo, das atividades e dos estudos possa levar tempo e se estender por um longo período, as estratégias para desenvolvê-las requerem ações coordenadas cujo



foco seja instrumentalizar os estudantes, tornando-os mais aptos a lidar com suas dificuldades.

Como exemplo dessas ações pode-se citar o Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico do Estudante (Sappe), do Centro de Ciências Sociais e Educação da Universidade do Estado (Uepa) institucionalizado pela Resolução n.3129/17-Consun, de 25 de abril de 2017 (Uepa, 2017). O Sappe tem como princípios norteadores: a) fortalecer a Política de Assistência Estudantil promovida pelo Núcleo de Assuntos Estudantis (NAE/Uepa), b) fomentar práticas de ensino que possibilitem o desenvolvimento de pesquisas em favor da atuação do estudante como futuro docente, nos diferentes espaços educativos, e c) contribuir para o fortalecimento da formação do futuro docente no que tange às exigências, do Ministério da Educação e Cultura e da Secretaria de Educação do Estado. Seu objetivo geral é promover a escuta e propiciar o apoio psicológico e/ou pedagógico para o melhor desempenho acadêmico e fazer profissional, possibilitando o desenvolvimento de hábitos, atitudes e condutas dentro de um processo de desenvolvimento pessoal.

Como objetivos específicos o Sappe visa

- oferecer à comunidade um espaço de fala reservado para reflexão sobre temas e questões pertinentes e pertencentes ao sujeito a fim de favorecer o bom desempenho acadêmico,
- identificar juntamente com o estudante possíveis fatores que lhe provocam sofrimento psíquico para auxiliá-lo no desenvolvimento de condutas que propiciem a superação por meio de uma intervenção psicológica de apoio, c) encaminhar para atendimento especializado (médico, psiquiátrico, fonoaudiológico e outros) os casos identificados como necessários (acompanhando a adesão a tratamentos especializados) e d) oferecer às coordenações de curso orientações sobre medidas a serem adotadas no sentido de garantir o bom relacionamento entre os atores do ambiente institucional.



O Sappe tem se constituído um importante instrumento de apoio para a comunidade académica, estando atualmente presente, além do CCSE, nos dois outros centros da capital paraense que fazem parte da Uepa, o Centro de Ciências Biológicas e da Saúde e o Centro de Ciências Naturais e Tecnologia. E no momento atual, com a aprovação de três professores em recente concurso público para provimento de cargo de professor de carreira do magistério superior ocorrido no segundo semestre de 2023 sob o Edital 073/2023, os quais irão trabalhar em campi do interior do estado, espera-se que o serviço possa se estender a esses campi, oferecendo aos seus estudantes as mesmas possibilidades que os da capital no que se refere à assistência em saúde mental e apoio pedagógico.

Enquanto um serviço de apoio, o Sappe não tem como objetivo a realização de psicoterapia, havendo um limite de até três atendimentos por usuário, o que requer a necessidade de articulação à Raps. Essa articulação fortalece o caráter extensivo da universidade através de parcerias importantes para a continuação das intervenções. Nesse mesmo intuito, a participação dos familiares faz-se imprescindível para a realização dos encaminhamentos, fazendo com que haja uma maior integração entre a universidade, a família e a rede de apoio (Sahão; Kienen, 2021).

Outro aspecto que se destaca é a articulação do serviço com o corpo docente, a equipe técnica e a gestão. Muitas vezes as decisões precisam ser compartilhadas com os demais profissionais pois dizem respeito aos aspectos pedagógicos ou aos impactos que as questões emocionais podem ter no desempenho académico do usuário. Observando-se as particularidades de cada caso, podem ser identificadas necessidades de ajustes nos métodos de ensino considerando-se as dificuldades de aprendizagem apresentadas. Nesse sentido, as orientações psicopedagógicas recebidas nos encontros podem auxiliar os estudantes a desenvolver estratégias benéficas à sua aprendizagem.

O trabalho em grupo se constitui uma estratégia interessante e atende um número maior de usuários, o que é desejável pois como vimos no primeiro capítulo há uma grande procura pelo serviço, e



abre espaço para o compartilhamento de experiências, o que enriquece significativamente o processo de escuta. No grupo é possível reconhecer-se nas experiências dos pares e solidarizar-se expressando apoio mútuo, assim como é possível perceber a diversidade de experiências vividas e refletir sobre as formas como cada um enfrenta os desafios que se apresentam nos percursos individuais. Essa troca facilita a reflexão, o surgimento de ideias e a construção de novas interpretações dos eventos que muitas vezes só é possível nesse momento de elaboração de discursos em que a presença de um interlocutor auxilia na compreensão do mundo vivido, dando novos sentidos às próprias experiências (Diniz; Pimentel, 2022).

O trabalho do Sappe oferece diversas possibilidades e pode ser incluído entre outras iniciativas semelhantes em instituições de ensino superior no Brasil. Não obstante as metodologias e os fluxogramas apresentam nuances, o objetivo básico permanece o mesmo: oferecer ao estudante uma alternativa de acolhimento, suporte psicológico e orientação psicopedagógica em um momento da vida em que as incertezas da entrada na fase adulta convive com o aumento da pressão exercida pela entrada no ambiente acadêmico.

Sugere-se que se produzam mais pesquisas a fim de enriquecer as produções na área. Enquanto instituição de formação, a universidade agrega uma grande quantidade de pessoas em fase de desenvolvimento pessoal e profissional, não podendo estar alheia às demandas que emergem da comunidade, principalmente daqueles mais vulneráveis. Enquanto espaço de convivência, a universidade precisa se constituir uma experiência árdua, porém gratificante cujos reflexos se estendam de forma positiva no percurso dos que por ela passam.

REFERÊNCIAS:

ARIÑO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. **Revista psicologia em pesquisa**. v. 2, 3, p. 44-52, set./dez., 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.24879/2018001200300544>. Acesso em 28 fev. 2024.



CHAU, Cecilia; VILELA, Patty. (2017). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitários de Lima y Huánuco. **Revista de Psicología**, v. 35, n. 2, p. 387-422, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.18800/psico.201702.001>. Acesso em 28 fev. 2024.

DINIZ, Caetano da Providência Santos; PIMENTEL, Adelma do Socorro Gonçalves. Uma proposta metodológica para análise do discurso baseada na hermenêutica de Paul Ricoeur. **Psicologia em Pesquisa**, v. 16, p. 1-16, 2022. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.34019/1982-1247.2022.v16.29928>. Acesso em 16 abr. 2022.

FÓRUM NACIONAL DE PRÓ-REITORES DE ASSUNTOS

COMUNITÁRIOS E ESTUDANTIS. V **Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das Ifes**. Uberlândia, Andifes, 2019.

GOMES, Lucélia Maria; LEITÃO, Heliane de Almeida Lins; SANTOS, Kyssia Marcelle Calheiros; ZANOTTI, Suzane Vasconcelos. Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. **Educação em Revista**, v. 39, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-469840310>. Acesso em 25, fev. 2024.

SAHÃO, Sônia Torres; KIENEN, Nádia. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. **Revista Psicologia Escolar e Educacional**, v. 25, p. 1-13, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392021224238>. Acesso em 01 mar. 2024.

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ. **Resolução n.3129/17-CONSUN, de 25 de abril de 2017. Aprova a institucionalização do Projeto de Extensão Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante**. Universidade do Estado do Pará. Belém, Pa: UEPA, 2017.



Como o estudante universitário tem se sentido durante a construção do sonho da carreira profissional?

Patrícia Regina Bastos Neder

Jovens entre 17 e 21 anos de idade têm chegado à universidade trazendo consigo a expectativa de construir uma carreira profissional exitosa. Muitas vezes a escolha já se inicia na infância sob influência de familiares, amigos e pessoas que se fizeram relevantes em suas vidas. Em contrapartida para alguns, tal escolha é cercada de dúvidas e sofrimento por identificar múltiplos interesses que podem estar relacionados com diferentes profissões, e, independente da caminhada que antecede sua entrada no curso superior, o ingresso no mundo acadêmico pode se configurar como a realização de um sonho.

Algumas diretrizes universitárias e exigências do curso superior estabelecem atributos por vezes desafiadores aos jovens e uma vez que as habilidades exigidas são percebidas como intransponíveis ou extremamente difíceis, podem evocar emoções, sentimentos e alterações de comportamentos que levam ao sofrimento psíquico. Em se tratando do estudante dos cursos da área da saúde, a preocupação com o estado dos pacientes que acompanham, o descuido com a própria saúde é frequente, pois a rotina de lidar com a pressão de cuidar da vida de outras pessoas pode gerar estresse e uma elevada carga emocional (Costa *et al.*, 2023).

No cenário vivenciado no Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade do Estado do Pará é frequente observar dois padrões de resposta ao momento de adaptação à vida acadêmica: o primeiro se relaciona com as dificuldades em atender às condições das metodologias ativas que traz aos jovens angústias, medos, inse-



guranças e momentos de ansiedade maior com desconforto físico e mental; o segundo se manifesta com sintomas psicossomáticos persistentes que limitam o jovem no exercício de suas atividades dentro e fora dos muros da universidade.

As metodologias ativas destacam a importância da participação ativa dos estudantes, porém colocam tal participação como a base essencial para a construção do conhecimento e aprendizagem significativa. Isso inclui discussões em grupo, troca de conhecimentos e perspectivas, resolução de problemas em situações da prática profissional, projetos práticos de pesquisa e intervenção e simulações que permitem experimentar conceitos em um ambiente controlado. Fazer tudo isso implica em novas e diferentes habilidades que podem deixar o aluno em estado de estresse extremo (Barbosa *et al.*, 2023).

Os jovens que apresentam dificuldades nos primeiros meses da graduação e, gradativamente, adaptam-se aos requisitos do curso universitário, trazem a narrativa de estranhamento sobre suas reações mais recentes. “Não sei o que está acontecendo comigo!”; “Não consegui vir para a aula, estava exausto! Sem energia e apático”; “Não sei o que fazer, parece que desaprendi a estudar”. A autoestima, autoconfiança e autonomia ficam fragilizadas e os vulnerabilizam para o aparecimento de sintomas, como: cefaleia, transtornos alimentares, tremores, má digestão, insônia, esquecimentos, irritabilidade, fadiga, sensação de inutilidade e dificuldade em tomar decisões (Preto *et al.*, 2020).

Em alguns contextos específicos, situações difíceis experienciadas ainda no ensino médio, dentre outros fatores, influenciaram na saúde mental do estudante, pois a sociedade atual vive as consequências da pandemia da Covid-19 com o aumento de patologias psicológicas. É inegável o número relevante de universitários afetados psicologicamente, uma vez que muitos tiveram mudanças repentinas em suas rotinas, como o ensino à distância que destruiu a expectativa de conhecer, presencialmente, os espaços universitários e possíveis colegas e professores, além do desafio com as aulas remotas que exigiram novas habilidades pouco exploradas por es-



ses alunos sem falar nas perdas de pessoas queridas acompanhadas de reações depressivas e crises de ansiedade persistentes (Mota *et al.*, 2021).

Quando os transtornos de humor se manifestam intensamente enquanto um novo ciclo de sua vida se inicia, a desorganização da psiquê pode ser mais grave. Os estudantes universitários, por vezes, vivenciam dores emocionais e alterações comportamentais limitantes que podem levá-lo do sonho do curso superior ao pesadelo da reprovação. Os efeitos da reprovação são sentidos de forma singular e a superação dela requer o autoconhecimento de cada estudante acerca de sua história de vida, e a partir dessas reflexões medidas terapêuticas e psicopedagógicas devem ser pensadas, planejadas e realizadas com cuidado e seriedade, pois estamos diante de uma temática, multifatorial e complexa, como a reprovação (Veras, 2022).

O fracasso acadêmico é abordado em pesquisas recentes como resultado da relação entre metodologias de ensino e a autocobrança. Um estudo acerca da relação entre o uso das metodologias ativas no período pós- pandemia da Covid-19 investigou a prevalência de depressão entre estudantes de medicina em uma universidade na cidade de Imperatriz, Maranhão. As mulheres se destacaram com resultados mais graves para depressão e se concluiu que o maior prejuízo para todos os estudantes, independente do gênero, foi a piora da qualidade de vida e o aumento de ideação suicida (Alves *et al.*, 2023). Os achados clínicos de depressão e transtornos de ansiedade entre os universitários podem estar associados com a sobrecarga de conteúdos, exigências acadêmicas, insatisfação com o curso, colegas e professores, além de residir longe da família.

Diante desses aspectos que envolvem o sonho de ingressar em um curso universitário, estratégias e medidas de cuidados em saúde mental destinadas ao processo de formação do estudante se tornou indispensável. Os projetos de assistência foram se constituindo a partir das demandas identificadas a partir da escuta ativa dos estudantes, sempre numa perspectiva psicossocial de compreensão da singularidade de cada caso (Nascimento, 2020). Essa tem



sido a experiência compartilhada pelo Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico do Estudante-Sappe, do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde-CCBS, da Universidade do Estado do Pará-Uepa.

REFERÊNCIAS:

ALVES, Isabela Almeida; SIMÕES, Roberta Carvalho Branco; ARAGÃO, Monica Andréa Miranda. Prevalência de sintomas de depressão entre estudantes de medicina de uma universidade de Imperatriz-Ma. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 5, n. 4, p. 1239-1249, 2023. DOI:10.36557/2674-8169.2023v5n4p1239-1249. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/387>. Acesso em: 5 fev. 2024.

BARBOSA, Angélica Marchini de Souza Jardini; ASSED, Giulia de Freitas Sandoval; ASSED, Giovanna de Freitas Sandoval; PRADO, Ana Beatriz Menon Stain. O impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes de medicina do primeiro ao quinto ano de uma universidade do nordeste paulista. **Revista Artigos. Com**, v. 34, p. e10166, 31 maio 2022. DOI 10.25248. Disponível em : <https://acervomais.com.br/index.php/artigos/article/view/10166>. Acesso em: 5 fev. 2024

BARBOSA, Vitor Neves; DIAS, Fernando Azevedo Garcia; PUGAS, Marta Santiago; GALAN, Gabriel Nunes. Metodologias Ativas no Ensino: Inovação na Aprendizagem. **Revista Digital-FACEPE**, v. 1, n. 10, p. 1-12, 2023. Disponível em <http://revista.facepesp.com.br>. Acesso em: 5 abr. 2024.

COSTA, Murilo Marques; NUNES, Renata Sousa; PEREIRA, Alesandra dos Santos ; SELARI, Leandro da Silva; FERREIRA, Geisely Vieira dos Santos; SCALABRINE, Christiny Leal de Oliveira; LÚCIO, Drielly Neres; PIRES, Roseli Vieira. A saúde mental dos estudantes universitários da área da saúde: uma revisão integrativa de literatura. **Peer Review**, [S. l.], v. 5, n. 7, p. 219-233, 2023. DOI: 10.53660/391.prw1009. Disponível em: <https://peerw.org/index.php/journals/article/view/391>. Acesso em: 5 fev. 2024.

MOTA, Daniela Cristina Belchior; SILVA, Yuri Vasconcellos da; COSTA, Thaís Aparecida Ferreira; AGUIAR, Magna Helena da Cunha. Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. **Ciência e Saúde Coletiva**, [s. l.], n. 26, p. 2159-2170, 3 mar. 2021. DOI



10.1590/1413-81232021266.44142020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021266.44142020>. Acesso em 5 fev. 2024.

NASCIMENTO, Vagner Ferreira do; DAIBEM, Ana Maria Lombardi. Percepções de docentes universitários sobre o ambiente de trabalho. **Persona e Bioética.**, [s. l.], v. 24, n. 1, p. 28-42, 2020. DOI 10.5294/pebi.2020.24.1.3. Disponível em: <https://personay-bioetica.unisabana.edu.co/index.php/personaybioetica/article/view/11809>. Acesso em: 5 abr. 2024.

PRETO, Vivian Aline; FERNANDES, Jéssica Moreira; SILVA, Luana Pereira da; REIS, Jacksuelen Oliveira Leite dos; SOUSA, Bárbara de Oliveira Prado; PEREIRA, Sandra de Souza. Transtornos Mentais Comuns, Estresse e Autoestima em universitários da área da saúde do último ano. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 8, pág. e844986362, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i8.6362. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/6362>. Acesso em: 5 abr. 2024.

VERAS, Daniela de Sousa Oliveira Melo. **Cicatrizes da reprovação: um estudo otobiográfico com estudantes da área de saúde.** 2023. DOI: 10.56238/sevenVmulti2024-009. Disponível em: <https://bdm.unb.br/handle/10483/22680>. Acesso em 1 mar. 2023.



Atendimento Psicológico *Online*: uma importante ferramenta para saúde mental

Elisângela Claudia de Medeiros Moreira

Definição e características

O atendimento psicológico *online* é uma forma de terapia psicológica em que o paciente e o profissional se encontram virtualmente por meio de plataformas de vídeo chamada ou aplicativos de mensagens. Durante as sessões o psicólogo realiza o mesmo tipo de intervenção terapêutica que seria realizada em um atendimento presencial, oferecendo suporte emocional, escuta ativa, diagnóstico e orientação para lidar com questões emocionais, comportamentais e de saúde mental (Amaral, 2017).

Mininel (2022), em uma revisão sistemática com 21 estudos, concluiu que o atendimento psicológico *online* pode ser tão eficaz quanto o atendimento presencial em muitos casos, incluindo ansiedade e depressão, o que é confirmado por Araújo (2018) que avaliou a efetividade desse atendimento em pacientes com esses transtornos cujos resultados mostraram que não houve diferenças significativas na eficácia com relação ao atendimento presencial, o que também foi corroborado por Barbosa *et al.* (2021).

Segundo Beutler e Moleiro (2001), sua efetividade foi verificada em pacientes com variados problemas de saúde mental cujos resultados apresentaram melhoras em seu quadro e sua qualidade de vida. Os estudos, porém, observam que não se trata de uma regra geral de forma que é necessário avaliar cada caso para saber quando esse tipo de atendimento é recomendável (Evans; Margison; Barkham, 1998). A escolha do formato de atendimento deve ser feita em conjunto entre o terapeuta e o cliente, levando em consideração as necessidades específicas de cada situação (Morales; Lopez, 2020).



Muitas pessoas podem se sentir desconfortáveis em procurar ajuda face a face em clínicas tradicionais, por medo de estigma ou constrangimento. A opção de terapia *online* elimina essas preocupações, incentivando mais pessoas a buscar apoio psicológico, podendo atender a necessidades específicas de distintos grupos, como pessoas que trabalham em tempo integral, pais que não podem sair de casa ou pessoas com doenças crônicas. A terapia *online* permite o agendamento flexível e maior adaptação às rotinas. Há ainda a economia de tempo e recursos para o paciente e para o profissional, pois não é necessário se deslocar até o consultório.

Outras vantagens se referem ao fato de que mais pessoas podem ser atendidas em um menor período de tempo, o que é especialmente importante considerando a alta demanda por serviços de saúde mental. Além disso, esse atendimento possibilita diversas abordagens e técnicas como terapia cognitivo-comportamental, terapia de casal, terapia familiar e terapias baseadas em evidências.

O atendimento *online* na pandemia - Covid-19

O atendimento psicológico *online* tem se tornado cada vez mais comum e é uma alternativa conveniente para pessoas que têm dificuldade em se deslocar ou preferem a comodidade de receber suporte à distância. A psicoterapia *online* desempenhou um papel muito importante durante a pandemia da Covid-19, fornecendo apoio vital para indivíduos enfrentando desafios emocionais e mentais durante esse período.

Através da acessibilidade para pessoas com restrições de mobilidade e preocupações com a segurança, a psicoterapia *online* permitiu o acesso ao apoio terapêutico de qualquer lugar sem a necessidade de deslocamento físico. Através da continuidade do tratamento para aqueles que já estavam em tratamento psicológico, a transição para sessões *online* garantiu que pudessem continuar recebendo suporte sem interrupções, mantendo a consistência essencial para a progressão terapêutica.



Esse tipo de serviço oferece horários mais flexíveis, o que pode ser especialmente útil para pessoas com muitos compromissos, além de reduzir o estigma associado à busca de ajuda psicológica, pois proporciona uma maneira discreta e conveniente de acessar o suporte necessário. Durante a pandemia da Covid-19, ele ampliou o acesso a serviços de saúde mental em áreas onde os recursos terapêuticos eram escassos, permitindo que pessoas em áreas remotas ou com recursos limitados obtivessem suporte. Através da adaptação às necessidades de distanciamento social durante os períodos de distanciamento social e isolamento, ele proporcionou uma forma segura de manter o contato humano e o apoio emocional, ajudando a reduzir a solidão e o isolamento social (Araújo,2023).

No Estado do Pará, durante a pandemia, foi desenvolvido um serviço de atendimento psicológico *online* para a população em geral através da disponibilização de números de celulares a psicólogos que em dias e horários específicos atendiam tanto a população do estado do Pará quanto de outros estados do Brasil. Outro esforço despendido em nosso estado foi a transformação dos atendimentos do Serviço de Apoio Psicológico Pedagógico do Estudante (Sappe) da Universidade do Estado do Pará em atendimentos *online* devido ao distanciamento social com o objetivo de não deixar os estudantes universitários desprovidos de assistência durante a pandemia. No período pós pandemia, o Sappe retornou inicialmente na modalidade híbrida (presencial e *online*) e hoje voltou a atender na modalidade presencial, excetuando-se os casos em que os estudantes morem em regiões distantes da capital.

Regulamentação

O atendimento psicológico *online* é regulamentado pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) e deve seguir rigorosos padrões éticos e de confidencialidade, assegurando a privacidade e o sigilo das informações compartilhadas entre o paciente e o terapeuta. Sua regulamentação pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) está presente na Resolução nº 11/2018 do CFP, a qual estabelece as regras e diretrizes para a prestação de serviços por meios tec-



nológicos de comunicação a distância, como a internet, telefone e outros recursos eletrônicos. É essencial que psicólogos e pacientes observem as orientações estabelecidas pelo CFP para garantir que o atendimento seja ético, seguro e de qualidade (CFP, 2018). A Resolução estabelece que:

- O atendimento *online* deve ser realizado por psicólogos regularmente inscritos no Conselho Regional de Psicologia (CRP) e que possuam treinamento específico para essa modalidade de atendimento;
- O atendimento *online* pode ser realizado por meio de diferentes ferramentas de comunicação como videochamada, *e-mails*, *chats* e outros recursos que garantam a privacidade e a confidencialidade;
- Psicólogos e pacientes devem estabelecer previamente acordos quanto às regras e condições do atendimento, incluindo questões como horários, honorários, confidencialidade, limites da intervenção, entre outros;
- As sessões devem respeitar uma periodicidade regular e duração adequada, atendendo às necessidades do paciente;
- É importante garantir a privacidade e o sigilo das informações, bem como a segurança dos dados, utilizando mecanismos adequados de proteção;
- O psicólogo deve considerar as possíveis limitações do atendimento *online* e intervir quando entender que não é possível manter a qualidade e eficácia do processo terapêutico.

Essa resolução teve como objetivo garantir a ética e a qualidade do atendimento psicológico, assegurando os princípios fundamentais da profissão e protegendo a saúde e bem-estar dos pacientes e prevê as seguintes diretrizes:

- Sigilo e confidencialidade: o psicólogo deve garantir a proteção das informações pessoais e manter o sigilo sobre as sessões;



- **Consentimento informado:** é necessário que o paciente seja informado previamente sobre os benefícios, riscos e limitações do atendimento *online*, bem como dar seu consentimento voluntário para participar;
- **Avaliação prévia:** antes de iniciar o atendimento online, o psicólogo deve avaliar se esse tipo de intervenção é adequado para o paciente, considerando questões como gravidade do problema, recursos técnicos disponíveis e vulnerabilidades específicas;
- **Identificação do psicólogo:** o profissional deve disponibilizar as informações necessárias para sua identificação, como nome, número do registro no Conselho Regional de Psicologia e contatos;
- **Registro e documentação:** as informações relativas ao atendimento *online* devem ser registradas e documentadas adequadamente, de acordo com as normas do CFP;
- **Supervisão:** o psicólogo que realiza atendimento *online* deve buscar supervisão e orientação específica para esse tipo de intervenção.

A atuação dos profissionais deve estar, portanto, atenta às regras e determinações legais a fim de que as ferramentas tecnológicas sejam usadas de forma a concorrer sempre para o bem-estar dos que buscam os serviços, levando-se em conta os mesmos cuidados que os atendimentos presenciais convencionais.

Concluindo

Através do avanço da informática e a ampliação do acesso, espera-se que o atendimento psicológico *online* se torne mais popular e amplamente utilizado na medida que as pessoas se tornem mais familiarizadas e experimentem seus benefícios e que a oferta de serviços com uma variedade de plataformas e profissionais disponíveis seja cada vez mais personalizada e adaptada às necessidades e preferências dos que os procuram.



REFERÊNCIAS

AMARAL, A. H.; TORRES, A. R. A consultoria psicológica *online* enquanto prática profissional. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**. v.18, n.1, 2017, Florianópolis, jun. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2017v18n1p1>. acesso em 12 fev. 2022.

ARAÚJO, Efetividade do atendimento psicológico online no contexto brasileiro. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 43, p. 1-16, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003245664>. Acesso em 21 dez. 2023.

BARBOSA, J. R. M., ALVES, J. S. M., REIS, V. A. S., FIGUEIREDO, L. M. L. L., BATISTA, R. B.; SEVERINO, F. G. Teleatendimento como ferramenta de apoio profissional: Acolhimento e escuta emocional na pandemia covid-19. **Saúde Coletiva**, v. 11, n. 61, p. 4848-4863, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2021v11i61p4848-4863>. Acesso em 12 jan. 2022.

BEUTLER, L. E.; MOLEIRO, C. Clinical versus reliable and significant change. **Clinical Psychology: Science and Practice**, v. 8, p. 441-445, 2001. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/buy/2001-09266-005>. Acesso em 25 mar. 2002.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução nº 11/2018**, de 11/05/2018. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP N.º 11/2012. Disponível em [RESOLUÇÃO-Nº-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf](https://www.cfp.org.br/resolucao-n-11-de-11-de-maio-de-2018.pdf) (cfp.org.br)

EVANS, C.; MARGISON, F.; BARKHAM, M. The contribution of reliable and clinically significant change methods to evidence-based mental health. **Evidence- Based Mental Health** (EBMH Notebook), p. 70-72, 1998. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/203827870_. Acesso em 10 fev. 2000.

MININEL, V. A. **Atendimento Psicológico Online Revisão Sistemática**. Europe PMC, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.2-20210469>. Acesso em 13 dez. 2022.

MORALES, V.; LOPEZ, Y. A. F. Impactos da pandemia na vida acadêmica dos estudantes universitários. **Revista Angolana de Extensão Universitária**, v. 2, n.2, p. 53-67, 2020. Disponível em: <https://www.portalpensador.com/index.php/RAEU-BENGO/article/view/205>. Acesso em 18 mar. 2022.



Depressão e suicídio no contexto acadêmico

Maria de Nazaré Gonçalves

No universo da trajetória acadêmica muitos estudantes desgastados emocionalmente buscam suporte psicológico, alguns afetados pelo mal-estar do isolamento social, dos sentimentos depressivos e por pensamentos suicidas. O ensino superior traz vigentes rotinas e o desafio de adaptação ao ritmo ordenador de estudo e de interações sociais. Um processo de mudança que incluem horário, didática, novas amizades, novos professores, responsabilidade social, postura ética, compromisso com o conhecimento científico e com os saberes da educação democrática.

No contexto universitário, a demanda é o bom desempenho e a “alta performance”. A experiência singular dentro da universidade, qualquer que seja a vivência (autocobrança, prazos, atividades curriculares, *bullying*, assédios) pode reverberar consequências biopsicossociais que se expressam de diversas maneiras como isolamento, exaustão mental, emocional, fadiga, ansiedade e depressão (Maia, 2022).

Nesse sentido, a Universidade do Estado do Pará (Uepa), em sinergia com as ações voltadas à excelência acadêmica, incentiva a prevenção de possíveis transtornos psiquiátricos. Por conseguinte, esse texto reflete uma vivência de atendimento psicológico no Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante (Sappe). Um trabalho vinculado ao propósito da Missão e do processo educativo, dimensões que norteiam o cotidiano da universidade.

Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico – Sappe

Na incumbência de produzir e difundir conhecimento de forma contínua, a Uepa proporciona aos discentes recursos voltados ao bem-estar e à permanência na graduação, como a criação do Sa-



ppe, acolhimento disponível aos discentes que buscam resgatar a capacidade criativa e a homeostasia. O planejamento estratégico da instituição também é direcionado para as atividades complexas e multidimensionais como o exercício da cidadania, a formação empreendedora e a inovação, sendo diferenciado pelos recursos tecnológicos disponibilizados e pelo compromisso com a produção do conhecimento (*know-how*) e pelos projetos de extensão.

Diante de tal conjuntura, os psicólogos que atuam no Sappe estão capacitados para lidar com o desenvolvimento e com as metodologias inovadoras de ensino. Os profissionais dedicam cada vez mais empenho à preservação do bem-estar, consideram importante a relação entre instituição/educador/educando e observam as contingências humanas envolvidas nesse processo. O Sappe se preocupa não somente com o percurso universitário (propício ao aprendizado pedagógico e a ascensão acadêmica), mas também oferece espaço apropriado aos discentes para trabalhar questões emocionais e psicológicas que podem ocorrer no processo de formação profissional, atentando para questões relativas à assiduidade, ao desempenho e a produtividade dos estudantes. Isso significa cuidado com as demandas compartilhadas por eles, sobretudo as que podem impactar o rendimento acadêmico, como por exemplo: as dificuldades, as incertezas, o déficit vocacional, o baixo rendimento, o isolamento, entre outros.

A Psicologia e sua prática

O objeto de estudo da Psicologia é o fenômeno psicológico, que se refere às experiências vividas, uma característica humana. A Psicologia possui teorias para compreender a dimensão da realidade e aspectos subjetivos. Essa ciência criou métodos e técnicas próprias de investigação e intervenção. O Behaviorismo, a Gestalt e a Psicanálise são exemplos de algumas teorias. As leituras das abordagens são diversas e diferentes, mas todas têm o mesmo escopo: promoção de saúde com direcionamentos importantes e válidos na compreensão de sentimentos, das emoções, dos comportamentos, dos pensamentos e dos desejos, conscientes ou não. A diversidade



das teorias psicológicas, seus conceitos, métodos e técnicas designam as estratégias de intervenção, um saber fazer que busca compreender a cognição, o desenvolvimento, as relações humanas e o adoecimento.

De acordo com Bock (2018), os psicólogos agem com a finalidade de contribuir para o processo de conhecimento de aspectos subjetivos ou psicológicos de pessoas, grupos e instituições.

Os instrumentos teóricos e técnicos dos psicólogos permitem compreender o que está muitas vezes implícito, não aparente, e, nesse sentido, a pessoa ou o grupo tem um papel fundamental, pois todos os dados com os quais o psicólogo trabalha são fornecidos por eles. Para poder trabalhar, o profissional precisa que as pessoas falem de si, contem suas histórias, falem de seus projetos, expressem seus sentimentos, exponham suas ideias, atuem e interajam para serem ouvidas e conhecidas. Essas são as fontes de dados com os quais os psicólogos trabalham (Bock, 2018, p. 106).

Importante destacar que durante o processo de ensino-aprendizagem os discentes trazem para a sala de aula repertório comportamental, ou seja, interações sociais e culturais, que fazem parte das suas histórias de vida e podem afetar a capacidade na aquisição de conhecimento. “Nesse contexto, nossas relações afetivas interferem muito em nossas reações de estresse, medo e ansiedade” (Silva, 2017, p. 27). Acontecimentos hostis vivenciados pelos alunos, dentro ou fora do universo educacional os deixam vulneráveis, assim, incidentes ou traumas podem desencadear transtornos psicológicos e instabilidade emocional mais grave. As dificuldades apresentadas implicam na qualidade da aprendizagem, nas tomadas de decisões, no pensamento crítico, na criatividade e nas resoluções de problemas. “O sofrimento precisa ser escutado, caso contrário tende a transformar-se em sintoma ou a regredir para estados inomináveis de mal-estar” (Dunker, 2020, p. 73).



Conhecimento

A era da informação e do conhecimento traz um novo contexto de aprendizado. A velocidade das mudanças e os desafios do mundo globalizado são características para ajustamento e adaptabilidade no âmbito educacional, ocupacional e social. “O conhecimento é criado e modificado pelas pessoas e é obtido por meio da interação social, do estudo, do trabalho e do lazer” (Chiavenato, 2018, p. 201). Constata-se uma sociedade que se modifica muito rapidamente, a tecnologia trouxe dinamismo, novos recursos ao cotidiano acadêmico e inclusão social com o Ensino à Distância (EaD), um ambiente virtual de ensino. A cada dia revelam-se situações que exigem metodologias variadas e aprendizagens de novos conhecimentos, em um mundo de altas expectativas.

Segundo Barros Neto (2022), o conhecimento constitui um ativo valioso e os estudiosos por mais que reúnam uma série de qualidades e competências sempre terão algo a desenvolver ou aprimorar. O autor acrescenta que na era digital, da inteligência artificial, o momento é de qualificação e protagonismo da própria carreira. Os diversos recursos tecnológicos contribuem para dar um *upgrade* ao desempenho educacional, isso porque talento e conectividade são fundamentais para fomentar a qualidade do ensino. Com efeito, a tecnologia trouxe recursos, dinâmica e mudanças na forma de viver e de interagir, novas modalidades de trabalho e novas formas de se comunicar. Tecnologias inimagináveis:

A sociedade pós-industrial é fundada no deslocamento e na reunião de pessoas, mercadorias e informações provenientes dos lugares mais disparatados. Até nos botões dos nossos pletós estão incorporados tecnologias e conhecimentos reunidos de diversos países. Até no frango que comemos há mais informática do que carne (Masi, 2000, p. 171).



Desse modo, para o graduando atingir excelência nos estudos necessita focar no seu desenvolvimento intelectual, dispor tempo físico e psíquico para aprimorar o potencial acadêmico, o senso de pertencimento e a participação nas aulas. A jornada na carreira acadêmica exige autodisciplina, para administrar um ritmo frenético de estudo proposto pelo curso: atividades de estudo, pesquisas, artigos, projetos, publicações, entre outras.

Em relação à tecnologia, Kleon (2017) argumenta que as mudanças da hipermodernidade, velozes e sem precedentes, estão transformando todos em amadores, para o autor, “amadorismo” não significa ficar estagnado. Com esse novo perfil cabe aos estudantes o conhecimento polivalente e o dever de aprender continuamente, desenvolver competência e formação continuada na trajetória acadêmica, atual e futura. Desse modo, um processo importante que contribui para decisões e escolhas mais produtivas e saudáveis é o autoconhecimento. O conhecimento de si mesmo pode propiciar aos estudantes sentido de identidade, senso de pertencimento e o pensamento assertivo, sinal de maior conscientização.

Autoconhecimento

O autoconhecimento é um fator de cura, um processo de tomada de consciência. Trata-se de um processo subjetivo que envolve crenças e emoções a partir do conhecimento e da percepção sobre si mesmo. O autoconhecimento facilita a tomada de decisões, promove o autocuidado, a autoestima e possibilita novas aprendizagens para realizações contínuas e maduras.

O autoconhecimento mobiliza reciprocidade nas relações, sobretudo a interação do trabalho em grupo na sala de aula, viabiliza novo ângulo de percepção, novas atitudes e habilidades para se desvencilhar de comportamentos antigos. Segundo Bock (2018), atitudes podem ser modificadas a partir de novas informações, novos afetos e novos comportamentos. Assim, o autoconhecimento é um renovar-se para ser mais autêntico, com a possibilidade de criar e recriar a própria vida, de maneira mais clara e assertiva. Tais ha-



bilidades geram protagonismo para agir e identificar as dimensões que afetam e controlam o comportamento. É um estar mais atento, aceitar e enfrentar as crises existenciais e as rupturas que podem ocorrer no contexto educacional, ocupacional e sociofamiliar.

Viver a vida, que é para ser efetivamente vivida, exige criatividade e awareness, pois o homem é livre para fazer suas escolhas. O ser- no-mundo se refaz constantemente e sua vida se torna uma eterna construção (Fukumitsu, 2019, p. 60).

Dessa forma, o papel social, enquanto indivíduo, é conhecer os próprios desejos e a capacidade de decidir e fazer escolhas, traçar planos e objetivos. Do contrário, os enigmas das diversas formas de sofrimento podem contribuir para alienação, vulnerabilidade e as emoções negativas como sentimento de rejeição, desânimo, depressão e ideação suicida (Barlow, 2021).

Sofrimento psíquico no contexto acadêmico

De acordo com Dunker (2021), hoje o Brasil é o país em desenvolvimento com maior número de deprimidos, há pesquisas que apontam algo entre 18% e 26% da população com sintomas de depressão, há pelo menos um ano. Segundo Barlow (2021), diversos sintomas psicológicos e físicos associados acompanham a depressão grave. O autor considera ser alarmante a incidência de depressão e consequente suicídio. Conforme Maia (2022), a depressão é um sintoma patológico. A depressão grave é atualmente a principal causa de incapacitação em todo o mundo e ocupa o quarto lugar entre as dez principais causas de patologia a nível mundial. O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR, 2023) descreve vários tipos de transtornos depressivos e a característica comum de todos é a presença do humor triste, vazio ou irritável, acompanhado por alterações relacionadas que afetam significativamente a capacidade funcional do indivíduo.

O transtorno do humor mais facilmente reconhecido é o transtorno depressivo maior, definido pela presença e a ausência de epi-



sódios maníacos ou hipomaníacos. A depressão mais comumente diagnosticada e mais grave é chamada episódio depressivo maior. Os critérios do DSM-5-TR (2023) a descrevem como um estado de humor extremamente deprimido com duração de pelo menos duas semanas que inclui sintomas cognitivos como sentimentos de inutilidade e indecisão, além de funções físicas perturbadas de sono alterado, mudanças no apetite e no peso e uma perda notável de energia.

Os transtornos depressivos incluem o transtorno disfórico pré-menstrual (TDPM), transtorno disruptivo da desregulação do humor, transtorno depressivo maior, transtorno depressivo persistente, transtorno depressivo induzido por substância/medicamento, transtorno depressivo devido à outra condição médica, transtorno depressivo especificado e não especificado. O que difere entre eles são questões de duração, tempo ou etiologia presumida (DSM-5-TR, 20230).

Segundo Dunker (2021), varia bastante o tempo para as pessoas buscarem tratamento para a depressão e existem duas situações-limite: a de quem nunca procura as intervenções ou assistência, resistindo a ceder a algo “psicológico” e a de quem busca o tratamento “rápido demais”. Não se pode esquecer, algumas pessoas não buscam tratamento ou ajuda, integram o sofrimento que vem com a depressão a uma explicação teológica, ao modo de vida ou a um “jeito de ser”. Conforme Dunker (2021, p. 132):

(...) na medida em que o quadro se agrava, diminuem os recursos psíquicos para que a pessoa procure tratamento. Ao contrário de outras afecções que, quando nos fazem sofrer, nos despertam maior interesse ou preocupações para mudarmos, a Depressão ataca os recursos necessários para isso. Daí que muitos casos verdadeiros de Depressão surgem como “achados clínicos” em meio a uma investigação diagnóstica de outra natureza. Exemplos: ortopedistas se veem diante da depressão típica da fibromialgia; cardiologistas



que se deparam com depressões ansiosas (que nas crises podem mimetizar ataques do coração); dermatologistas que encontram sintomas depressivos em meio a uma alopecia; pneumologistas que “esbarram” com uma depressão em meio a infecções de repetição.

É importante destacar que o episódio depressivo maior é normalmente acompanhado por uma perda geral de interesse (anedonia), sintoma central da depressão e uma incapacidade de experimentar o prazer com o outro, consigo e com o mundo. Isso inclui interações com a família ou amigos e realizações no âmbito ocupacional ou educacional, como se houvesse um “desligamento” comportamental e emocional.

De acordo com Barlow (2021), os sintomas podem começar de repente e frequentemente são desencadeados por uma crise ou pelas mudanças que o correm durante toda a vida. Podem ser de longo prazo, durando meses ou anos se não for tratado, algumas pessoas têm apenas um episódio, mas o padrão, geralmente, envolve episódios repetidos, intensos e/ou de sintomas duradouros.

Fenômeno do suicídio

O suicídio é um fenômeno presente ao longo de toda a história da humanidade, em todas as culturas e continua se revelando um tema da contemporaneidade. O suicídio pode ser definido como um ato deliberado executado pelo próprio indivíduo, por gesto extremo de desespero e desesperança, cuja intenção seja a morte.

De acordo com Fukumitsu (2019, p. 13)

Na perspectiva da Gestalt-terapia, o ser humano é a pessoa responsável por suas próprias escolhas. Do ponto de vista de alguns clientes, o suicídio se revela como a última escolha de suas vidas, pois pelo seu ato suicida, a pessoa desnuda o tamanho de seu desespero humano e não se dá mais a oportunidade de buscar seu próprio sentido de vida.



Para a Associação Brasileira de Psiquiatria (2014), o risco de suicídio é uma urgência médica devido ao que pode acarretar a pessoa pelo gesto impulsivo desde lesões graves ou incapacitantes até a morte. Os determinantes para o suicídio são de múltiplas causas e/ou fatores, isto é, multidimensionais. Desse modo, o sofrimento mental pode estar presente no fenômeno do suicídio, considerando à repercussão de uma complexa interação de fatores: psicológicos, biológicos, genéticos, culturais socioambientais. O suicídio é uma patologia social e uma grande questão de saúde pública (ABP, 2014).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Organização Pan-americana da Saúde (Opas), os dois principais órgãos de saúde no mundo, elegeram o suicídio como uma de suas prioridades, até bem pouco tempo o tema era tratado como “proibido”. Na realidade, o estigma e o tabu relacionados ao suicídio estão arraigados culturalmente, o medo e a vergonha de falar abertamente sobre o problema, a dificuldade em buscar ajuda, a falta de conhecimento e/ou de atenção sobre o assunto e incluindo a ideia errônea de que o comportamento suicida não é um evento frequente condicionam barreiras para a prevenção. Conforme Dunker (2021, p. 230):

(...) precisamos de estratégias específicas para escutar e acolher a singularidade ou a perda da singularidade que tantas vezes concorre para o suicídio, a autodesvalorização e o sentimento de irrelevância ou indiferença são fortes indutores de suicídio, sejam eles causados por patologias mais ou menos persistentes, sejam eles circunstâncias de vida.

Segundo Barlow (2021), além dos suicídios consumados existem indícios do comportamento suicida que são a ideação suicida (pensar seriamente sobre o assunto), os planos suicidas (elaborar um método para se matar) e as tentativas de suicídio (a pessoa sobrevive). De acordo com a ABP (2014), quase todos os suicidas apresentavam um transtorno mental de base, mui-



tas vezes não diagnosticado, frequentemente não tratado ou não tratado de forma adequada. Para Solomon (2018), o suicídio é o ponto final de muitas depressões, porém, o autor argumenta que inúmeras pessoas, apesar de agudamente deprimidas, não se tornam suicidas. Cometer suicídio requer um misto de depressão e impulsividade, a depressão em excesso é passiva, submissa e neutralizante. Segundo Camus(2020, p. 17): “Só existe um problema filosófico realmente sério: o suicídio. Julgar se a vida vale ou não vale a pena ser vivida é responder à pergunta fundamental da filosofia”.

Diante desse quadro, a Organização Mundial da Saúde (OMS) criou datas para realizar Campanhas de Conscientização, como o 10 de setembro, “Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio”, o 10 de outubro “Dia Mundial da Saúde Mental”. Há ainda no Brasil a Campanha Janeiro Branco que objetiva o cuidado com a saúde mental.

Durante os atendimentos no Sappe muitos relatos, considerados “gatilhos” de momentos difíceis para os alunos foram registrados, desde as questões sociofamiliares quanto às acadêmicas, tais como: tensão na entrega do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), ansiedade para iniciar a carreira, dificuldades financeiras, conflitos familiares e as perdas (lutos), situações que interferem no funcionamento das atividades diárias, fazendo com que a equipe de psicólogos do serviço reconheça a importância da prevenção e da informação acerca dos temas da saúde mental e do suicídio, pois surgem muitos relatos de sentimentos depressivos, pensamentos suicidas, automutilação e comportamentos de riscos (uso abusivo de substâncias).

O Sappe ao realizar eventos e atividades como palestras, rodas de conversa, cartazes ilustrativos, entre outros, esclarece e incentiva a prevenção para saúde emocional dos estudantes. O psicólogo ao sustentar a escuta sobre o sofrimento psíquico do aluno acolhe a dor humana, isso pode significar para ele o início de reflexões, enfrentamento e percepções acerca das frustrações e do adoecimento.



O Sappe como um projeto de extensão implementado na Uepa, continuará aprimorando, em sua rotina, um trabalho de prevenção dos agravos, com a finalidade de promover a saúde mental, ajudando a fortalecer a política de atendimento aos alunos e a desenvolver apoio pedagógico, na perspectiva de assegurar um ambiente acadêmico saudável e propício à permanência do discente no processo ensino aprendizagem.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. **Suicídio:** informações para prevenir. Brasília: CFM/ABP, 2014.

BARLOW, D. H; DURAND, V. M. **Psicopatologia:** uma abordagem integrada. São Paulo: Cengage Learning, 2020.

BARROS NETO, J. P. **Gestão de Pessoas 4.0.** Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 2022.

BOCK, A. M. B; FURTADO, O; TEIXEIRA, M. L. T. **Psicologias:** uma introdução ao estudo de psicologia. 15 ed. São Paulo: Saraiva Educação, 2018.

CAMUS, A. **O Mito de Sísifo.** 19 ed. Rio de Janeiro: Record, 2020.

CHIAVENATO, I. **Administração Geral e Pública:** provas e concursos. 5 ed. São Paulo: Manole, 2018

DUNKER, C. **Uma biografia da depressão.** São Paulo: Planeta, 2021.

DSM- 5 - TR . **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais:** DSM-5-TR. Tradução: Daniel Vieira, Marcos Viola Cardoso, Sandra Maria Mallman da Rosa. 5. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2023.

FUKUMITSU, K. O. **Suicídio e Gestalt-terapia.** 3 ed. São Paulo: Lobo, 2019.

KLEON, A. **Mostre seu trabalho!** 10 maneiras de compartilhar sua criatividade e ser descoberto. Rio de Janeiro: Rocco, 2017.

MAIA, H. **Neoliberalismo e sofrimento psíquico:** o mal-estar nas universidades. Recife: Ruptura, 2022.



MASI, D. de. **O trabalho no século XXI**: fadiga, ócio e criatividade na sociedade pós-industrial. Rio de Janeiro: Sextante, 2022.

SILVA, A. B. B. **Mentes ansiosas**: medo e a ansiedade nossos de cada dia. 2 ed. SãoPaulo: Principium, 2017.

SOLOMON, A. **Um crime da solidão**: reflexões sobre o suicídio. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.



Capítulo 7

Pós-Graduação e Saúde Mental

Ana Paula Seabra da Silva Carvalho
Michel França Oeiras
Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves

Introdução

A educação consiste em um fenômeno complexo em que os processos formativos que a fundamentam ocorrem em diversos espaços e instituições que necessitam da compreensão de aspectos culturais, sociais e emocionais dos sujeitos aí implicados. Torna-se evidente sua importância para o desenvolvimento social em que nuances específicas diferenciam cada etapa de aprendizagem e formação. Aqui, será de interesse destacar a atenção ao grupo dos discentes e explicar sua relação no espaço de formação da Pós-graduação, uma vez que esta consiste em um espaço simbólico de importantes relações e vivências no campo do desenvolvimento pessoal e profissional. Esse trabalho pretende apresentar uma discussão sobre a saúde mental dos estudantes de pós-graduação no cenário brasileiro uma vez que a literatura aponta que “a forma de se fazer ciência no país pode estar conduzindo o estudante ao adoecimento” (Peixoto; Soares; Bezerra, 2022, p. 14).

O desafio da Pós-Graduação

Os cursos de pós-graduação no Brasil têm registrado aumento no número de estudantes matriculados, de acordo com dados da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior – Capes, em virtude da necessidade de aprimoramento dos conhecimentos da profissão e da expectativa de obter maiores condições econômicas (Faria, 2022). O mestrado acadêmico concentra a maioria dos estudantes (76.323), seguido pelo doutorado (41.964)



e mestrado profissional (4.008). Em relação às áreas que se destacam com maior número de alunos, estão: ciências humanas e engenharias, ciências da computação e ciências da saúde. Ainda conforme os dados da Capes, a região Sudeste do país concentra o maior número de estudantes na pós-graduação com 45.856 no mestrado acadêmico, 31.274 alunos no doutorado e 2.893 no mestrado profissional. A menor parcela de pós-graduandos está na região Norte, com 1.507 mestrandos e 228 doutorandos. Nesse cenário, São Paulo se destaca como o principal polo de cursos de pós-graduação do país, com 21.161 pós-graduandos. Atualmente, a região Norte possui um total de 141 cursos de pós-graduação, sendo 100 de mestrado e 35 de doutorado. Para Rodrigues (2014), a oferta reduzida dos cursos no norte possui o impacto no baixo percentual de doutores formados e/ou presentes na região, além dos desafios das particularidades da mesma.

No Brasil, existem diferentes tipos de pós-graduação e elas são divididas em dois eixos específicos: o nível *stricto sensu*, ou seja, mestrado e doutorado, e o nível *lato sensu*, que abrange as especializações e os *Master in Business Administration* (MBA's). Essas duas categorias englobam todos os programas de pós-graduação existentes no país, sejam em instituições privadas ou públicas.

Em períodos de crises que afetam a empregabilidade, obter uma qualificação no currículo revela-se como um diferencial para alavancar a carreira, considerando a perspectiva de exigência do mercado no qual o diploma de graduação não se torna o bastante para garantir êxito e diferenciação na carreira. Contudo, de acordo com um levantamento realizado pela Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico - OCDE menos de 1% dos brasileiros cursaram algum tipo de MBA ou Pós-graduação (Unesc, 2021).

Conforme Rodrigues (2014), a participação de grupos de projetos de extensão, grupos de pesquisa, elaboração e publicação de artigos científicos dependem de infraestrutura que dificultam o interesse de outros pesquisadores nas atividades nesse *locus*, considerando também as enormes distâncias geográficas em relação à capital, como no caso do Estado do Pará, em que o tempo de viagem



de um local para o outro gera desgaste principalmente àqueles que se dedicam na condição de discentes da pós-graduação ao mesmo tempo em que trabalham em outras instituições de ensino.

Apesar de a região obter número de ofertas reduzidas em comparação as demais localidades, para Maia (2022) é evidente o aumento de números de matrículas no Brasil e, consequentemente, o número de discentes de pós-graduação. Entretanto, não há indícios de melhora proporcional nas condições de trabalho e estudo, resultando em uma intensificação do trabalho docente, técnico, com baixo financiamento e alta sobrecarga.

As exigências das formas atuais de organização da sociedade favorecem a expectativa por um certo tipo de autonomia que coloca os indivíduos como responsáveis últimos pelo seu sucesso pessoal medido pelas realizações alcançadas em um contexto crescente de competitividade (Ehrenberg, 2004). O fracasso torna-se, portanto, uma responsabilidade exclusivamente pessoal. Esse fator favorece o sentimento de solidão esboçado pelos discentes de pós-graduação, uma vez que os encorajam a se concentrarem na sua sobrevivência individual (Bauman, 2001). Trata-se de um fator de risco à saúde mental individual, mas também a um risco para a vida universitária que depende do trabalho coletivo e cooperativo. Faz-se necessário um olhar sensível para os aspectos de adoecimento que envolvem os pesquisadores durante o processo de obtenção do seu título no espaço de formação da pós-graduação, bem como as necessidades de ações conjuntas que possibilitem promover a saúde mental na comunidade.

A Saúde Mental está vinculada a um estado de bem-estar no qual a pessoa é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtiva e contribuir com a sua comunidade (OMS, 2022). Pessoas mentalmente saudáveis compreendem que ninguém é perfeito, que todos possuem limites e que não se pode ser tudo para todos. Elas vivenciam diariamente uma série de emoções como alegria, amor, satisfação, tristeza, raiva e frustração. São capazes de enfrentar os desafios e as mudanças da vida cotidiana com equilíbrio e sabem procurar ajuda quando



têm dificuldade em lidar com conflitos, perturbações, traumas ou transições importantes nos diferentes ciclos da vida.

A Saúde Mental de uma pessoa está relacionada à forma como ela reage às exigências da vida e ao modo como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições, ideias e emoções. A OMS divulgou no ano de 2022 o relatório mundial de saúde mental (OMS, 2022). Com base nas evidências mais recentes, apresentando exemplos de boas práticas de todo o mundo e expressando a experiência de vida das pessoas, ela destaca porque e onde a mudança é mais necessária e como ela pode ser melhor alcançada, convidando todas as partes interessadas a trabalharem juntas para aprofundar o valor e o compromisso dado à saúde mental, remodelar os ambientes que influenciam a saúde mental e fortalecer os sistemas que cuidam da saúde mental.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo de revisão narrativa e reflexiva da literatura, do tipo exploratório e descritivo com abordagem qualitativa. De acordo com Rother (2007), “os artigos de revisão narrativa são publicações amplas apropriadas para descrever e discutir o desenvolvimento ou o ‘estado da arte’ de um determinado assunto, sob ponto de vista teórico ou contextual”.

Para conhecer a produção científica sobre sofrimento psíquico discente, foi realizado um levantamento bibliográfico das produções científicas de forma não sistemática. Essa revisão teve como recorte o período de janeiro a fevereiro de 2024, por meio de pesquisa eletrônica nas plataformas pluridisciplinares, objetivando localizar estudos que tratassem do tema.

Os periódicos foram encontrados em universidades brasileiras e no portal dos bancos de dados da Biblioteca Virtual em Saúde Psicologia Brasil – BVS-PSI (Index Psi técnico científicas, Index Psi divulgação científica, PePsic e Lilacs - bvs-psi.org.br), SciELO (scielo.org.br), Pubmed e Medline. Como complemento, buscou-se documentos no *Google Scholar* (acadêmico), quando se obteve publi-



cações selecionadas como livros, portarias, cartilhas, reportagens e manuais que estabelecem as políticas públicas e gestão em saúde mental e ambiente universitário no Brasil.

Na interpretação dos dados, utilizou-se a análise de conteúdo enquanto abordagem temática (Minayo, 2009). Os descritores, *adoecimento psíquico discente*, foram buscados isoladamente, a partir de sinônimos combinados de diversas formas. Essas escolhas se tornaram estratégias para maior abrangência sobre o tema. Como critérios de inclusão estão: publicações em todos os idiomas disponíveis sobre o tema e avaliados por pares; que apresentem a discussão sobre a relação da saúde mental e ambiente de pós-graduação nas universidades públicas; cujo título, resumo, objetivo geral e/ou específicos refiram-se ao objeto de estudo. A duplicidade dos estudos foi considerada critério de exclusão.

Por fim, estas publicações selecionadas foram lidas na íntegra, obtendo as informações de sofrimento mental discente e ambiente de pós-graduação nas universidades públicas, seguidos de análise crítica e reflexiva.

Resultados e Discussão

Partindo-se da ideia de que o percurso acadêmico ocorre de maneira particular para cada discente, considera-se que a formação atravessa e se entrelaça a diversas outras esferas da vida. Para Padovini *et al.* (2014), esse contexto pode ser um espaço desencadeador de sofrimento psíquico através das inúmeras adaptações, exigências e fatores que contribuem para o desequilíbrio na saúde emocional. Bianchetti e Martins (2020) acrescentam uma série de fatores como preocupação, conflito, medo, raiva, culpa sendo desencadeados nos programas de pós-graduação. Os discentes lidariam com as dificuldades de se sentirem desvalorizados, relatando sentimentos de inferioridade, vergonha e desmotivação.

Maia (2022) acrescenta a presença da sensação de não estar à altura das exigências acadêmicas entre os discentes, além das dificuldades para concluir o que iniciaram e para manejar



a gestão de tempo, organização e concentração, indicando para uma autopercepção permeada de sentimento de inutilidade e culpa excessiva.

A literatura científica aponta para uma crescente preocupação com a saúde mental dos estudantes universitários, em especial aqueles da pós-graduação (Evans *et al.*, 2018; Lipson *et al.*, 2016). Discentes da pós-graduação apresentam sintomas moderados ou graves de depressão, ansiedade e estresse, demonstrando um aumento na prevalência do sofrimento emocional desses estudantes nos últimos anos (Barreira; Basílico; Bolotnyy, 2020; Duffy; Twenge; Joiner, 2019; Lipson *et al.*, 2016). As narrativas apresentadas nas publicações estão atreladas às barreiras externas de cunho social, cultural e político, ou internas de natureza psicológica (Mejia-Smith; Gushue, 2017; Urbanaviciute *et al.*, 2016).

Essas questões de ordem psicológica podem ser causadas ou intensificadas por diferentes aspectos como as dificuldades no contexto laboral que incluem papéis de trabalho, insegurança, controle e relacionamento com colegas, professores e coordenadores, principalmente pela falta de diálogo (Levecque *et al.*, 2017). Em especial a sobrecarga de trabalho caracterizada no contexto acadêmico pela elevação da demanda laboral, fruto do produtivismo acadêmico (Shigaki; Patrus, 2016), já tem efeitos negativos bem documentados na saúde mental dos pesquisadores. A associação de altas demandas no contexto de trabalho, pressão por altas cargas laborais e produtividade, acaba por esgotar os recursos dos discentes, o que pode gerar conflitos tanto no trabalho quanto na família e impactar o sucesso no trabalho (Wayne *et al.*, 2017), além de estar relacionado com a manifestação de doenças e diversas consequências negativas para os indivíduos, como o estresse, transtornos psicológicos comuns e ideação e tentativa de suicídio (Biron; Karanika-Murray; Cooper, 2012; Faro, 2013; Levecque *et al.*, 2017; López; Jiménez, 2019).

A produção científica em grande volume, condição para que os programas de pós-graduação e instituições de ensino atinjam os indicadores e não tenham cortes no orçamento, submete os pesqui-



sadores a dificuldades na conciliação com outras esferas da vida, tensiona as relações com o orientador e aumenta os níveis de mal-estar psicológico (Costa; Nebel, 2018; Faro, 2013; Rezende *et al.*, 2017). Costa e Nebel (2018), registraram o sofrimento dos discentes nas cobranças intensas no que concerne à publicação de artigos em periódicos científicos, participação em eventos e tarefas organizadas pelo programa de pós-graduação, a preocupação de perder o emprego ou a bolsa de estudos, não conseguir terminar a dissertação/tese, qualificar ou defender o trabalho dentro do prazo e não conseguir aprovação na qualificação/defesa.

As narrativas dos discentes apresenta uma breve lista dos sintomas mais frequentes como ansiedade, desânimo, irritabilidade, disposição (energia), desejo e motivação reduzidos, tristeza, reclamações constantes, oscilação do humor, atenção e concentração reduzidas, sonolência, isolamento social, bloqueios de escrita e apatia, além de raiva; frustração e sensação de incapacidade, dificuldade para dormir, medo, insônia crônica, ideação suicida, crises de choro, pensamentos de cobranças; intensificação do consumo de diversas drogas, síndrome do pânico, estresse e doenças físicas causadas por ele.

Nos registros que citam os importantes fatores de desmotivação, tem-se os posicionamentos e relações com professores; posicionamentos e relações com orientadores, posicionamentos e relações com coordenadores, posicionamentos e relações com secretaria, assunto da pesquisa, disciplinas obrigatórias desnecessárias, falta de bolsa e incentivo.

Além dos já citados, verifica-se relatos de solidão, burocracia, colegas e ambiente de competição, falta de ética, falta de apoio a ideias próprias, ameaças, ideia de que trabalho se relaciona a sofrer, pressão para publicar, individualismo estimulado pelo departamento, dificuldades de relacionamento com orientador, coordenador e secretaria, cobrança excessiva, excesso de disciplinas, tempo/recurso inflexíveis, pouco estímulo para compartilhamento de ideias e formação de grupos, conflitos entre docentes, tensão constante, falta de advertências para professores que degradam o



curso, falta de comunicados relevantes para os pós-graduandos, falta de empatia, ambiente pouco acolhedor e tóxico, distância entre colegas, estigma associado à procura de cuidados, acesso limitado a cuidados efetivos para saúde e relatos de que não encontraram atendimento.

A literatura científica sugere recursos que podem auxiliar os estudantes a perseverarem frente às barreiras desta experiência. O enriquecimento trabalho-família, por exemplo, denota a interferência positiva entre as experiências nos âmbitos familiar e laboral (Martins; Ferreira; Valentini, 2017). Segundo Greenhaus e Powell (2006), espera-se que a combinação destas funções gere efeitos positivos ou negativos para o indivíduo, podendo ser determinante para sua saúde mental. Quando há maior envolvimento de qualidade das pessoas com o papel de família, os recursos dessa esfera podem ser trasladados ao local de trabalho e vice-versa, gerando ganhos em ambos os âmbitos (Lapierre *et al.*, 2018).

Além disso, destaca-se a percepção de sucesso na carreira definido como a sensação de realização dos objetivos (Guan *et al.*, 2019). Esse pode ser dividido entre realizações percebidas (sucesso intrínseco ou subjetivo) e reais (sucesso extrínseco ou objetivo) (Estácio *et al.* 2019; Spurk; Hirschi; Dries, 2019). Satisfação com o trabalho e percepção de realização compõem aspectos subjetivos do sucesso (Santos, 2016; Spurk; Hirschi; Dries, 2019). Fatores como a conquista de metas e a sensação que se faz um trabalho útil tem um impacto positivo no indivíduo e seu entorno (Barreira; Basilico; Bolotnny, 2020).

Assim, o contexto acadêmico indica para o sistema pedagógico, político e social o desafio de lidar com a alta expectativa de sucesso, a competitividade e a produtividade e gera a reflexão a respeito das excessivas demandas e pressões sobre os pesquisadores (Estácio *et al.*, 2019).

Percebe-se nos dados obtidos que durante a vivência da Pós-Graduação existem elementos estressores no contexto acadêmico, tais como a ausência de clareza no delineamento de re-



gras que se estabelecem na relação orientador-orientando-programa de pós-graduação, a sobrecarga de trabalhos, questões de estrutura e investimento financeiro, bem como o aspecto pessoal, através de conflitos familiares, dificuldade na criação de filhos e apoio emocional que interferem diretamente no desenvolvimento de fatores de risco para adoecimento psíquico, provocando principalmente o uso de substâncias psicoativas, compulsão alimentar, estresse, sintomas de ansiedade e depressão, sendo essencial buscar estratégias para não sobrecarregá-los nos programas de graduação e tornar sua experiência prazerosa em parceria mútua no processo de ensino e aprendizagem, desconstituindo a ideia de que precisa ser realizada com sofrimento e exaustão.

Considerações Finais

Acreditamos que a revisão obtida indica a sua extrema relevância, bem como a necessidade de ser compreendida por meio de um olhar em sua totalidade, considerando os aspectos da subjetividade do sujeito, as relações institucionais, culturais e o próprio conceito de saúde para os discentes. Assim, é possível inferir que o adoecimento dos discentes pode ser influenciado por fatores biopsicossociais que por vezes podem ser negligenciados no planejamento das discussões nas ações da pós-graduação. Entendemos que a atuação na pós-graduação é complexa por proporcionar satisfação e autorrealização, mas também por possibilitar sofrimento, diante do manejo de atividades que devem ser contempladas.

Por outro lado, é necessário fomentar suporte com financiamento para o desenvolvimento das pesquisas, criar um senso de responsabilidade comunitária no que se refere à promoção de saúde nesse espaço através de diálogos com os discentes e docentes na construção do planejamento de ações; espaços para práticas de atividade física; canais de comunicação para denúncias de condutas abusivas; ofertas de oficinas para a promoção da cultura de saúde mental, cursos de gerenciamento de tem-



po, produtividade e escrita acadêmica, políticas assistenciais de suporte e escuta emocionais direcionadas especificamente aos programas de pós, bem como grupos de suporte para troca de experiências entre discentes que já passaram pela experiência com aqueles que estão no início do curso.

Ressaltamos que a discussão aqui apresentada não contemplou a situação de grupos ainda mais relevantes como: grupos étnicos e raciais, questões de gênero, LGBTQI+, alunos estrangeiros, etc. Ficam em aberto a especificidade de inserção em diferentes aspectos da pós-graduação, a distribuição de diagnósticos por unidade e região dos programas desenvolvidos, bem como seus impactos atrelados ao surgimento da Covid 19, por exemplo. Há muito a pensar e a fazer para que se crie uma rede de apoio eficaz e consequentemente de maior qualidade no desenvolvimento das pesquisas desenvolvidas.

REFERÊNCIAS

BARREIRA, P; BASILICO, M; BOLOTNYY, V. Graduate student mental health: Lessons from American economics departments. **Journal of Economic Literature**, v. 60, n. 4, p. 1188-1222, mai., 2022. Disponível em: <https://www.a-eaweb.org/articles?id=10.1257/jel.20201555>. Acesso em 24 fev. de 2024

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

BIANCHETTI L; MARTINS, F. S. O discente da pós-graduação stricto sensu: desistências e resistências, induções externas e adoecimentos. Em: **Anais do 10º Con- gresso Ibero-Americano de docência universitária**, 2018, Porto Alegre. Porto Alegre: Pontifícia Universidade Católica, 2018. Disponível em: <https://ebooks.pucrs.br/e-di-pucrs/acessolivre/anais/cidu/assets/edicoes/2018/arquivos/11.pdf>. Acesso em: 27 fev. 2024.

BIRON, C; KARANIKA-MURRAY, M; COOPER, C. L. Organizational stress and wellbeing interventions: An overview. In C. BIRON, M. KARANIKA-MURRAY & C. L. COOPER (Eds.). **Improving organizational interventions for stress and well-being**: Addressing process and context. (pp. 1-17). London: Routledge/Taylor & Francis Group, 2012.



COSTA, E. G. D; NEBEL, L. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis Revista Latinoamericana**, v. 17, n. 50, p. 207-227, ago., 2018. Disponível em: <http://journals.ope-nedition.org/polis/15816> ISSN: 0718-6568. Acesso em 24 fev. de 2024.

DUFFY, M. E; TWENGE, J. M; JOINER, T. E. Trends in mood and anxiety symptoms and suicide-related outcomes among US undergraduates, 2007–2018: Evidence from two national surveys. **Journal of Adolescent Health**, v. 65, n. 5, p. 590-598, nov., 2019. Disponível em: <https://doi:10.1016/j.jadohealth.2019.04.033>. Acesso em 24 fev. 2024.

EHRENBERG, A. Les changements de la relation normal-pathologique: à propos de la souffrance psychique et de la santé mentale. **Espit**, Paris, v. 5, n 304, p. 133- 156, maio, 2024.

ESTÁCIO, L. S. S; ANDRADE, W. G. F; KERN, V. M; CUNHA, C. J. C. A. O produtivismo acadêmico na vida dos discentes de pós-graduação. **Em Questão**, v. 25, n. 1, p. 133-158, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.19132/1808-5245251.133-158>. Acesso em 24 fev. 2024.

EVANS, T. M; BIRA, L; GASTELUM, J. B; WEISS, L. T; VANDERFORD, N. L. Evidence for a mental health crisis in graduate education. **Revista Nature biotechnology**, v. 36, n. 3, p. 282-284, mar., 2018. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/nbt.4089>. Acesso em: 20 mar. 2024.

FARIA, Susan. **Número de pós-graduandos cresce no Brasil**. Ministério da Educação, 2022. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/conselho-nacional-de-educacao/180-estudantes-108009469/pos-graduacao-500454045/2583-sp-2021081601&as_qdr=y15. Acesso em: 19 março 2024.

FARO, A. Estresse e Estressores na Pós-Graduação: Estudo com Mestrandos e Doutorandos no Brasil. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 29, n. 1, p. 51-60, mar., 2013. Disponível em: <http://ri.ufs.br/jspui/handle/riufs/1919>. Acesso em 20 mar. 2024

GREENHAUS, J. H; POWELL, G. N. Managing incidents of work-family conflict: A decision-making perspective. **Human Relations**, v. 59, n. 9, p. 1179–1212, set. 2006. Disponível em: <https://doi:10.1177/0018726706069765>. Acesso em 24 fev. 2024.



GUAN, Y; ARTHUR, M. B; KHAPOVA, S. N; HALL, R. J; LORD, R. G. Career boundarylessness and career success: A review, integration and guide to future research. **Journal of Vocational Behavior**, v. 110, p. 390-402, fev., 2019. Disponível em: <https://doi:10.1016/j.jvb.2018.05.013>. Acesso em 24 fev. 2024.

LAPIERRE, L. M; LI, Y; KWAN, H. K; GREENHAUS, J. H; DIRENZO, M. S; SHAO, P. A meta-analysis of the antecedentes of work-family enrichment. **Journal of Organizational Behavior**, v. 39, n. 4, p. 385-401, mai., 2018. Disponível em: <https://doi:10.1002/job.2234>. Acesso em 24 fev. 2024.

LEVECQUE, K; ANSEEL, F; BEUCKELAER, A; VAN DER HEYDEN, J; GISLE, L. Work organization and mental health problems in PhD students. **Journal Science Direct: Research Policy**, v. 46, n. 4, p. 868-879, mai., 2017. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0048733317300422>. Acesso em 20 mar. 2024.

LIPSON, S. K; ZHOU, S., WAGNER III, B., BECK, K., & EISENBERG, D. Major differences: Variations in undergraduate and graduate student mental health and treatment utilization across academic disciplines. **Journal of College Student Psychotherapy**, v. 3, n. 1, p. 23-41, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/87568225.2016.1105657>. Acesso em 24 fev. 2024.

LÓPEZ, J. R. P; JIMÉNEZ, W. M. V.. Estrés laboral y desarrollo de trastornos psicosomáticos en estudiantes de posgrado. **Psicología y Salud**, v. 29, n. 2, p. 177-186, jun., 2019. Disponível em: <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2584>. Acesso em: 20 mar. 2024.

MAIA, Heribaldo. **Neoliberalismo e sofrimento psíquico: o mal-estar nas universidades**. Recife: Ruptura, 2022.

MARTINS, L. M; FERREIRA, M. C; VALENTINI, F. Evidências de validade da Escala de Enriquecimento Trabalho- Família em amostras brasileiras. **Psicologia: teoria e prática**, v. 18, n. 1, p. 100-112, abr., 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_art-text&pid=S1516-36872016000100008. Acesso em: 20 mar. 2024.

MEJIA-SMITH, B; GUSHUE, G. V. Latina/o college students' perceptions of career barriers: Influence of ethnic identity, acculturation, and self-efficacy. **Journal of Counseling & Development**, v. 95, n.



2, p. 145-155, mar., 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/jcad.12127>. Acesso em 24 fev. 2024.

MINAYO, M. C. de S. Saúde e ambiente: uma relação necessária. In: CAMPOS, G. W. S. et al. **Tratado de saúde coletiva**. São Paulo: Hucitec, p. 81-109, 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **World Mental Health Report: transforming mental health for all**. Genebra, 2022. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/oms-divulga-informe-mundial-de-saude-mental-transformar-a-saude-mental-para-todos/>. Acesso em 06 mar. 2024.

PADOVANI, R. C; NEUFELD, C. B; MALTONI, J; BARBOSA, L. N. F; SOUZA, W. F; CAVALCANTI, H. A. F; LAMEU, J. N. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, São Paulo, v. 10, n.1, p. 2-10, fev./abr. 2014. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20140002>. Acesso em 24 fev. 2024.

PEIXOTO, M. T; SOARES, T. C. M.; BEZERRA, S. T. F. A produção acadêmica suscita adoecimento? Revisão sistemática integrativa sobre a saúde discente na pós-graduação stricto sensu. **Revista brasileira de pós-graduação (RBPG)**, Brasília, v. 18, n. 39, p. 1-17, jan./jun. 2022.

REZENDE, M. S; MIRANDA, G. J; PEREIRA, J. M; CORNACCHIONE JR, E. B. Stress e desempenho acadêmico na pós-graduação stricto sensu em ciências contábeis no Brasil. **Arquivos Analíticos de Políticas Educativas** v. 25, n. 96, set., 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.14507/epaa.25.2931>. Acesso em 24 fev. 2024.

RODRIGUES, R. de O. Pós-Graduação na Amazônia: o desafio de formar em (redes). **Revista Brasileira de Pós- Graduação**, Brasília, v. 11, n.23, p.19-45, mar. 2014.

ROTHER, E. T. Revisão Sistemática x Revisão Narrativa. **Acta Paul. Enferm.** v. 20, n. 2, São Paulo, abr./jun, 2007.

SANTOS, G. G. Career barriers influencing career success. **Career Development International**, v. 21, n. 1, p. 60–84, out., 2016. Disponível em: <https://doi:10.1108/cdi-03-2015-0035>. Acesso em 24 fev. 2024.

SHIGAKI, H. B; PATRUS, R. Revisão por pares e produtivismo acadêmico sob a ótica de avaliadores de artigos de periódicos em



Administração. **Revista Brasileira de Pós-Graduação (RBPG)**, v. 13, n. 31, p. 399-428, mai./ago., 2016. Disponível em: <https://doi:10.21713/2358-2332.2016.v13.960>. Acesso em 19 mar. 2024.

SPURK, D; HIRSCHI, A; DRIES, N. Antecedents and outcomes of objective versus subjective career success: competing perspectives and future directions. **Journal of Management**, v. 45, n. 1, p. 35-69, jan., 2019. Disponível em: <https://doi:10.1177/0149206318786563>. Acesso em 24 fev. 2024.

UNESC. No Brasil, o número de estudantes de especialização cresceu durante a Pandemia. **UNESC DIGITAL**, 2021. Disponível em: <https://digital.unesc.net/blog/no-brasil-o-numero-de-estudantes-de-especializacao-cresceu-durante-a-pandemia>. Acesso em 24 fev. 2024.

URBANAVICIUTE, I; POCIUTE, B; KAIRYS, A; LINI-AUSKAITE, A. Perceived career barriers and vocational outcomes among university undergraduates: Exploring mediation and moderation effects. **Journal of Vocational Behavior**, v. 92, p. 12-21, fev., 2016. Disponível em: <http://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.11.001>. Acesso em 24 fev. 2024.

WAYNE, S. J; LEMMON, G; HOOBLER, J. M; CHEUNG, G. W; WILSON, M. S. The ripple effect: A spillover model of the detrimental impact of work-family conflict on job success. **Journal of Organizational Behavior**, v. 38, n. 6, p. 876-894, dez., 2016. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/job.2174>. Acesso em 24 fev. 2024.



Capítulo 8

Relato de Experiência como acadêmico atendido no Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante: reflexões a partir da Gestalt Terapia

Izabel Cristina Borges Corrêa Oliveira
Yago Melo de Lima

Nesse capítulo apresentamos o relato do jovem Yago Lima, atendido pelo Sappe, qual nos conta como foi sua experiência ao buscar o serviço em um momento delicado da vida no qual o apoio recebido foi decisivo para lidar com a situação e conseguir se recuperar diante das dificuldades, particularmente aquelas relacionadas à vivência de sua orientação sexual diante das pressões exercidas pela família. Em seguida, a psicóloga Izabel Oliveira desenvolve uma reflexão sobre importantes aspectos da Abordagem Psicológica da Gestalt Terapia como *awareness*, experiência e ajustamento criativo, lançando um olhar sobre diversas questões, dentre as quais as questões de gênero e sexualidade.

Relato do acadêmico Yago

“Rememorar a experiência no Serviço de Apoio Pedagógico e Psicológico (Sappe) da Universidade do Estado do Pará (Uepa) me causa emoção; uma mistura de sorriso, alegria e satisfação, pela importância de somar com a tessitura desse trabalho significativo em minha vida e na de outros/as acadêmicos/as, bem como na dos/as profissionais do Sappe. Esse serviço consiste em uma ação profissional, de perspectiva humanizada, essencial no Centro de Ciências Sociais e Educação (CCSE), responsável por contribuir em muitos processos de desenvolvimento humano.

A escuta profissional, psicológica e pedagógica realizada nesse ambiente permitiram que eu pudesse encontrar e organizar o meu Eu. Isto é, nas vivências no Sappe, a partir da interlocução com



as profissionais que me atenderam, pude pensar, me confrontar, perguntar, repensar algumas convicções e buscar o meu bem estar. Com isso, fiz reflexões e tomei decisões necessárias para a continuidade do meu desenvolvimento.

Sobre o Atendimento Pedagógico e Psicológico

A busca pelo Sappe aconteceu em três fases distintas da minha vida acadêmica: no segundo semestre de 2014, no primeiro e segundo semestre de 2017. Em cada momento, fui atendido por uma determinada psicóloga, um grupo distinto de professoras que pôde se ater às aflições e aos problemas que me acometeram em tais épocas; um trio profissional, ético e humano em sua conduta psicológica, pedagógica e até mesmo educativa ao longo desse percurso.

Na ocasião, recorrer ao Sappe não foi uma decisão simples, pelo contrário, uma ação pensada ao longo de semanas, em que atravesssei dores advindas do contexto familiar, em particular ocasionadas pelo meu pai e pela minha mãe. O sofrimento ocorreu justamente em um período tão aguardado e sonhado por mim, a graduação. Cursar a formação inicial na Uepa se tornou um dos mais lindos sonhos materializados em minha vida, porém foi abalado durante a realização.

A pauta do meu sofrimento naquela época consistia em minha orientação sexual, assunto visto de maneira preconceituosa, discriminatória, estereotipada e dolorosa em meu núcleo familiar. A tentativa de viver a minha singularidade de forma humana e livre causava desconforto, sobretudo em meu pai, que sempre desprezou e se envergonhou por ter mais um filho gay.

Antes de mim, há alguns anos, um dos meus irmãos já havia experienciado diversos confrontos e passado por dores similares, quando resolveu viver a sua sexualidade livremente. Recordo dos intensos embates entre esse irmão e o meu pai que, por sinal, estremeciam qualquer possibilidade de harmonia em casa. Essa situação levou esse irmão a seguir o seu caminho distante do âmbito familiar, apenas com 18 anos, provocando o seu sofrimento também.



Eu ainda era um adolescente de 14 anos quando presenciei a turbulência enfrentada por ele; ainda tinha poucas certezas acerca da minha orientação sexual e sobre tantas outras questões da vida, ou seja, não fiz absolutamente nada para evitar a sua dor, ou até mesmo para consolá-lo mediante a sua luta. No momento em que passei a vivenciar situações semelhantes às do meu irmão, por volta de 21 e 22 anos, recordei de todos aqueles conflitos e penúrias enfrentadas por ele.

Em torno de agosto e setembro de 2014, quando cursava o segundo semestre do curso de Pedagogia, passei a sentir um desconforto até então inexplicável que atingiu diretamente no meu ânimo por qualquer atividade. Sabia que esse incômodo estava atrelado à minha convivência com os meus pais e com o meu irmão caçula; era como se eu não pertencesse ao mesmo ambiente. Tanto é que não conseguia fazer as refeições com eles nem estar nos mesmos cômodos da casa onde se encontravam.

Essa sensação de estranheza era profunda pelo fato de eu estar convicto acerca da minha orientação sexual e ao mesmo tempo perceber o preconceito da minha família a respeito do tema. Naquela época, apenas a minha mãe tinha conhecimento sobre a minha orientação, porque eu havia compartilhado com ela em 2012, entretanto, sempre escutei comentários homofóbicos sobre o assunto em minha própria casa; falas dolorosas e desprezíveis que me atingiam profundamente e causavam esse distanciamento.

Em razão disso, comecei a sentir desânimo por todas as atividades daquele momento, sobretudo as acadêmicas. Era perceptível o reflexo dessa situação em meu desempenho nas disciplinas do curso, como em Educação Infantil no Contexto Brasileiro e Psicologia da Aprendizagem, ministradas por queridas professoras que notaram a minha irregularidade. Tratava-se de componentes curriculares interessantes, mas não tinha concentração e foco para realizá-las com afinco.

Por essas questões, fui orientado por uma amiga a buscar o Sappe. Recordo que a princípio foi assustador, pois não sabia o que



iria acontecer, mas necessitava de uma solução ou de uma orientação para os meus problemas. Naquela situação, o pensamento de mudar para outro lugar era frequente, porque a convivência na casa dos meus pais estava insustentável; me causava sofrimento psíquico e até mesmo dores físicas. Ao mesmo tempo, havia a preocupação em terminar as atividades do segundo semestre de Pedagogia, gerando aflição e angústia.

Nesse caso, recorri ao atendimento e fui recebido por uma psicóloga disponível para escutar as problemáticas atravessadas por mim naquele momento. Lembro do acolhimento afetivo e humanizado da referida psicóloga, da escuta atenciosa e sensível, bem como dos esclarecimentos mediante os problemas ali colocados. Recordo também que em nossa conversa ela concordou com a minha ideia de mudança, pois viu o meu sofrimento e pontuou que eu estava em um processo com micro crises depressivas, tendo em vista o desânimo profundo ocasionado pelas minhas dores psicológicas.

Antes do encontro com ela, sabia que um dos encaminhamentos para eu sanar essa questão era a saída da casa dos meus pais. No entanto, a referida profissional me ajudou a entender com clareza o contexto homofóbico e preconceituoso onde me encontrava, assim como mediou a minha compreensão em torno das sensações perturbadoras. Naquele instante, a ida ao Sappe foi essencial para a minha organização psicológica frente ao sofrimento psíquico que passara.

Após cerca de dois ou três encontros com a psicóloga, eu me senti completamente seguro para tomar as decisões cabíveis. Com isso, mudei da casa dos meus pais para viver na casa de uma amiga durante um determinado período onde fui muito bem recebido e acolhido. A mudança de lar trouxe o bem estar necessário para eu seguir na realização dos meus objetivos acadêmicos e profissionais; era como se eu tivesse voltado a respirar porque todo o cenário em que me encontrava anteriormente estava marcado por uma nefasta onda de preconceito e adoecimento.



A estadia na casa dessa amiga durou cerca de nove meses, ínterim de aprendizagem e reflexões existenciais; de amadurecimento enquanto pessoa, homem, filho e estudante; passei a compreender a vida e a relação familiar de outra maneira em que não adiantava eu mudar as minhas raízes. Por outro lado, enxerguei com mais sensibilidade a condição da minha mãe no âmbito da família, mesmo com o incômodo pelo fato de ela ter “cruzado” os braços na ocasião. Entendi a estrutura machista e patriarcal na qual ela se encontrava durante grande parte da sua vida, naturalmente, impedindo-a de ter outra reação. Apesar disso, o passar do tempo me fez compreender que a continuidade do meu percurso dependia das minhas próprias escolhas e atitudes, isto é, eu seria o principal responsável e sujeito da minha história.

A busca por essa autonomia continuou e pude entender que os desafios são situações frequentes na vida; cada ser humano tem uma realidade e enfrenta os seus medos e obstáculos. Só fiz essa reflexão após a mudança da casa dos meus pais, em que precisei conciliar a rotina da graduação com atividades laborais como estágio e aulas particulares, dentre outras tarefas.

Transitei por outros ambientes ao longo da jornada, sempre recebido por pessoas generosas, acolhedoras e amigas, as quais entenderam as mãos frente aos desafios que me deparava. Cada lugar peculiar com uma dinâmica e, nesse contexto, eu tinha uma organização centrada em minhas atividades remuneradas e em minha graduação, meu alicerce naquele período formativo.

No início do semestre letivo de 2017, recorri novamente ao Sappe em vista de que estava com uma série de demandas e não conseguia administrá-las. Além do mais, passei a me sentir desconfortável no ambiente onde morava, pois estava com problemas de privacidade, o que me provocava sofrimento psíquico sobretudo por não me sentir no direito de expressar o meu descontentamento. Na ocasião, outra psicóloga organizou alguns encontros com o intuito de me orientar a compreender e a resolver essas questões.



A partir desses atendimentos, passei a focalizar na vivência das demandas dia após dia; compreendi também que uma das soluções para eu ter privacidade era a organização da minha mudança de endereço para um local onde eu tivesse a liberdade de opinar e de conduzir as minhas próprias vontades. Essa série de atendimentos com a referida psicóloga contribuiu para eu me sentir mais leve; ajudaram na compreensão sobre a importância de galgar a autonomia desejada por mim.

A sua abordagem psicológica me propunha questionamentos para eu refletir e decidir o que cabia mediante as situações vivenciadas; consistia em encontros necessários para eu desvelar a minha própria caminhada e compreender o meu processo de constituição humana na vida adulta, o que dependia, prioritariamente, da tomada de decisões. Certamente muitas não tão fáceis porque a limitação financeira me impedia de tomar alguns posicionamentos.

Em síntese, ao longo da graduação, vários dilemas tiveram relação com a ausência do meu núcleo familiar e com a própria distância colocada por mim. Havia um afastamento que me levou a enfrentar adversidades e a buscar a minha independência em um momento no qual precisava de suporte e cuidado. Em contrapartida, percebi que estava em um processo de crescimento pessoal e profissional e, apesar dos desafios, os resultados seriam favoráveis para a realização dos meus sonhos.

Ainda em 2017, voltei a passar por turbulências em torno de questões familiares e de projetos almejados para os passos após a graduação. Na ocasião, fui recebido no Sappe por outra psicóloga, que me acolheu de maneira atenciosa e afetiva mediante aquele cenário de incertezas, sobretudo por estar prestes a concluir o curso de Pedagogia; contudo sonhava com outras etapas ao mesmo tempo.

Nesse período, recordo que havia a dor de estar distante física e afetivamente da minha mãe; encontrava-me sensível frente a tantas atribuições acadêmicas naquele contexto e, de certa forma, “sozinho”. Havia a sensação de me sentir só na vida adulta e con-



fuso psicologicamente, entretanto ciente da busca pela realização dos meus sonhos, em especial a finalização da escrita do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) e a perspectiva de me candidatar ao Mestrado em Educação, posteriormente.

Tenho a recordação viva de a psicóloga expressar não ter dúvidas que eu iria conquistar os meus objetivos. Essa é uma fala marcante, pois apesar de eu pensar bastante a respeito, era tomado pela insegurança e, conseqüentemente, era travado para assumir certas convicções. A todo momento com dores a serem resolvidas e com a determinação de trilhar os meus próprios passos, marcado por uma motivação incessante para alcançar os meus desejos acadêmicos.

Essa etapa de atendimento no Sappe foi mais uma fase essencial porque ajudou na minha organização psicológica e na compreensão de que algumas escolhas e decisões, de fato, também eram marcadas por consequências. Em razão disso, considero a busca por esse serviço um ato de coragem, tendo em vista a necessidade de me enfrentar no espelho, com sombras e sonhos, medos e desejos, principalmente pelo desespero de me encontrar em algum lugar do mundo. Nesse sentido, saliento a importância das profissionais que me atenderam nesse percurso em que me descobri corajoso. Após os últimos atendimentos, estava mais convicto de quem eu era e onde estava àquela altura; como se algo tivesse atravessado toda a minha trajetória, bem como a minha personalidade. Estava mais alegre por descobrir o encontro comigo, com o mundo e com as minhas escolhas; sem dúvidas, passava a ser alguém com a liberdade necessária para seguir a andarilhagem da minha própria história.

Após a conclusão da graduação, em 2018, fui contratado para trabalhar como professor das séries iniciais do Ensino Fundamental em uma escola particular; entre 2019 e 2021, cursei o sonhado Mestrado em Educação no Programa de Pós-Graduação (Ppged/ Uepa); de 2022 até o mês de abril de 2023, atuei como Pedagogo em uma universidade pública; e desde o fim de abril até o momento (março-2024) estou como professor substituto da área de Educação Especial na Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará(Unifesspa).



Após os desafios enfrentados nesse percurso, pude superar alguns e, especialmente, me compreender, em constante relação comigo, com o outro e com mundo para o meu desenvolvimento. Com certeza, várias dores do passado foram curadas como as que sentia pela minha mãe. Há alguns meses, o pensamento de tentar conquistar outros espaços e realizar outros sonhos também a envolve; é um sentimento de motivação em que demos as mãos e nos apoiamos.

Com isso, ressalto a importância do Sappe/CCSE/ Uepa durante várias ocasiões da graduação. Um serviço de saúde mental que contribui para o desenvolvimento de estudantes, cujo valor é imensurável na vida das pessoas, principalmente em um momento como a graduação ou a pós-graduação”.

Considerações sobre o tema Gênero e Sexualidade a partir da Abordagem da Gestalt Terapia

O relato de experiência exposto acima é um exemplo prático do trabalho que os psicólogos do Sappe desenvolvem com estudantes universitários ao longo de quinze anos de atividades ininterruptas no Centro de Ciências Sociais e Educação da Uepa. Nessa direção, o objetivo aqui não é realizar um estudo de caso, mas, a partir da rica experiência apresentada, traçar algumas considerações sobre a temática gênero e sexualidade tendo como fundamentação a perspectiva da Gestalt Terapia (GT).

Na GT a pessoa é vista como partícipe de um contexto no qual estabelece relações com foco no encontro organismo-ambiente. Compreende essa interação através de uma concepção de totalidade (Silva; Baptista; Alvim, 2015). Esta abordagem auxilia na compreensão do contexto acadêmico de jovens universitários ao se defrontarem com inúmeras situações que podem se referir desde a dificuldades com recursos financeiros insuficientes para se manterem durante seu processo formativo até a conflitos nas relações estabelecidas com professores e colegas, pois são atravessados de diferentes maneiras nesse processo, exigindo a necessidade de suporte emocional e mental.



É uma abordagem que atenta para o contexto sócio-histórico da pessoa e não somente para sua realidade intrapsíquica. Em sua visão, o discente não se depreende da pessoa que é e que enfrenta inúmeros desafios em sua vida entre os quais os relacionados as questões de gênero e sexualidade. De fato, o número de demandas/queixas recebidas pelo Sappe envolvendo o sofrimento de jovens relativos a processos de identidade é significativo.

Segundo Lins, Machado e Escoura (2016), gênero é um dispositivo cultural, historicamente construído que classifica pessoal e socialmente os sujeitos por meio do que se entende como masculino e feminino. Opera orientando papeis e expressões de gênero. Meyer (2003, p. 16) reforça que no decorrer da vida, considerando as mais diferentes instituições e práticas sociais “nos constituímos como homens e mulheres, num processo que não é linear, progressivo ou harmônico e que nunca está finalizado ou completo”. Essa é uma temática que tem sido veementemente atacada nos últimos anos em nosso país por setores sociais com posicionamentos neo-conservadores, comumente opostos aos conceitos acima apresentados, refletindo no contexto da sociedade mais ampla e também no Ensino Superior quando discentes que sofrem discriminação, preconceito e homofobia evidenciam dificuldades na realização de suas atividades acadêmicas, assim como no estabelecimento de relações sociais, desenvolvendo quadros de ansiedade, tristeza e até mesmo depressão.

Essas são questões que também permeiam alguns dos principais conceitos da abordagem gestáltica, em especial os voltados para a consciência (*awareness*), as fronteiras de contato e o ajustamento criativo. Abordá-los permite traçar clinicamente perspectivas de (re) organização orgânica e de autorregulação equilibrada que permitirão expor considerações concernentes às relações de gênero e à sexualidade de uma maneira integradora e humanista.

Ginger (1995) esclarece que a Gestalt estimula uma perspectiva integradora, envolvendo simultaneamente dimensões sensoriais, afetivas, intelectuais, sociais e energéticas. Busca que a pessoa tome consciência de seus processos, ampliando o olhar sobre



si mesmo. Não se refere a consciência como instância psíquica, mas como ação, “estar consciente de”. O termo adotado pela GT para definir o que é tomada de consciência é *awareness*, que apesar de não ter uma tradução idêntica à palavra consciência na GT adquire um sentido próprio. Alvim (2014) a compreende como “saber da experiência”, pois envolve o fluxo aqui-agora, reportando-se a um conhecimento imediato, dentro e fora de nós. Em outras palavras, é o se dar conta, ampliação da consciência do que ocorre em um contexto, no presente, por meio da autopercepção.

Yontef (1998), uma das principais referências da Gestalt Terapia, configura *awareness* como experienciar. É o estar em contato atento com o que se torna central, figura do campo pessoa/ambiente. Para ele, “é estar em contato com nossa própria existência, com aquilo que é a pessoa que está consciente, sabe o que faz, como ela o faz, que ela tem alternativas e que ela escolhe ser como é” (Yontef, 1998, p. 30). Esta afirmação realça a importância da *awareness* e da atuação terapêutica em identificar como a pessoa a interrompe ou perde e o modo de restaurar um auto processo saudável, trazendo- o para a *awareness* de forma experienciada. De acordo com Joyce e Sills (2016, p. 50).

Awareness daquilo que ele sente e pensa, de como ele se comporta, daquilo que está ocorrendo em seu corpo e a informação de seus sentidos; awareness de como ele estabelece contato - de seus relacionamentos com outras pessoas, do impacto que ele tem no ambiente e o ambiente nele.

O sofrimento que jovens acadêmicos manifestam durante seu processo formativo no Ensino Superior, advindo não só do campo geográfico e psicológico da universidade, mas também de suas famílias e de outros grupos do qual fazem parte (sociais e religiosos, por exemplo), especificamente relacionado a situações que envolvem relações de gênero e expressão da sexualidade, podem se configurar em interrupções da *awareness*, trazendo dificuldades para a percepção de si e do ambiente, havendo, frequentemente, o desenvolvimento de sentimento de culpa, vergonha e insegurança de ser o que é e como é.



O aprofundamento de processos de violência de gênero, pautados em preconceitos, estigmas e discriminações, configurados em situações trágicas de homofobia e feminicídios, mas também em inúmeras situações do cotidiano evidenciadas em atitudes e comportamentos verbais ou não, que julgam corpos e modos de ser, produzem realidades desconexas, confusas, feitas de interrupções, que acentuam dificuldades de tomada de consciência. A pessoa atravessada por essas situações do campo que afetam suas relações com o outro e consigo mesmo, atua buscando seu (re)equilíbrio. O restabelecimento da *awareness* abrange a experiência fortalecida do aqui-agora, de viver o presente, tornar figura relações transformadoras e que, ao mesmo tempo, possibilitem a aceitação e valorização do outro e de si mesmo.

Para Perls (1988), a experiência é, essencialmente, contato. Este é outro conceito primordial na GT. Apesar de ser uma palavra bastante usual na língua portuguesa, com significados voltados para o toque, interação entre seres, objetos e corpos, contato na GT, segundo Ribeiro (1997), é convite ao encontro pleno, à mudança. Trata-se de uma perspectiva de contato enquanto processo, na qual a sua vivência depende da experiência do campo, das relações de contato da pessoa (o campo organismo/meio), forma pela qual a vida acontece e se expressa, destacando-se as características desse encontro.

Santos et al. (2020, p. 364) ressaltam que contato na abordagem gestáltica compreende a concepção de um ser humano “inerentemente relacional, singular, corporificado, concreto e criativo, aberto a infinitas potencialidades e sempre em movimento, em eterna construção a partir das interações que estabelece com o meio”. Assim, pode-se afirmar sua centralidade com ser de relações que se constitui entre espaços vinculados e compartilhados com outros.

O contato ocorre no que a Gestalt denomina de fronteira. Peixoto (2021, p. 17) afirma que “a fronteira é o espaço entre o indivíduo e o meio, no qual as experiências de cada um irão se encontrar e onde a mudança pode acontecer”. É uma fronteira móvel e porosa entre organismo e meio. A fronteira de contato possibilita o equi-



líbrio, o ajustamento, sendo que o contato considerado saudável com o meio ambiente e consigo mesmo é aquele em que a pessoa se mantém consciente e presente na situação atual. Na verdade, esta fronteira, simultaneamente, une e separa, podendo facilitar, dificultar ou impedir o contato (Mesquita, 2011). Mesmo que não seja algo totalmente prejudicial, é necessário estar consciente da existência de alterações na fronteira de contato.

Como esclarece Alvim (2019, p. 881):

A fronteira de contato é concebida pela Gestalt-Terapia como o tempo-lugar do encontro: encontrar a novidade, o outro, o diferente, o estranho a mim e permanecendo nesta fronteira – de contato – viver a experiência do estranhamento, do excitamento e do crescimento por meio da criação.

Nessa direção, fronteira de contato difere da ideia de limites que rompem, separam, dividem em razão de gênero, orientação sexual, espaço, território, povo e religião, como aqueles que segregam, afastam e isolam pessoas sexo-gênero dissidentes (Nunez, 2023). Na contemporaneidade existem fronteiras que ainda são demarcadas de forma dicotômica e envolvem diferentes aspectos, gerando conflitos não saudáveis, tais como homem-mulher, heterossexual-homossexual, centro-periferia, negro-branco, judeu-palestino. Essas relações constituem-se em contatos disfuncionais nem sempre conscientes por serem invisibilizados no cotidiano, situação verificada em diferentes âmbitos: família, igrejas, empresas, escola e universidades.

Tais fronteiras caracterizadas por negação de direitos, exclusão, segregação e discriminação, são consideradas disfuncionais. Na *awareness* saudável, as fronteiras correspondem a espaço-tempo de encontros com a diferença, que são inclusivos, criativos e possibilitam viver de maneira transformadora. Desse modo, quando o contato acontece na direção de tentar apagar o que se é como se é, negando a singularidade do ser, o sofrimento torna-se a expressão de experiências que não reconhecem o outro como um eu diferente,



que vivencia conjuntamente de uma dimensão comum, mas “como um outro totalmente outro” (Santos *et al.*, 2020). A pessoa está sempre em contato e há uma dinâmica, um ciclo pelo qual o contato acontece. No entanto, ele ocorre em níveis diferentes do sentir, do pensar, do fazer. Perls *et al.* (1988) referem-se a um ciclo de contato, configurado em quatro fases: pré-contato, que pressupõe uma diferenciação entre o eu e o não eu, na qual a sensação corporal torna-se figura; contato, quando ocorre a ação do organismo no ambiente, saindo-se da diferenciação; contato final, momento do encontro do eu com a figura em si e; pós-contato, em que acontece a assimilação do novo, gerando crescimento.

A dinâmica do ciclo de contato apresenta igualmente processos de bloqueio e de cura, permitindo visualizar as diversas formas que o contato pode assumir. Cada momento do ciclo é configurado na direção da saúde em uma forma plena de contato. No entanto, é possível haver o surgimento de bloqueios no contato que impedem que a pessoa siga com o fluxo de sua vida, de forma a experimentar o aqui-agora, de que surja *awareness* e que situações inacabadas sejam fechadas.

É o que pode acontecer quando o modo de ser mulher ou de ser homem se evidencia em práticas amorosas e sexuais diferentes daquelas ordenadas como “normais”. Louro (2007, p. 204) enfatiza: “as formas de viver a sexualidade, de experimentar prazeres e desejos, mais do que problemas ou questões de indivíduos, precisam ser compreendidas como problemas ou questões da sociedade e da cultura”.

A pessoa, por pressões sociais, culturais e políticas, pode assumir culpas que, na verdade, lhe são impostas, gerando conflitos que comprometem o ciclo de contato, uma vez que, essencialmente, o que importa é estar em contato consigo mesmo, porém, a intensidade e duração do contato dependem da forma como a realidade é percebida por ela. Alvim (2019, p. 05) bem afirma:

Colonizar o outro implica apagar suas formas singulares de ser e estar para submetê-lo a um



tipo de ordenamento externo que, supostamente, irá civilizá-lo. Deste modo, esse outro não é compreendido e experienciado como um outro eu, e que – compreendido como selvagem, falhado, marginal, monstro, pervertido – deve: ou ser aniquilado; ou ser colonizado, recriado à minha imagem e semelhança. A relação com o outro deixa de ser igualitária, no sentido de que ser um e outro são lugares que revezamos, implicando que eu possa ver o outro a partir da minha referência de um, mas possa também admitir que o outro tenha a legitimidade de ocupar o lugar de um e me situar no de outro.

Desse modo, fronteiras de contato que configurem a diversidade dos que não sucumbem às práticas de normalização, promovem ciclos de contato de saúde, proporcionando a mobilização de potenciais próprios de maneira plena e expansiva, tendo sua singularidade fortalecida para o enfrentamento dos modos de regulação, de normatização que subjagam formas de vivenciar suas práticas, nas quais estão presentes seus desejos e prazeres. Tornar-se autor (a) da própria existência, a partir de escolhas suas, sem se submeter a inflexibilidades, fortalecendo-se em sua transitoriedade, que está em permanente construção, desconstrução e reconstrução, reflete-se em suas relações sociais. Só há mudança quando a pessoa se torna o que ela é, quando não se sujeita a ser o que não é.

Nessa perspectiva, compreende-se a pessoa como em constante movimento, inacabada. Sua condição de provisoriidade não evidencia fraqueza, mas uma incompletude que a lança em uma busca inesgotável de realização de suas potencialidades. No contato entre o eu e o meio externo, as necessidades e potencialidades de cada um podem conflitar, ocasionando, inevitavelmente, transformações, que possibilitarão que as necessidades continuem a serem atingidas por ambos. Esse processo é denominado ajustamento criativo.

O ajustamento criativo consiste em manter o equilíbrio saudavelmente e com flexibilidade, diante de desafios e adversidades.



Para isso, a utilização da criatividade, de estratégias inovadoras e eficazes possibilitam o surgimento de novas experiências de enfrentamento de situações difíceis ou complexas. Ressalta-se que ao se estabelecer estratégias de superação de desafios e satisfação de necessidades, pode-se escolhê-las ou rejeitá-las, conferindo sentidos para situações específicas.

Para Cardella (2014), o ajustamento criativo refere-se a imprimir uma marca própria ao que acontece na vida, promovendo a atualização das potencialidades e singularidades. Contudo, para esse autor, quando a pessoa se adapta passivamente ao meio, ocorre um ajustamento inócuo e sem criatividade, chamado de ajustamento criativo disfuncional, resultando em reações autorreguladoras precárias, como é o caso da automutilação.

Ao longo da existência, passa-se por inúmeras situações adversas e de sofrimento por vários motivos, como aqueles vivenciados por jovens universitários diante da rigidez imposta por normas heteronormativas. Para a criação de mecanismos de ajustamento e equilíbrio a (re)tomada de si, por meio da vivência da liberdade de escolha, que pode ser feita com inquietação e angústia, mas que permite ao ser humano encontrar modos criativos, seja interno ou externamente, levam a percepção de que processos estão interrompendo seu fluxo autorregulativo e que abandonar respostas que não geram mudanças é crucial. Enfim, criar possibilidades de mudança para a existência, imprimindo a autoria da própria vida. Viver o aqui-agora, tendo consciência dos seus sentidos, pensamentos, corpo e energia, significa procurar sua própria compreensão.

O Sappe foi a possibilidade de encontro autêntico e consciente para inúmeros jovens universitários da Uepa e continua sendo. As escutas, aconselhamentos e acompanhamentos realizados ao longo desses quinze anos construíram a solidez de um projeto que contribui para a saúde mental de uma juventude que sofre, porém constrói ciclos de contato de cura/ bloqueio que os leva a compreensão e amadurecimento de suas vidas. Que o caminho continue sendo transformador!



REFERÊNCIAS

ALVIM, M. B., A. **Gestalt-Terapia na Fronteira**: alteridade e reconhecimento como cuidado, 2019. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/revispsi/article/view/49290/32939> Acesso em: 06 mai. 2024.

ALVIM, Mônica B. A Gestalt-Terapia na Fronteira: alteridade e reconhecimento como cuidado. Dossiê Gestalt-Terapia. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**. v.19. n. 4.p. 880-889, 2014 Disponível em: file:///C:/Users/iza_t/Downloads/A_Gestalt-Terapia_na_Fronteira_Alteridade_e_Reconh.pdf Acesso em: 07 mar. 2024.

CARDELLA, B. H. P. Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades. In: FRAZÃO, Lilian; FUKUMITSU, Karina. (org.) **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. Coleção Gestalt terapia: fundamentos e práticas; volume 2. São Paulo: Summus, 2014.

GINGER, S.A. **Gestalt**: uma terapia do contato. São Paulo: Summus, 1995. Disponível em: https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=Gestalt:+uma+terapia+do+contato&author=GINGER+S.A&publication_year=1995 Acesso em: 07 mar. 2024.

JOYCE, P.; SILLS, C. **Técnicas em Gestalt**: aconselhamento psicoterapia. Trad. Vera Joscelyne. Petrópolis: Vozes, 2016.

LINS, B. A.; MACHADO, B. F.; ESCOURA, M. **Diferente, Não Desiguais**: a questão de gênero na escola. São Paulo: Editora Reviravolta, 2016.

LOURO, G. L. Gênero, sexualidade e educação: das afinidades políticas às tensões teórico-metodológicas. **Educação em Revista**, n. 46, p. 201-218, 2007. Disponível em: 07 (197-218).qxp (scielo.br). Acesso em: 06 mar. 2024.

MESQUITA, G. R. O Aqui-e-Agora na Gestalt-terapia: um diálogo com a sociologia da contemporaneidade. **Revista da Abordagem Gestáltica**, 17(1), 59-67, 2011. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3577/357735615009.pdf>. Acesso em: 06 mar. 2024.

MEYER, D. S. Gênero e educação: teoria e política. En: LOURO, G; NECKEL, J.; GOELLNER, S. (org.). **Corpo, gênero e sexualidade**: um debate contemporâneo na educação, 2003. Petrópolis: Vozes. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=336656&pid=S1519-549X202000020001200029&lng=pt Acesso em: 07 mar. 2024.



NÚÑEZ, G. **Descolonizando Afetos**: experimentações sobre outras formas de amar. São Paulo: Planeta do Brasil, 2023.

PEIXOTO, R. F., **Saúde e Trabalho**: uma compreensão gestáltica acerca dos processos de saúde e adoecimento da pessoa. 2021. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/49207>. Acesso em: 08 mar. 2024

PERLS, F. **A Abordagem Gestáltica e a Testemunha Ocular da Terapia**. Rio de Janeiro: Editora Guanabara, 1988.

RIBEIRO, Jorge P. **O Ciclo do Contato**: temas básicos na abordagem gestáltica. São Paulo: Summus, 1997.

SANTOS, M. A. dos; SILVA, P. F. A. L.; NASCIMENTO, L. C.; FARINHA, M. G. Psicoterapia de Abordagem Gestáltica: um olhar reflexivo para o modelo terapêutico. **Psicologia Clínica**, v. 32, n. 2, maio/ago. Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33208/PC1980-5438v0032n02A08>. Acesso em: 08 mar. 2024.

SILVA, T. C. D da; BAPTISTA, C. S.; ALVIM, M. B. O Contato na Situação Contemporânea: um olhar da clínica da Gestalt-Terapia. **Revista da Abordagem Gestáltica - Phenomenological Studies - XXI(2)**: 193-201, jul-dez, 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v21n2/v21n2a08.pdf>. Acesso em: 07 mar. 2024.

YONTEF, G. M. **Processo, diálogo, awareness**. São Paulo: Summus, 1998. Disponível em: <https://www.adventista.edu.br/source2019/psicologia/Processo-dialogo-e-awareness-completo-.pdf>. Acesso em: 07 mar. 2024.



Relato de Experiência como Psicólogo no Sappe/CCSE: a caminho da individuação

Sergio Darwich

O Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico, fundado há 15 anos, dá suporte a alunos da Uepa. Sou Psicólogo, de formação, e trabalho no Sappe desde 2018. Tive algumas interrupções (como por um tempo, na pandemia da Covid), mas sigo em frente com a equipe. Em 2022, retomei o trabalho no CCSE e, na segunda semana de novembro de 2022, uma estudante de 21 anos procurou o Sappe, encaminhada pela coordenação pedagógica de um dos cursos de graduação da universidade. Vou chamá-la aqui pelo nome fictício de Sandra (ou só pela inicial S). Sua queixa principal era tristeza, choro e que dizia se sentir muito ansiosa. S. também se via muito negativamente devido às reprovações de sua mãe em relação às suas capacidades individuais, e isso a afetava muito. Mas estava bem no curso, namorava, trabalhava e tinha boas relações com colegas.

No acolhimento, chorou a sessão inteira. Disse-me passar por uma fase difícil e chorava por qualquer motivo. Pedi a ela que falasse de sua vida passada e presente. S. vivia com seus avós e os considerava seus pais verdadeiros. Seu avô era muito carinhoso e sua avó era a chefe da família. Sua avó é professora aposentada. Seu avô, também aposentado, formava com sua avó um casal estável. Além dela, sua irmã e a filha de sua irmã moravam com os avós. S. se queixava de sua avó, dizendo que é muito exigente com limpeza da casa e organização. S., além de estudar e trabalhar como professora particular, ajudava nos cuidados da casa, fazia as compras de supermercado e de farmácia além de levar os avós ao médico, quando precisavam. Como ela dirige carro, estava sempre envolvida nos compromissos dos avós. S. também tinha um namorado. Namoravam há quase dois anos. Dizia que gostava dele, mas não era apaixonada. Queixava-se que ele era muito dependente da mãe e dela (S.).



Quanto aos pais biológicos, S. conheceu seu pai só recentemente, por iniciativa dele mesmo e de sua mãe. Seu pai nunca teve uma relação importante com sua mãe e a gravidez de S. foi por puro acaso. Seu pai nunca procurou conhecê-la ou ajudá-la. Segundo S., seu pai é “uma pessoa insignificante, sem graça e que não fazia o menor sentido conhecê-lo agora”. Dizia que não nutria nenhum sentimento importante por ele. Depois de um tempo, ele a presenteou com uma bicicleta, mas isto não mudou nada na sua relação com ele.

S. sempre teve uma relação marcada por muitos conflitos com sua mãe. Segundo S., a sua mãe a tratava muito mal e deixava claro que não a amava. Sua mãe teve outro filho, noutra fase da vida, em que estava mais madura como pessoa. Por isso, S. constata que sua mãe realmente gosta deste filho como nunca gostou dela e de sua irmã. Sua mãe sempre foi livre para fazer o que queria, saiu de casa, namorou muito. Era, segundo S., muito instável emocionalmente e que nunca sabia o que se esperar dela. S. também nos falou que sua mãe era extremamente contraditória. Se, por um lado, sua mãe teve muitas experiências com homens e viveu livremente, por outro, era muito conservadora em relação às filhas. Sempre exigiu que S. e sua irmã estudassem em escolas privadas e religiosas. Exigia muito rigor moral e de conduta das filhas. Apesar disso, cuidava apenas de sua própria vida e não participava do cotidiano das filhas. Estas eram cuidadas pelos avós maternos. Estes foram sempre constantes na vida de S. e de sua irmã e deram-lhes proteção, continência, amor, educação formal e familiar de fato.

S. também tem uma tia médica que tem uma boa relação com a família e sempre ajuda os pais, avós de S. Por outro lado, a mãe de S. se tornou mais distante e quase não participava de sua vida, indo morar noutro estado. Toda esta situação era fonte de muita frustração e vazio deixado por sua mãe de quem ainda esperava alguma demonstração de afeto ou cumplicidade, segundo seus relatos. Todas essas necessidades, no entanto, sempre foram respondidas pelos avós, por sua irmã, pela sobrinha, pelos amigos e namorados. A paternidade foi exercida por seu avô. A maternidade, por sua avó.



S. reconhece esta situação, inclusive chama seus avós de pai e mãe. Mas isto não era suficiente para superar a falta da mãe biológica. Na verdade, interpretamos que isto era produto de uma individuação insuficiente por parte de S., mas que poderia acontecer no futuro. Esta individuação foi assumida por nós como uma das questões a ser trabalhada, no Sappe.

Outra questão muito próxima a isto eram suas relações amorosas que sempre aconteceram com homens e mulheres, praticamente na mesma proporção e importância. Mais recentemente, namorou um rapaz por dois anos. Afirmara que, no início, amava-o, mas, com o tempo, o amor esfriou. No entanto, seu ex-namorado se tornou muito amigo dos avós, da sobrinha e da irmã. Por isso, mesmo depois que terminou o namoro, a presença dele era cobrada por sua família. Antes e durante o namoro com este rapaz, namorou com outras mulheres. Chegou a se apaixonar por uma garota. Mas sua família nunca soube destes casos com mulheres. No entanto, durante as sessões, ela passou a dizer que não tinha mais relações com mulheres. Acha que poderia até passar por outra experiência, mas acreditava ser muito difícil.

S. também era artesã, nas horas vagas. Pintava e customizava camisetas, bolsas, velas perfumadas e sabia desenhar de forma amadora. Gostava de ler, de ir ao cinema e tinha posições políticas muito críticas em relação à sociedade e à opressão às mulheres, e combatia fortemente o machismo. Dizia que a universidade a ajudou muito em ter posições políticas mais críticas, embora já as defendesse antes de ingressar na Uepa. S. demonstrava e dizia outra questão muito importante: que só a consciência política não bastava para ela se livrar de uma imagem negativa sua, de sofrimentos pessoais que tinha a ver com sua história e com situações vividas em sua família.

Outra questão que preocupava S. era, justamente, o tratamento machista de colegas (mesmo aqueles considerados de esquerda) e comportamentos inadequados de conotação íntima de um ou outro professor em relação a uma ou outra aluna. Segundo ela, isto é uma prática que estressa algumas. Outras, porém,



acham normal. Estas situações, porém, deixavam-na ainda mais angustiada, deprimida e desolada.

Toda nossa abordagem buscou considerar estes aspectos objetivos e subjetivos, conscientes e inconscientes e, principalmente, os aspectos específicos de sua individuação – que para nós eram centrais. Por exemplo, era muito importante que cuidasse dos avós, que ouvisse seu namorado, ajudasse sua irmã e sua sobrinha, mas que também levasse suas necessidades pessoais em consideração. Era muito importante questionar o machismo dos colegas, mas considerando também seus pontos de vista pessoais para não queimar suas relações numa fogueira. Ela própria já se colocava esta necessidade ao se comparar à mãe. Ela questionava a doçura do avô, mas desde que não fosse submisso. Via o lado intelectual da avó como muito importante, mas era importante questionar sua frieza, distanciamento e arrogância.

Da mesma forma conversávamos até onde ia a falta que sua mãe realmente fazia para ela e se isto não deveria já ter sido superado pela relação com sua família real – não a idealizada e inautêntica com sua mãe, mesmo sem deixar de reconhecer a sua importância. Acreditávamos que estes questionamentos deveriam partir de S., mas ajudados por nós; acreditávamos que sua personalidade deveria alcançar níveis mais elevados de abstração e de independência, mas as confusões afetivas a impediam disto acontecer. Por fim, esta conjunção de seus esforços e nossa cooperação eram muito importantes para seu desenvolvimento pessoal.

Estas questões foram sendo colocadas, mas esbarramos, como não poderiam deixar de ser, nas raízes mais profundas de sua história pessoal. Sem considerar estes aspectos ainda não conscientes e menos conhecidos de seu mundo mental não poderíamos ajudá-la em sua individuação. Tentamos muitos caminhos e, por isso, trouxemos este pequeno artigo como exemplo de uma das tentativas de ajudar S. no desenvolvimento de sua individuação. Entendemos por individuação como um desenvolvimento mais próprio, pessoal e autêntico de sua personalidade. A individuação permite aos indivíduos se verem como pessoas únicas, conhecer seus aspectos mais



personais, interpretar a realidade à sua maneira em vez de aceitar formulações mecânicas e impessoais.

A interpretação, segundo Vigotski (2010), é como o indivíduo exerce, ele mesmo, a mediação entre ele e o meio social. Desta forma, os aspectos sociais exercem uma influência sobre o indivíduo, mas de forma indireta, pois o indivíduo filtra, refrata ou ainda ressignifica as influências do meio social com sua interpretação ativa destas influências. Para isto, apoiamo-nos num conceito de Lev Vigotski, cuja tradução difícil demonstra um significado denso e múltiplo: *obschenie* – que significa várias coisas, como: comunicação, amálgama, comunhão, cumplicidade, união, amizade, segundo reflexões de Prestes (2018) sobre o trabalho de tradução deste conceito do russo para o português. Investigamos, na história de S., estas relações mais densas de comunhão, cumplicidade e de amálgama que a ajudaram a se desenvolver como pessoa. Sem este tipo de relação de comunhão e cumplicidade é muito difícil que a psicoterapia abrisse caminho para mergulhar na individuação. Por outro lado, não poderíamos deixar de nos apoiar também em dois conceitos mais conhecidos da Psicologia Histórico-Cultural, elaborados por Vigotskii (2010): o de nível de desenvolvimento real, que representa processos de desenvolvimento já consolidados na personalidade; e o conceito de zona de desenvolvimento iminente, que representa processos de desenvolvimento imaturos, iniciais.

Depois de seis meses de atendimento e de a conhecer melhor, pedi-lhe que nos trouxesse um sonho para nos ajudar a compreender sua história e seus problemas. O relato deste sonho é um exemplo sobre como o processo de individuação teve início e de como os conceitos acima nos ajudaram a compreender estes aspectos da história de S. Foi então que S. nos contou um sonho recorrente em sua vida. No sonho, ela e sua irmã se encontravam numa cabana de palha sem paredes e sobre chão de terra batida. Como não havia paredes, o vento batia forte. Esta cabana simples e rústica ficava na beira de uma estrada. Era um lugar deserto e ela e sua irmã estavam sós e não sabiam o que fazer. Estavam muito angustiadas pois estavam abandonadas no meio do nada. Não



passava ninguém atrás ou à frente da cabana. O sonho termina nesta angústia e desolação. Perguntei-lhe em que ocasião de sua vida ela viveu alguma situação parecida ao seu sonho? Ela não sabia o que dizer. Perguntei-lhe se tinha a ver com sua família, com a história com sua mãe, com relação aos seus avós... Ela achava que sim, mas que poderia haver outras coisas. Só sabia que este sonho provocava nela sentimentos de solidão e angústia. Pedi-lhe que procurasse lembrar de algo significativo que poderia ter relação com seu sonho. Então, ela nos contou uma história interessante vivida por ela e que acreditava ter provocado aquele sonho estranho e angustiante.

Segundo a interpretação de S., o sonho poderia estar relacionado a uma experiência vivida por ela de quando tinha mais ou menos 12 anos. Nesta época, ela frequentava uma escola católica muito conservadora por escolha da mãe. Fez poucas amizades lá até que conheceu uma colega de outra sala, mais velha e de série mais adiantada. Tornaram-se muito amigas. Nos intervalos sempre estavam juntas e conversando. Rapidamente isto gerou um comentário de que seriam lésbicas, por parte da coordenação pedagógica. A coordenação da escola concluiu que, para não prejudicar a imagem da escola, elas deveriam parar de se encontrar, mas S. se recusou e sua mãe foi chamada. As opções oferecidas pela coordenação era mudar de turno ou sair da escola. Ela mudou de turno. Continuou a se encontrar com a amiga, mas muito raramente, até que se afastaram em definitivo. Ela tinha 12 anos e não compreendia a situação e, por isso, ficou muito desorientada e deprimida por muito tempo. Porém, ela não tinha nem como conversar sobre isto com a família. Só mais tarde pode compreender o seu drama, a repressão à homossexualidade entre mulheres, a rigidez e grosseira da escola. Segundo S., ela era uma criança sem nenhum envolvimento físico com a colega a não ser a amizade e as conversas nos intervalos e no portão da escola.

Em primeiro lugar, S. já possuía, em sua história, muitos processos culturais e psicológicos já consolidados e formados. Isto lhe serviu de apoio para realizar seu curso e, principalmente, para to-



car sua vida e seus desafios. Quando precisou de ajuda, num momento de definição (último ano do curso), ela encontrou o Sappe. Acreditamos que a ajudamos a completar certas linhas de desenvolvimento ainda em formação. Desta forma, a vivência deste sonho, carregada de significados muito individualizados, ajudou S. em sua individuação.

Aqui, o importante é compreender a perspectiva do indivíduo, pois, segundo Vigotski (2006) é sempre pessoal, irrepetível e intransferível. Desta forma, S. teve a oportunidade de legitimar sua interpretação do sonho e de sua experiência negativa com a escola, sua amizade, o homossexualidade, sobre sua relação com sua mãe, seus avós e sua irmã, da entrada na adolescência e de sentimentos mais poderosos. Na principal imagem do sonho, ela se vê só com sua irmã numa cabana rústica isolada numa longa estrada atrás e à frente. Esta imagem, como analisa Vigotski (2006) se constitui numa autêntica vivência pois reúne, de forma inseparável, tanto aspectos sociais como aqueles profundamente relacionados à personalidade de S. A partir deste amálgama coletivo e individual é que partimos para nossa elaboração conjunta sobre sua individuação. Reconhecemos que esta situação vivida na escola a trouxe definitivamente a seus avós, à universidade, à sua sexualidade, ao seu namorado, ao seu trabalho, até nós e à sua individuação.

A partir de seu sonho, chegamos à conclusão que estar só não é estar abandonada, mas à conclusão visceral de que é uma pessoa única e irrepetível. Por fim, vimos que neste processo ela poderia realizar e responder por suas escolhas. Visto desta maneira, de fato, estamos sós, mas esta condição não se realiza sem passarmos pelos outros e pelas situações vividas na realidade. É a partir deste amálgama, desta relação de cumplicidade (*obschenie*) com o psicoterapeuta que S. passa a compreender de outra maneira seu sonho. Antes, o que compreendia como abandono, passa a compreender também como tomada de consciência de sua individualidade e, conseqüentemente, da importância de suas necessidades pessoais. Logo, estas reviravoltas no desenvolvimento da personalidade não se definem apenas pelo indivíduo, mas também pelas relações com



outras pessoas, como afirma Dallari Jr. (2015). Nosso papel é estarmos atentos aos seus relatos para identificarmos estes momentos significativos tão importantes para as mudanças que passam os alunos. Às vezes não são mudanças que esperamos ou desejamos, mas são as que os tornam sujeitos de suas ações. Para nós, esta é a pedra fundamental.

Posteriormente, S. revelou estar com namorado novo há quatro meses. Revelou também que tinham muito em comum (estudavam, trabalhavam, cuidavam da família), mas tinham dramáticas diferenças também: ele era muito católico, preferia passar o carnaval orando na igreja e ela, saindo nos blocos de carnaval com os amigos. Isto provocou conflitos entre eles, pois ele ficou muito triste com a situação, enquanto ela se manteve amável, mas firme. Posteriormente, superaram muito bem a situação. Um pouco depois, ela conheceu a família do seu namorado toda no interior de Cametá. A partir daí, S. compreendeu melhor a história dele e que sua religiosidade tinha mais a ver com sua família, afetos, com a formação de elos sociais do que uma relação institucionalizada, hermética, engessada. Ao contrário, seu namorado era muito compreensivo.

Próximo do fim de nosso atendimento, ela admitiu não estar mais deprimida e tão chorosa como há um ano, no início do atendimento. Via os cuidados com os avós como incontornáveis. Compreendia melhor as diferenças com o namorado que amava. Sentia menos falta de sua mãe e entendia que não se poderia esperar amor e gentileza dela, mas que poderia cultivar uma amizade compreensiva com ela. E, com certeza, não se via mais negativamente, conhecia seus talentos como professora e para a cultura em geral. Outro dado importante foi ter finalizado o curso e ter escolhido uma professora para sua orientação no TCC, que defendeu e obteve nota máxima. Finalizamos o atendimento e, agora, podemos fazer algumas reflexões iniciais. Acreditamos que ajudamos S. a superar alguns dilemas importantes, a iniciar sua individuação e a concluir seu curso de forma mais saudável.

Queremos também demonstrar como a psicologia pode atuar na educação e contribuir no processo de humanização de todos nós.



REFERÊNCIAS

DELLARI JR., A. Notas para a prática social psicoterapêutica mediante contribuições de Vigotski. In: “**Estação Mir**” Arquivos digitais, 2015. Disponível em: file:///Users/sergiodarwich/Downloads/Notas_para_a_pratica_social_psicoterapeu.pdf

PRESTES, Z. Obschenie e a teoria Histórico-Cultural. **Educação em Foco**, Juiz de Fora, vol. 23, n.3, p.851-874, set. / dez. 2018. Disponível em: <https://smeduquedecaxias.rj.gov.br/smeportal/wp-content/uploads/2020/07/OBSCHENIE-E-A-TEORIA-HIST%C3%93RICO-CULTURAL.pdf>

VIGOTSKI, L. S. Aprendizagem e Desenvolvimento Intelectual na Idade Escolar. In: Cipolla-Neto, José; Menna-Barreto, Luiz Silveira; Rocco, Maria Thereza Fraga; Oliveira, Marta Kohl de (Ed./Org.). **Linguagem, Desenvolvimento e Aprendizagem**. 11ª edição. São Paulo: Ícone Editora, 2010. 103-117.

VIGOTSKI, L. S. **La crisis de los siete años**. Obras escogidas. Tomo IV. Madrid: Visor y A. Machado Libros, 2006. p. 377-386.

VIGOTSKI, L. S. O problema do meio na Pedologia. **Psicologia USP**, São Paulo, vol. 21 n. 4, p. 681-701, 2010. Disponível em: <https://revolucionare.com.br/wp-content/uploads/2021/07/B.1934.pdf>



Uma demanda para o Sappe/CCSE: sobre gestão do tempo na Pós- Graduação

Ronilson Freitas de Souza
Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves
Ana Paula Seabra da Silva Carvalho

Histórico do Programa de Pós-graduação em Educação e Ensino de Ciências na Amazônia-PPGEECA

A Pós-graduação tem como objetivos e metas garantir o aprendizado e elevar o nível de proficiência dos estudantes. Discussões surgem a partir de grupos de pesquisas que possibilitam refletir e elaborar, por meio de estudos, fundamentos teóricos e metodológicos, bem como construir novas abordagens didáticas para a Educação e Ensino de Ciências Naturais. O intuito é viabilizar a aplicação prática na Amazônia utilizando estratégias e recursos que permitam experimentar a ciência para compreender os fenômenos que estimulam o desejo de aprender. Nessa perspectiva, o êxito do ensino e aprendizagem de ciências imprime uma qualidade no trabalho pedagógico do professor. A organização do curso desenvolve estratégias educativas como um caminho possível para vivenciar a heterogeneidade da região amazônica, unindo formação, conhecimento e convivência.

Tendo em vista o cenário da educação básica do estado e na primeira iniciativa do Centro de Ciências e Planetário do Pará (CCPPA), na formação continuada em nível de mestrado profissional, cria-se o Programa de Pós-graduação em Educação e Ensino de Ciências na Amazônia da Universidade do Estado do Pará (PPGEECA/ Uepa), aprovado e recomendado em 22 de novembro de 2019, na 190ª Reunião do Conselho Técnico-Científico da



Educação Superior da Capes. No dia 19 de fevereiro de 2020, foi autorizado e reconhecido (Parecer CNE/CES nº 111/2020) pela Câmara de Educação Superior do Conselho Nacional de Educação (CES/CNE), sendo homologado pelo Ministério da Educação (MEC), Portaria Nº 540, publicada no D.O.U. de 17/6/2020, Seção 1, Pág. 57. No âmbito interno da UEPA, foi aprovado em 19 de fevereiro de 2020 pela Resolução Nº 3529/20 – Conselho Universitário dessa instituição (Consun/Uepa).

O curso teve seu registro de funcionamento pela Capes após a aula inaugural, em 23/10/2020, ministrada pela Prof.^a Dr.^a Andrea Pereira Mendonça, do Instituto Federal do Amazonas (Ifam), cuja fala destaca-se: “Quando se oferece mais um Programa de Pós- graduação na região norte, diminui um pouco da desigualdade para aqueles que não podem sair da sua região para buscar uma especialização”. É uma fala que incentiva os alunos a estabelecerem vínculos com todos os que farão parte dessa nova jornada acadêmica. A Prof.^a Dr.^a Andrea Mendonça (PPGET/Ifam) acrescenta “Mais importante que o Currículo *Lat-tes* é a vida que vocês constroem dentro do mestrado”.

A partir das linhas de pesquisas e suas respectivas áreas de interesse, busca-se ampliar e aprofundar a formação de profissionais do ensino de Ciências Naturais para atuarem na Educação Básica de forma inovadora, interdisciplinar e contextualizada com a realidade educacional da Amazônia paraense, em consonância com as questões da educação nacional e internacional. Os estudos estabelecidos têm como referência as relações sociopolíticas e culturais na constituição da docência e suas implicações; visam promover a análise e o desenvolvimento de recursos e estratégias que permitam a melhoria dos processos de ensino e de aprendizagem nos contextos da sala de aula voltados para a resolução de problemas vinculados ao ensino na Região Amazônica e qualificação de docentes para atuarem de acordo com a diversidade regional, atualizando os conteúdos disciplinares em cada área de atuação.

O egresso, após a conclusão do curso, aprofundará conhecimentos epistemológicos, pedagógicos, científicos e tecnoló-



gicos que subsidiem sua prática docente e contribuam para a ressignificação da práxis educativa, visando diminuir o distanciamento entre os conteúdos abordados em sala de aula e a realidade em que vive o/a aluno/a e a origem do conhecimento a ser ensinado.

Regiões brasileiras com docentes formados pelo Programa de Pós-Graduação em Educação e Ensino de Ciências na Amazônia

O Programa formou trinta e dois alunos/as com o título de mestre/a até abril de 2024. Atualmente, possui cinquenta e cinco alunos/as matriculados/as, oriundos/as das cidades do estado do Pará: Belém, Ananindeua, Castanhal, Marituba, Ipixuna do Pará, Abaetetuba, Soure, Salinópolis, Moju, Marabá, Cametá, Salvaterra, Igarapé-Miri, Igarapé-Açu, Conceição do Araguaia, São Félix do Xingu e Primavera; do estado do Maranhão: Imperatriz; do estado Amapá: Macapá; do estado do Amazonas: Manaus; e do estado de Pernambuco: Recife. Trata-se de clara demonstração da expansão do PPGECA/UEPA para outros estados da região norte e do nordeste brasileiro.

Dados da Gestão do PPGECA/Uepa

Em um levantamento realizado com o objetivo de identificar o que levou o/a profissional a buscar a formação continuada do mestrado, verificou-se que, em uma turma de vinte e sete alunos/as, regularmente matriculados/as (Figura 1), 48,1% (13/27) demonstraram interesse pela docência e 25,90% (7/27) elegeram a pesquisa como foco de interesse.

Quanto às razões pela busca de mestrado profissional, 92,6 % (25/27) indicaram que o objetivo seria aprimorar a prática docente (Figura 2). É um quantitativo expressivo que demonstra a importância do PPGECA na qualificação acadêmica nessa região específica do Brasil.



Figura 1 - Percentuais das respostas para a pergunta: você considera que o PPGECA/Uepa deve se esforçar para lhe preparar adequadamente.

Marque a(s) alternativa(s) que você considera que o PPGECA deve se esforçar para lhe preparar adequadamente

27 respostas

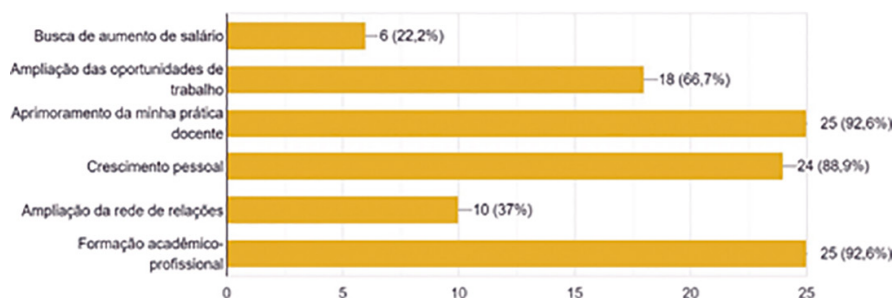


Fonte: Dados do PPGECA.

Figura 2 - Percentuais das respostas para a pergunta: por quais as razões você escolheu o curso de mestrado no PPGECA/Uepa.

Quais razões você escolheu curso mestrado no PPGECA? (pode marcar mais de uma opção)

27 respostas



Fonte: Dados do PPGECA.

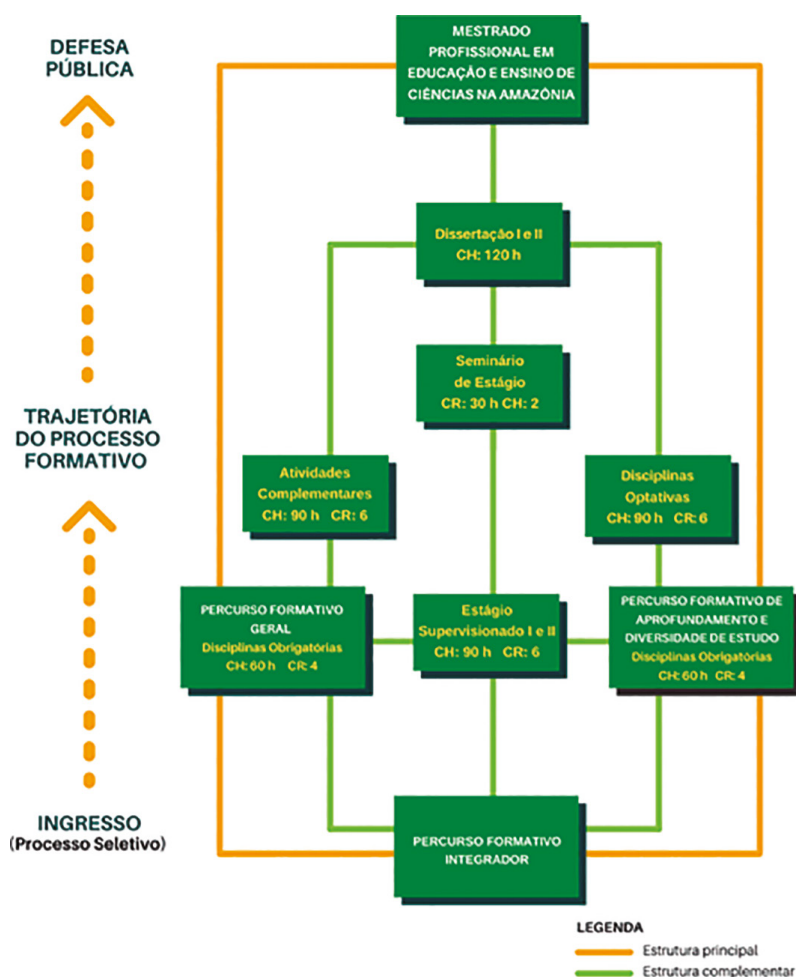
Normas do PPGECA

Exigências para concluir o mestrado (Figura 3), deverá ser cumprido no mínimo trinta e seis créditos. Cada crédito equivale a quinze horas de aulas, conforme distribuição no percurso formativo descrito na figura 3:

- Oito créditos referentes a quatro disciplinas obrigatórias;
- Seis créditos referentes a três disciplinas optativas;
- Seis créditos para o Estágio Supervisionado;

- Exame de Proficiência em inglês;
- Dois créditos para o Seminário de Estágio;
- Qualificação da Pesquisa;
- Oito créditos para elaboração da Dissertação I;
- Seis créditos em atividades complementares;
- Defesa da Dissertação.

Figura 3 - Fluxograma do percurso formativo do guia acadêmico do PP-GEECA/Uepa.



Fonte: Uepa (2021).

No processo de autoavaliação, os/as mestrandos/as precisam seguir as atividades por semestre conforme mostra a Figura 4:

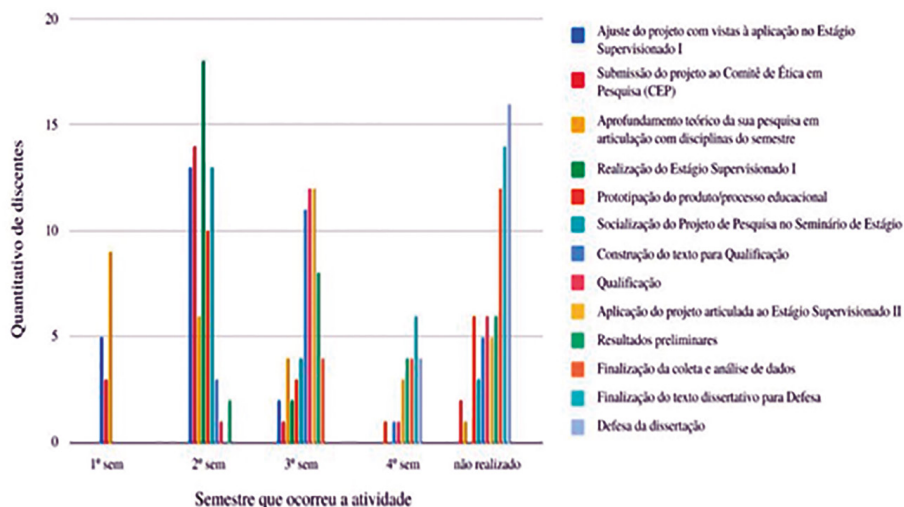
Figura 4 - Linha do tempo do processo de formação.



Fonte: Guia acadêmico do PPGECA (2021).

Mesmo com o planejamento das atividades, foi possível identificar que os/as discentes estão concentrando suas atividades mais no segundo semestre (Figura 5) e a maioria não está conseguindo seguir conforme o planejado.

Figura 5 - Relação dos semestres e as atividades realizadas pelos mestrandos.



Fonte: Relatório de Autoavaliação do PPGECA.

O Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico (Sappe/ CCSE) e a ação com os mestrandos e mestrandas do PPGECA

O Sappe/CCSE recebeu a solicitação do Coordenador Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza para que o Serviço desenvolvesse uma ação com os/as acadêmicos/as do Programa, devido à preocupação pautada na gestão do tempo na Pós-graduação. O trabalho ocorreu no Centro de Ciências e Planetário do Pará (CCPPA) Sebastião Sodré da Gama, em Belém. Contou com a participação de dezoito acadêmicos/as. O objetivo foi oportunizar um espaço de fala em que pudessem dizer dos seus impasses para o desempenho das tarefas do mestrado na relação com o tempo na Pós-graduação, a fim de cumprirem as exigências desse momento específico da formação acadêmica (dois anos).

A ação aconteceu em três momentos pontuais num período de três horas: o primeiro, dedicado à escuta coletiva dos/as acadêmicos/as sobre seus impasses; o segundo, em que foi realizada uma exposição temática dialogada, demonstrando as possíveis im-



plicações psicológicas, sociais e acadêmicas quando os impasses na Pós-graduação não são ajustados; o terceiro, em que foi proposto para que mestrandos/as, docentes, orientadores/ras e gestor do PPGECA desenvolvessem estratégias psicológicas, sociais e acadêmicas, a fim de se otimizar o tempo no Programa, com atenção à saúde mental que, comumente, é muito afetada nesse momento da formação continuada.

As principais queixas concentraram-se na dificuldade em ficar distante dos familiares para os estudos, para os que residem em outros municípios do Pará ou em outros estados; a necessidade de uma flexibilidade na Pós-graduação para alunas gestantes ou com filhos pequenos; dificuldade de conciliar o trabalho com os dias de aula em Belém, já que alguns conseguiam a liberação para estudar por meio de um “acordo de cavalheiros” entre o/a gestor/a do local de trabalho e o/a acadêmico/a.

Ao apresentarem as queixas, uma fala recorrente chamou atenção: “a ficha ainda não caiu”. Há um consenso em dizer que o ingresso na universidade pública, em um Programa de Mestrado na capital do estado, surge como um sonho, algo que é considerado por muitos como difícil de ser alcançado, principalmente, para o/a professor/a que nasceu, estudou e se profissionalizou em um município que não a capital. Essa fala fez entender que mesmo o/a acadêmico/a já tendo percorrido um período semestral de rotinas como pós-graduando, havia certa dificuldade em se sentir pertencente à conquista da aprovação no mestrado. Antes de se seguir para segunda fase da ação, foi necessário resgatar essa inquietação junto à turma a fim favorecer o processo de “sentir-se implicado” com seu novo momento de formação, com tempo determinado para ser concluído.

Depois desse momento, focou-se na segunda fase da ação: a exposição temática dialogada demonstrando as implicações psicológicas, sociais e acadêmicas quando os impasses na Pós-graduação se apresentam. Refletir sobre a rotina no mestrado é importante para que o/a aluno/a não se perca no tempo. Reaprender a “calcular rotas” é condição *sine qua non* para saber organizar-se e cumprir



as obrigatoriedades. Também é importante ter atenção em relação aos sinais quando o adoecimento psíquico indicar uma ameaça durante o percurso na Pós-graduação. Diante das queixas e em prol de uma medida de prevenção, as psicólogas do Sappe mediarão um diálogo com a turma com o tema Saúde-mental na Pós-graduação.

O trabalho psicológico e pedagógico das psicólogas do Sappe/CCSE iniciou-se com a provocação sobre o significante “bem-estar” e discorreu na literatura sobre os cuidados que é preciso ter para viver, de maneira saudável, quando se está cursando uma Pós-graduação. Iniciou-se pelo questionamento: quando a pessoa percebe que suas habilidades para poder lidar com os agentes estressores do cotidiano não estão funcionando bem? A partir daí, indicou-se sobre a percepção das condições físicas e psicológicas que o ser humano deve apresentar para trabalhar de forma produtiva, com capacidade de contribuir para a sua comunidade, conforme preconiza a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2014). Também foi pontuando que estão em jogo os aspectos sociais, econômicos, culturais e ambientais como propõem Gaino *et al.* (2018).

A pesquisa de Cooke *et al.* (2007) corrobora que o bem-estar é afetado pela pressão desde o ingresso na universidade. O/A acadêmico/a passa por oscilações entre mal-estar e bem-estar que se modificam ao longo do ano. Todavia, não retorna aos níveis de pressão vivenciados antes do ingresso na universidade. O resultado da pesquisa também indica a importância do apoio especializado para que o/a acadêmico/a seja menos afetado/a por tais oscilações.

O estudo de Reis (2022), por seu turno, destaca os quadros de ansiedade, estresse, depressão, síndrome do pânico, medo e insegurança como resultantes do excesso da cobrança de si mesmo e da família durante a formação acadêmica. A pesquisa atenta para o fato de que o acadêmico não busca ajuda, seja no espaço da universidade, seja em outro serviço especializado fora do ambiente universitário, por vergonha ou medo.

Esse é um dado que coincide com a queixa mais recorrente relatada pelos/as acadêmicos/as na UEPA quando chegam ao Sappe. A



ansiedade tem ocupado o primeiro lugar, conforme os Relatórios de Atividade, Produção, Atendimento Psicológico e Pedagógico do Sappe/CCSE, desde 2009/2010-2022, descrito no primeiro capítulo. Nota-se, não obstante, que o medo e a vergonha de buscar apoio psicológico/pedagógico têm sido identificados com uma frequência cada vez menor. A hipótese, até o momento, é que a diminuição do receio de buscar ajuda tem a ver com o tempo de existência do Projeto na universidade – quinze anos –, isto é, o trabalho do Sappe já é familiar. Outro aspecto que favorece essa leitura é quando os/as novos/as acadêmicos/as que chegam ao Serviço relatam que vieram pela “boca a boca”, isto é, ficaram sabendo do Serviço por alguém que é ou já foi atendido pelo Projeto e que, hoje, está bem. Isso parece demonstrar que, na UEPA, os/as acadêmicos/as estão fazendo um movimento interessante, o de quebrar barreiras e pedir ajuda quando necessitam.

Assim, como orienta a pesquisa de Cooke *et al.* (2007), o/a estudante da UEPA tem buscado apoio. Como o Sappe atende nos diferentes níveis da formação acadêmica, quando o/a estudante não consegue lidar com as pressões, principalmente, nos anos finais do curso, ele/ela retorna ao Serviço sem dificuldades. Por exemplo, nos momentos do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), Dissertação (Mestrado) e Tese (Doutorado), a queixa mais recorrente é “não consigo escrever” ou “sinto-me travado”. São impasses que promovem insegurança sobre a capacidade de cumprir a etapa, mas superadas na medida em que se compreende que tais sentimentos fazem parte do momento.

Estima-se que 90,6% dos estudantes percebem algum agente estressor durante a formação e a exposição a eles, sem o cuidado devido, contribui para o aumento do risco de adoecimento mental (Cesar *et al.*, 2018). Os autores descrevem três tipos de elementos estressores: individuais, acadêmicos e oriundos das relações interpessoais. Os individuais compreendem: dificuldades financeiras; sentimentos negativos, comparação; insegurança sobre o futuro profissional; sintomas ansiosos; dificuldade com o planejamento; negligência com o autocuidado. Dentre os acadêmicos estão: fazer o projeto e publicar artigos ao mesmo tempo das disciplinas; dificuldade em priorizar os



compromissos do mestrado e atender aos prazos; sobrecarga relacionada às múltiplas atividades. No campo interpessoal, estão as dificuldades nas relações com colegas, docentes e orientador; pressão por alto desempenho; *bullying* e assédio; falta de equilíbrio entre família-trabalho- universidade.

Entre as consequências para a formação acadêmica na Pós-graduação, estão o aumento do número de pessoas com adoecimento mental, a possibilidade de abandono, trancamento, demora em qualificar e defender, a presença de um medo em relação ao orientador, a falta de disciplina em relação a administração do tempo para estudo e trabalho, a procrastinação, o risco de plágios, a manifestação de isolamento, a presença de desordem alimentar e, em casos mais graves, a exaustão (Cesar *et al.*, 2018).

A terceira etapa da ação do Sappe é voltada para orientações/sugestões à Coordenação do PPGECA, com a tarefa de prevenir o adoecimento nesse momento da formação continuada. A primeira orientação é manter o planejamento de trabalho orientado e compartilhado entre a coordenação e os/as acadêmicos/as. Revisitar, periodicamente, a Linha do Tempo do Processo de Formação do Programa para ser reavaliada a produção dos/as acadêmicos/as após cada período executado do mestrado, a fim de possibilitar ajustes e recalcular metas para que o/a mestrando/a consiga cumprir os prazos estabelecidos pelo Programa. Nesse sentido, chamou-se atenção para alguns cuidados tanto por parte da coordenação como dos acadêmicos:

- Apoiar e avaliar o processo educativo tanto do acadêmico como do docente;
- Entender que a dissertação é um produto do orientando e do orientador que será entregue à sociedade;
- Não confundir crítica ao trabalho como crítica pessoal;
- Saber implicar todos os envolvidos no processo da formação em uma gestão participativa;
- Estimular o encorajamento mútuo entre os colegas da turma, principalmente durante a produção da dissertação;



- Recorrer aos canais de escuta ativa,
- acolhimento, acompanhamento, troca de experiência para pensar em ações de mediação;
- Garantir atenção ao autocuidado e ao descanso para garantir o cuidar de si;
- Dizer NÃO a fim de evitar compromissos e tarefas que não se alinham com as prioridades;
- Planejar: criar um cronograma ou listas de tarefas com prioridades;
- Aprender a delegar tarefas quando possível;
- Eliminar distrações e minimizar interrupções no estudo/trabalho;
- Manter flexibilidade: às vezes, as circunstâncias mudam e é importante ser flexível em relação aos planos, fazendo o exercício para se adaptar a mudanças e a novas negociações;
- Lembrar sempre do motivo e do sentido de estar cursando o mestrado.
- Manter em mente os benefícios para alcançar as metas, visualizando resultados positivos.

Sobre o gerenciamento do tempo na formação *stricto sensu*, Soares *et al.* (2022) reforçam o que já vem sendo indicado na literatura. É fundamental que o/a mestrando/a ou doutorando/a gerencie o tempo para ser eficiente no cumprimento das atividades, empenhando-se para saber distinguir o que não dá para adiar do que pode ser postergado. Para Oliveira *et al.* (2016, p.224), as dificuldades vivenciadas como acadêmicos estão muito relacionadas “à procrastinação, à incapacidade de dizer ‘não’ às demandas alheias, à carga horária de seus cursos e à conciliação entre estudos, convivência familiar e lazer”.

Além de medidas voltadas para otimização do tempo como acadêmico/a no programa, outras atitudes são necessárias, como referem



Ana Paula Carvalho, Michel Oeiras e Oneli Gonçalves no capítulo deste livro intitulado Pós-graduação e Saúde Mental, como fomentar suporte financeiro para o desenvolvimento das pesquisas, construir um senso de responsabilidade comunitária no que se refere à promover saúde por meio de diálogos para a construção de ações, proporcionar espaços para práticas de atividade físicas, viabilizar canais de comunicação para denúncias de condutas abusiva, ofertar oficinas em prol da cultura de saúde mental, promover cursos de gerenciamento de tempo, produtividade e escrita acadêmica, orientar sobre políticas assistenciais de suporte e escuta emocionais direcionadas especificamente aos programas de Pós- graduação, bem como grupos de suporte para troca de experiências entre discentes que já passaram pela experiência com aqueles/as que estão iniciando a formação no curso do mestrado em Educação e Ensino de Ciência na Amazônia.

Considerações Finais

Conforme intervenção realizada pelas psicólogas Oneli Gonçalves e Ana Paula Seabra junto aos acadêmicos e acadêmicas do Mestrado em Educação e Ensino de Ciências na Amazônia, o Coordenador do Programa retornou, por contato telefônico, sinalizando a observação do resultado positivo da ação junto aos alunos e alunas, com uma mudança positiva com relação à frequência às aulas, bem como a otimização do compromisso com o horário das atividades no Programa. Durante a mediação, não foi identificada a necessidade de encaminhamento de acadêmico/a para avaliação/acompanhamento especializado no campo da psiquiatria.

É importante pensar que os impasses que se apresentam na vida do sujeito, independente do momento vivido, fazem parte do desenvolvimento e do aprendizado. Não tem a ver com incapacidade, mas com o processo de amadurecimento que precisa ser experimentado por cada um para alcançar a fase seguinte, o que não se desvincula da necessidade e do compromisso com o cuidado e investimento no desenvolvimento de práticas voltadas às Políticas de Saúde Mental na Pós-graduação.



REFERÊNCIAS

CESAR, F. C. R.; SOUSA, E. T.; RIBEIRO, L. C. M.; OLIVEIRA, L. M. A. C. Estressores da Pós-Graduação: Revisão integrativa da literatura. **Cogitar Enfermagem**, 23(4), 1-11, 2018. Disponível em <https://doi.org/10.5380/ce.v23i4.57460>.

COOKE, R.; BEWICK, B.M.; BARKLAM, M.; BRADLEY, M.; AUDIN, K. Measuring, monitoring and managing the psychological well-being of first year university students. **British Journal of Guidance & Counselling**. V.34,2006. Ed. 4. Disponível em www.tandfonline.com Acesso em 29 de março de 2024.

GAINO, I.V.; SOUZA, J.; CIRINEU, C.T.; TULIMOSKY, T.D. O conceito de Saúde Mental para Profissionais de Saúde: um estudo transversal e qualitativo. **SMAD, Ver, Eletrônica Saúde Mental Alcool Drog.** 2018 Abr.- Jun.:108-116. DOI: 10.11606/issn.1806-69.smad.2018.149449. www.revistas.usp.br/smad/IPEA. **Atlas da vulnerabilidade social nos municípios brasileiros**. Editores: Marco Aurélio Costa; Bárbara Oliveira Marguti-Brasília: IPEA, 2015. 77p.:grafis, mapas color.

OLIVEIRA, C.T.; TEIXEIRA, M.A.P.; CARLOTTO, R.C.; DIAS, A. C.G. Oficina de Gestão do Tempo com estudantes universitários. **Psicologia: ciência e profissão**. jan/mar. 2016, Vol.36 no 1, 224-233. Doi: 10.1590/1982-3703001482014, p. 224-233.

REIS, C.S.O.S. **Saúde Mental no Ensino Superior**: um olhar para os discentes do Curso de Biblioteconomia da UFMA. 2022. 69 f. Monografia (Graduação) – Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2022. Disponível em www.monografias.ufma.br Acesso em: 29 março 2024.

SOARES, A.B.; MONTEIRO, M.C.; MEDEIROS, H.C.P.; BRITO, A.D.G.; SOUSA, B. A.; MENDES, V.S. Gestão de Tempo: percepções de gerenciamento com estudantes de Pós-Graduação. **Revista Brasileira de Orientação Profissional** jul.-dez. 2022, Vol. 23, No. 2, 151-161 10.26707/1984-7270/2022v23n0204, p.151-161.

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ. Resolução n.3529/20-CON-SUN, de 19 de fevereiro de 2000. **Aprova o Programa de Pós-Graduação em Educação e Ensino de Ciências na Amazônia**. Universidade do Estado do Pará, Belém, Pa: UEPA, 2020



Quanto o Sappe/CCSE entregou em serviços à Universidade do Estado do Pará em 2023?

Oneli de Fátima Teixeira Gonçalves
Michel França Oeiras

Apresentação

O ano acadêmico de 2023, no CCSE, na Universidade do Estado do Pará, inicia com a flexibilidade do calendário como consequência do período pós-pandemia da Covid-19. O ano letivo de 2022 terminou em agosto de 2023. Após um pequeno recesso das atividades acadêmicas, o ano letivo de 2023 é iniciado em setembro e concluído em fevereiro de 2024. Como o Sappe é um projeto que funciona conforme o calendário acadêmico, o trabalho no Serviço acontece concomitantemente com as demais atividades dos docentes/psicólogos do Departamento de Psicologia (DPSI) que atuam no projeto.

O Sappe inicia o ano letivo de 2023 com a Prof.^a Dra.^a Oneli Gonçalves na coordenação, no atendimento presencial e *on-line*; o Prof. Ms. Sergio Darwich no atendimento presencial; a Prof.^a Dra.^a Elisângela Claudia Moreira no atendimento *on-line* e a psicóloga Esp. Ana Paula Carvalho, do Núcleo de Atenção à Saúde do Servidor-NASS, como apoio técnico presencial. É o ano que o projeto passa a ser regido por nova Resolução de Institucionalização, N.4036/2023- Consun, 25 out., 2023. O Sappe está vinculado ao Grupo de Pesquisa Psicanálise, Educação e Inclusão e integra o Projeto do Curso de Graduação em Psicologia, no item 10.7 – Infraestrutura e Organização Pedagógica (DPSI, 2022), do Departamento de Psicologia do CCSE-Uepa (Processo 2022/637036).



No mês de setembro, o Sappe/CCSE recebe o psicólogo Michel França Oeiras, mestre em Psicologia, aprovado no Processo Seletivo Seriado - PSS, N. 061/23. A entrada do novo técnico no Serviço permitiu que a psicóloga Ana Paula Carvalho pudesse retornar ao atendimento psicológico voltado aos servidores do CCSE, atividade desenvolvida pelo NASS.

Consolidação dos Objetivos do Sappe no CCSE

O Sappe passa por nova reestruturação quanto aos serviços oferecidos, mas mantém os objetivos do projeto original (UEPA, 2009/2010):

- Promover espaço acolhedor de escuta e fala junto ao acadêmico durante o processo da formação docente e/ou profissional, da graduação à pós-graduação, presencial ou *on-line*;
- Contribuir para a qualidade de vida do acadêmico no alcance com seus objetivos, fomentando uma atitude ética e responsável;
- Favorecer o bom desempenho acadêmico para produção do conhecimento, na relação com o ensino, a pesquisa e a extensão, no âmbito interno e externo da universidade.

Alguns serviços foram acrescentados ao que o Sappe já vinha desenvolvendo ao longo desses quinze anos no CCSE. Para fins de sistematização da produtividade houve a necessidade de estruturar, com mais precisão, o trabalho realizado pelos psicólogos no projeto. Em 2023 passamos a adotar, com rigor, a Tabela de Referência Nacional de Honorários dos Psicólogos⁶ (CFP, 2013) como definição das atividades a serem desenvolvidas pelo projeto. É um instrumento oficial da categoria que nos dá com precisão, em valores da moeda atual (real), sobre o produto que o Sappe entrega à comunidade acadêmica, consequentemente, à sociedade paraense.

⁶Valores Atualizados pelo INPC-IBGE até maio de 2023* para Vigência em 1º junho/ 2023. Fonte CFP/Fenapsi. Elaboração: DIEESE.



Dos Serviços oferecidos pelo SAPPE

- Apoio psicológico;
- Anamnese psicológica;
- Avaliação de desempenho acadêmico;
- Orientação psicológica;
- Entrevista devolutiva junto ao discente, família, assessoria pedagógica, coordenação de curso, coordenação de programa de pós-graduação e programas especiais⁷ de graduação;
- Visita domiciliar, hospitalar e/ou acadêmica, quando necessário;
- Identificação de necessidades humanas, laborais e/ou acadêmicas;
- Plano Educacional Individualizado-PEI sobre impasses na aprendizagem junto ao estudante no Transtorno do Espectro Autista-TEA;
- Palestras/conferências/mesas-redondas em eventos acadêmicos;
- Palestras/conferências/roda de conversa em Programas Especiais na Graduação;
- Palestras/conferências/roda de conversa em Programas de Pós-graduação *stricto sensu* e *lato sensu*;
- Campanhas preventivas no campo da saúde mental, educação formal e inclusiva;
- Encaminhamento para atendimento especializado na área da psiquiatria.

Produtividade no ano letivo de 2023

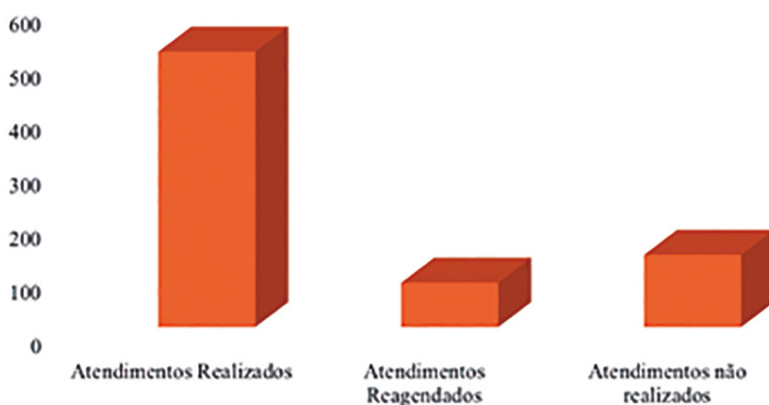
Em 2023, o Sappe realizou um total de 732 (setecentos e

⁷Programa FORPARÁ, PARFOR-Programa de Formação de Professores.



trinta e dois) agendamentos individuais ou em grupo, divididos entre atendimentos realizados, reagendados e não realizados. Acrescido de 35 (trinta e cinco) atividades diversas como palestras, reuniões, intervenções, rodas de conversas etc. A título de esclarecimento sobre a sistemática dos agendamentos, a orientação é de que o acadêmico entre em contato com um mínimo de 24 (vinte e quatro) horas de antecedência para liberar espaço na agenda, assim outro discente poderá ser chamado pelo Serviço. Os atendimentos não realizados e que não foram desmarcados pela/o acadêmica/o, também são contabilizados, já que no dia e horário marcado, a/o psicóloga/o fica disponível na sala do Sappe. Essa condição possibilita atender intercorrências emergenciais, com alto nível de sofrimento psíquico como crises de pânico, ideação/ tentativa de suicídio, mal-estar em geral que acontece na rotina acadêmica no CCSE.

Gráfico 1 – Distribuição dos Atendimentos e Atividades no ano letivo de 2023.



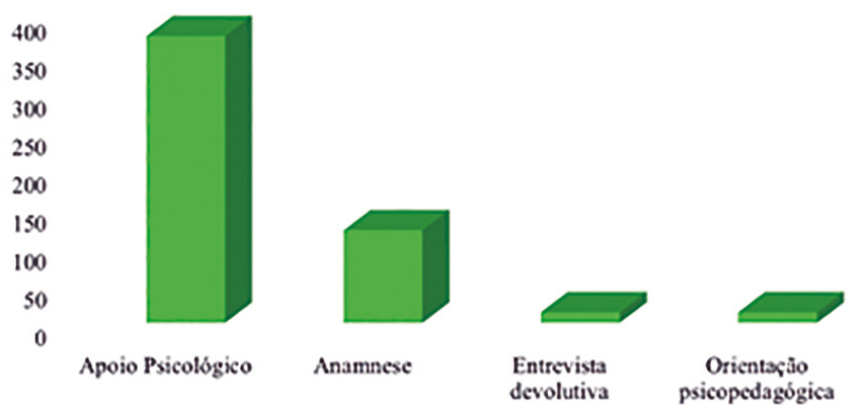
Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

De acordo com o gráfico 1, foram realizados 514 (quinhentos e quatorze) atendimentos, o que contabiliza uma porcentagem de 70,21% dos agendamentos. Aqui faz-se um destaque para os encaminhamentos realizados para Avaliação Psiquiátrica. Em 2023 foi identificado 22 (vinte e dois) acadêmicos que precisaram de suporte médico dessa clínica especializada. Para a equipe de *psis*

do SAPPE é um dado que chama atenção e preocupa, considerando que nos anos anteriores não aparecia essa demanda, específica, no campo da saúde mental.

Os atendimentos a seguir estão subdivididos de acordo com a identificação das necessidades, como demonstra o gráfico abaixo:

Gráfico 2 – Modalidade de Atendimento.



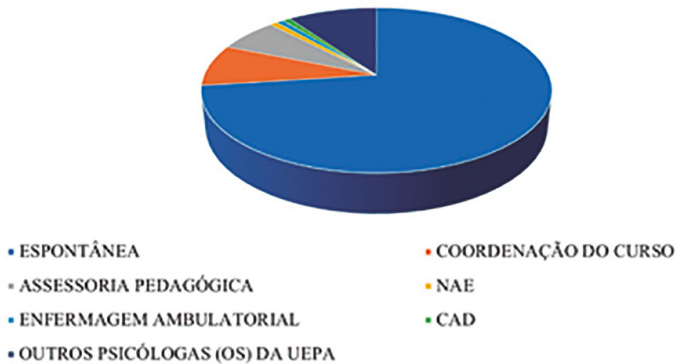
Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

O apoio psicológico consiste no acolhimento e atendimento dos discentes que procuram o serviço por conta própria, chamado de demanda espontânea (Gráfico 3- cor azul). Esse movimento do acadêmico é interessante para resolução do conflito, pois já pressupõe uma implicação com sua condição de mal-estar e/ou adoecimento psíquico. Dinâmica psicológica que resulta em respostas positivas frente ao que se busca quando se procura atendimento/apoio em um serviço com as características do Sappe.

Na Anamnese, faz-se coleta sobre as informações de quando teve início o mal-estar do estudante até o momento da chegada ao Sappe. Além da observação clínica, faz-se o registro sobre as lembranças relatadas pelo discente na Ficha de Evolução Individual. A Orientação Pedagógica possibilita o planejamento das atividades acadêmicas para que o estudante continue executando as tarefas com assertividade e prontidão.



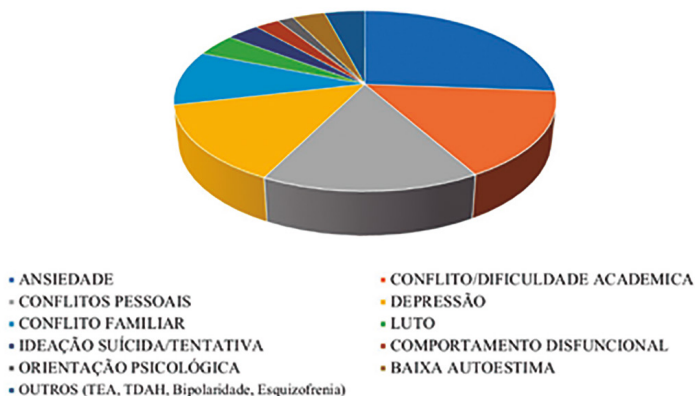
Gráfico 3 – Forma de acesso ao Sappe.



Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

O dado expresso no Gráfico 2 (dois) demonstra uma constante em relação ao acesso espontâneo do estudante ao serviço. O que vem se mantendo desde o início do projeto em 2009/2010. Entretanto, há outras vias de chegada do acadêmico ao Sappe: a) são encaminhados pela Coordenação de Curso; b) Assessoria Pedagógica; c) outros setores vinculados a Universidade, como o Núcleo de Acessibilidade e Inclusão - NAI, o Núcleo de Assistência Estudantil-NAE; d) ou mesmo encaminhados por colegas do campo *psi* que atuam em outros setores da UEPA; e) pela Coordenação Administrativa -CAD e f) Serviço de Enfermagem Ambulatorial do CCSE.

Gráfico 4 – Demanda/queixa apresentada durante a Entrevista de Anamnese.



Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

O gráfico 4 (quatro) demonstra, em ordem crescente, as queixas mais recorrentes trazidas pelo acadêmico quando chega no Sappe. Nesse ranking está a ansiedade, identificada com alta frequência desde o início do projeto. Com o fenômeno da pandemia da Covid-19 houve um aumento expressivo da queixa.

Os dados coletados pelo Sappe/CCSE, demonstram que o quadro de adoecimento psíquico identificado como ansiedade coincide com o que é encontrado na literatura internacional, especializada, que discute saúde mental de estudantes universitários (Barreira; Basílico; Bolotnyy, 2020; Duffy; Twenge; Joiner, 2019; Lipson et al., 2016). Mesmo considerando que todos os quadros de adoecimento psicológico são importantes, mas dada a frequência com que a ansiedade tem sido apresentada pelos acadêmicos na graduação e na pós-graduação, na Uepa, optou-se por desenvolver um pouco mais sobre a temática com apoio da literatura.

Desde 1890 a ansiedade já era uma preocupação para os cientistas. Com a migração do homem para os grandes centros urbanos e a relação do tempo com o trabalho produziu processos psíquicos que levaram esse homem à quadros importantes de adoecimento mental, o chamado estresse, estudado e sistematizado por Hans Selye em 1950.

Nos anos 2000, com o surgimento da linguagem digital parece ter ocorrido uma generalização da cultura da ansiedade. A comunicação entre humanos passa a adquirir uma instantaneidade, estar conectado num maior tempo possível e ter o maior número de acesso ao mundo digital passa a ser a nova ordem. Tais mudanças de comportamento têm potencializado o aparecimento de indicadores dos quadros de ansiedade. Surge como primeira e mais popular dentre as patologias psicológicas do século XXI.

Há dois grandes grupos no quadro da ansiedade, as que tem a característica de uma necessidade imediata o sujeito precisa consumir tudo de uma única vez-, e as que estão ligadas à cronicidade e à acumulação. Na primeira, ocorre uma espécie de “pane” no funcionamento dos órgãos. A pessoa pensa que vai morrer, tem a sen-



sação de que se transformou em outra pessoa ou que está enlouquecendo. Apresenta sensação de vertigem, falta de ar, transtornos gastrointestinais, um medo intenso, transpira significativamente, sente uma espécie de colapso existencial, passa a adquirir uma consistência corporal que tende a desaparecer em função da sensação de caos que se instala (Dunker, 2018).

Já a ansiedade ligada à cronicidade e à acumulação estão mais presentes no dia-a-dia. O sujeito tende a atribuir a manifestação da ansiedade a algo relacionado à realidade do cotidiano. Qual o efeito Psicológico dessa conduta? O sujeito acredita que resolve o seu mal-estar quando assume uma atitude de celeridade frente as demandas da cultura e das exigências do outro. Ao fugir (inconscientemente) da realidade (Freud, 1930 [1929]); (Freud, 1926 [1925]) transforma os impasses em problemas da vida diária. O sujeito produz uma lógica psíquica de fantasias e devaneios, ou para o passado ou para um futuro idealizado, apresentando dificuldades em focar no aqui e agora, ou mesmo, viver o momento atual.

Como essa dinâmica psíquica pode ser observada no corpo? Há algo que não cessa, há uma aflição desorganizada que atrapalha o dispositivo de ação/ movimento e ato/realização. A atenção é afetada pela hiperexcitação. É um quadro clínico que nos dá notícia de como está a atenção do sujeito. Identifica-se uma sensibilidade a toda e qualquer alteração que ocorre no seu entorno com efeitos importantes sobre a percepção de si e do mundo. Na perspectiva somática a resposta do sujeito se manifesta no corpo como um desconforto, apresenta irritação, dores recorrentes, sensações corporais de inadaptação. O sujeito tem a sensação de que há algo errado, mas não consegue dizer o que está acontecendo (Gonçalves, 2020).

O sujeito no quadro de ansiedade apresenta uma dinâmica psíquica com produção de medo e aflição, que se conecta a angústia chamada, por muitos, de existencial. A angústia é um afeto que faz parte da constituição psíquica de todo sujeito, de origem interna, se constitui nos primórdios da composição do aparelho psíquico. Tal dinâmica indica como o sujeito irá “expressar suas questões, embaraços, e impotências, relativo à ordem daquilo que considera



mal-estar” como demonstra a pesquisa Respostas que o professor produz quando se diz angustiado no trabalho docente (Gonçalves, p. 205, 2016).

O que ocorre quando há o encontro entre a aflição e o medo? Um conflito interno se instala e atua como fonte e origem de sintomas que desencadeiam quadros psicopatológicos (Barlow; Durand, 2020). O conflito não tratado evolui para quadros de adoecimento psíquico importante que afeta a qualidade da vida humana. Nesse bojo está a depressão, cuidadosamente tratado por Cristian Dunker (2021) em Uma biografia da Depressão. Dito isso, daí a importância de o Sappe ser um espaço que possibilita o sujeito falar de seu mal-estar, de seus excessos ou falta que lhe aflige.

Breve descrição das Atividades

A Orientação Psicológica é pontual. Não necessariamente, o acadêmico encontra-se em sofrimento psíquico ou apresenta um quadro importante de adoecimento, mas sente necessidade de falar sobre o seu mal-estar, para que possa sentir-se mais seguro e fazer escolhas ou tomar decisões, a fim de minimizar os conflitos. A Entrevista Devolutiva é a Ética de comunicar. É realizada após uma intervenção ou conjunto de ações que permite, por exemplo, o coordenador de curso, a assessoria pedagógica ou família acompanhar o desenvolvimento do acadêmico na recuperação do mal-estar, após o trabalho realizado pela equipe de psicólogos do Sappe.

Palestras/conferências/roda de conversa em Programas de Pós-graduação stricto sensu e lato sensu. Desde o ano de 2022, o Sappe tem recebido solicitações por parte da Coordenação de Programas para promover escuta e fala dentro das temáticas “O desempenho das tarefas do Mestrado na relação com o tempo na Pós-graduação” e “Qualidade de vida na Pós-graduação, profissional e na vida”. Prática que também é acompanhada pelo solicitante-Coordenador- que após a atividade desempenhada pelo psis do projeto busca identificar os possíveis progressos como resultado do trabalho desenvolvido pelo Sappe/CCSE.



As Palestras/conferências/mesas redondas em eventos acadêmicos e Campanhas preventivas no campo da saúde mental, educação formal e inclusiva, são ações desenvolvidas pelos psicólogos do Sappe, quando chamados para desenvolver temas relacionados à saúde psicológica, processos de adoecimento mental, prevenção ao suicídio na Universidade, conforme cartaz a baixo.

Figura 1 – Cartaz da Ação desenvolvida pelo Sappe.



Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Produção do Sappe em Reais (R\$): quanto o projeto entregou para comunidade acadêmica em 2023?

O cálculo dos serviços realizados tem como base a Tabela de Referência Nacional de Honorários dos Psicólogos⁸. Parâmetro oficial da categoria de referência nacional (Conselho Federal de Psicologia-CFP, 2013) aplicado como valor do trabalho do especialista do campo psi no Brasil. Possibilita identificar, caso fosse cobrado,

Tabela 1 – Valores dos Atendimentos

Modalidade de atendimento	Quantidade	Valor por atendimento	Total
Apoio Psicológico	375	R\$354,92	R\$133.095,00
Anamnese	121	R\$354,92	R\$42.945,32
Entrevista Devolutiva	14	R\$354,92	R\$4.968,88
Orientação Psicopedagógica	14	R\$325,29	R\$4.554,06
TOTAL			R\$185.563,26

Fonte: Elaborado pela/o autora/o de acordo com a Tabela de Referência Nacional de Honorários das (os) Psicólogas (os) em Reais (R\$).

Pelo exposto, o Sappe/CCSE entregou à comunidade acadêmica da Universidade do Estado do Pará o valor total de R\$185.563,26 (cento e oitenta e cinco mil, quinhentos e sessenta e três reais e vinte e seis centavos) em serviços no ano letivo de 2023.

Considerações Finais

Os dados obtidos em 2023, pelo Serviço de Apoio Psicológico do Centro de Ciências Sociais e Educação, demonstram a necessidade urgente de a Universidade do Estado do Pará implantar políticas públicas de cuidado à saúde física e psicoló-

⁸ Valores Atualizados pelo INPC-IBGE até maio de 2023* para Vigência em 1º junho/ 2023. quanto o estudante precisaria pagar pelo atendimento realizado. Destaca-se que a equipe de psicólogos/ docentes possui carreira acadêmica consolidada na UEPA.



gica dos estudantes, professores, técnico-administrativo e demais servidores que dela fazem parte. É sabido que o trabalho psicológico preventivo diminui e evita quadros graves de adoecimento mental.

O Sappe, assim como o NAE, NASS e outros setores que cuidam para que o sujeito se sinta incluído no espaço universitário, precisam funcionar de maneira permanente com o devido incentivo quanto ao aperfeiçoamento dos profissionais envolvidos, através da formação continuada e outros meios de valorização para o trabalho, para que novas técnicas e estratégias possam ser desenvolvidas em prol de um fazer eficiente que favoreça o cuidado com a saúde mental da comunidade acadêmica como um todo.

Dado o surgimento da necessidade de encaminhar acadêmicos para Avaliação Psiquiátrica, é de fundamental importância que a Uepa estabeleça parcerias ou convênios formais e permanentes, com órgãos, setores ou instituições públicas ou privadas que possam promover o suporte/acompanhamento psiquiátrico junto àquele que necessita da atenção à saúde mental especializada no campo da psiquiatria. O trabalho dos psicólogos do Sappe, no ano letivo de 2023, demonstrou que o estudante que é acompanhado, concomitantemente, pelo projeto e pelo Serviço de Psiquiatria, tende a retomar suas atividades acadêmicas de maneira mais rápida e a contento. Para aqueles estudantes que necessitam de extensão de prazos para concluírem suas tarefas, o Sappe produz um Relatório de Acompanhamento para a Coordenação de Curso do discente. Até o presente momento, não há registro de maiores prejuízos que pudessem impossibilitar a formação, conseqüentemente, a conclusão do curso. Dessa forma, é possível afirmar que cuidar da saúde mental é imprescindível para que o sujeito possa usufruir de uma qualidade de vida mais saudável na família, nas relações sociais, no trabalho e no espaço universitário.



REFERÊNCIA

BARREIRA, P; BASILICO, M; BOLOTNY, V. Graduate student mental health: Lessons from American economics departments. **Journal of Economic Literature**, v. 60, n. 4, p. 1188-1222, mai., 2022. Disponível em: <https://www.aeaweb.org/articles?id=10.1257/jel.20201555>. Acesso em 24 de fev. de 2024.

BARLOW, D.H.; DURAND, V.M. **Psicopatologia**: uma abordagem integrada. São Paulo: Cengage Learning, 2020.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Tabela de Honorários das (os) Psicólogas (ao)**. Brasília: Distrito Federal, 2013. Disponível em: <https://site.cfp.org.br> Acesso em: 17 abr. 24.

DUNKER, C.I.L. **Uma biografia da depressão**. São Paulo: Planeta, 2021.

DUNKER, C.I.L. A ansiedade tem saídas pela psicanálise? **Falando nisso** 27. SP, 2018. 1vídeo (0:47min). Disponível em: <https://youtu.be/gTuMV2ml9D8?si=fscxO0rdMDz-hTpT> Acesso em: 10 out. 2020.

DUNKER, C.I.L. **Mal-estar, sofrimento e sintoma**: uma psicopatologia do Brasil entre muros. São Paulo: Bointempo, 2015.

DUFFY, M.E.; TWENGE, J.M.; JOINER, T.E. Trends in mood and anxiety symptoms and suicide-related outcomes among US undergraduates, 2007–2018: Evidence from two national surveys. **Journal of Adolescent Health**, v. 65, n. 5, p. 590-598, nov., 2019. Disponível em: <https://doi:10.1016/j.jadohealth.2019.04.033>. Acesso em 24 de fev. de 2024.

FREUD, S. **O mal-estar na civilização (1930 [1929])**. Tradução: José de José Octávio de Aguiar Abreu. Imago Editora Ltda: Rio de Janeiro: 1974. 326 p.

FREUD, S. **Inibições, Sintomas e Ansiedade (1926 [1925])**. Tradução Jayme Salomão. Imago Editora Ltda: Rio de Janeiro, 1976. 351 p.

GONÇALVES, O.F.T. **Ansiedade em tempo de pandemia da COVID 19**, o novo coronavírus. Disponível em: <https://ccse.uepa.br/ccse/?p=2730>. Acesso em: 24 abr. 2024.

GONÇALVES, O.F.T. Respostas que o professor produz quando se diz angustiado no trabalho docente. 2016. **Tese** (Doutorado em



Educação) – Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2016, 236 f. Disponível em http://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUOS-ARSFVW/1/tese_oneli.pdf. Acesso em 7 jan.24.

LIPSON, S.K; ZHOU, S.; WAGNER III, B.; BECK, K., EISENBERG, D. Major differences: Variations in undergraduate and graduate student mental health and treatment utilization across academic disciplines. **Journal of College Student Psychotherapy**, v. 3, n. 1, p. 23-41, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/87568225.2016.110565>. Acesso em 24 de fev. De 2024.

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ. **Resolução N.4036/2023-CONSUN, 25 out., 2023**. Aprova a institucionalização do Projeto de Extensão Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante. Universidade do Estado do Pará. Belém, Pa: UEPA, 2023.

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ. **Resolução N.2012/2009-CONSUN, 19 agosto, 2009**. Aprova o Projeto de Extensão Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante. Universidade do Estado do Pará. Belém, Pa: UEPA, 2009.

CFP - CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Tabela de Referência Nacional de Honorários dos Psicólogos**. Brasília, DF; CFP, 2023. Disponível em: <https://site.cfp.org.br> Acesso em 13 abr. 2024.

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA. **Projeto do Curso de Graduação em Psicologia**. Universidade do Estado do Pará. Centro de Ciências Sociais e Educação. Pará: Belém, 2022.



Sobre os autores

ONELI DE FÁTIMA TEIXEIRA GONÇALVES

Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Pará (Brasil,1988). Psicóloga Clínica pela Universidade Federal do Pará (Brasil,1990). Licenciatura Plena em Psicologia pela Universidade Federal do Pará (Brasil,1991). Especialista em Psicologia Educacional pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (Brasil,1997). Especialista em Psicologia Hospitalar pelo Centro de Estudo e Pesquisa em Psicologia e Saúde (SP/ Brasil, 1992). Mestrado em Psicologia Clínica e Social pela Universidade Federal do Pará (Brasil,2007). Psicanalista. Doutorado em Educação pela Universidade Federal de Minas Gerais (Brasil,2016). Pós-doutorado em Educação pela Universidade de São Paulo (Brasil, 2022). Professora Adjunta da Universidade do Estado do Pará (Brasil, desde 1996). Autora do Projeto Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante do Centro de Ciências Sociais e Educação e do Projeto Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde.

Coordenadora do Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico do Centro de Ciências Sociais e Educação (biênio 2023-2025) da Universidade do Estado do Pará (Brasil,2024). Líder do Grupo de Pesquisa Psicanálise, Educação e Inclusão. Pesquisadora do Departamento de Psicologia da Universidade do Estado do Pará (CAPES/ CNPq).

E-mail: oneligoncalves@uepa.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6647-3028>





CAETANO DA PROVIDÊNCIA SANTOS DINIZ

Graduado em Psicologia (bacharelado, licenciatura plena e formação de psicólogo) pela Universidade Federal do Pará (2002). Especialista em Informática e Educação pela Universidade do Estado do Pará (2006), mestre (2008) e doutor (2019) em Psicologia pela Universidade Federal do Pará. Professor Adjunto da Universidade do Estado do Pará. Atua como psicólogo clínico em um centro de saúde na Secretaria Executiva de Saúde Pública do Estado do Pará.

E-mail: caetano.diniz@uepa.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0619-0664>



MICHEL FRANÇA OEIRAS

Graduado em Psicologia pela Universidade Federal do Pará (2013). Mestre em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia pela Universidade Federal do Pará (2018). Especialista em Psicologia e Saúde (2023).¹⁵

Trabalha como Psicólogo no Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico no Centro de Ciências Sociais e Educação da Universidade do Estado do Pará. Atua como Psicólogo na Fundação Pará Paz – Polo de Bragança.

E-mail: michel.oeiras@uepa.br

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-8454-3380>

ELIANA CÉLIA SILVA CARNEIRO

Graduada em Psicologia pela Universidade da Amazônia (1987). Especialista em Psicologia Clínica pela Universidade Federal do Pará. Mestra em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Pará. Especialista em Educação Inclusiva sobre Diferentes Enfoques pela Universidade do Estado do Pará. Professora substituta da Universidade do Estado do Pará. Membro do Núcleo de Estudos Fenomenológicos do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas (UFPA).

E-mail: escarneiro2014@gmail.com



ANTÔNIO SERGIO VASCONCELOS DARWICH

Graduado em Psicologia (bacharelado) pela Universidade Federal do Pará (1990) e formação de psicólogo pela Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade

Católica de São Paulo (1996). Mestre em Psicologia da Educação pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (2000). Doutorando em Educação pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Professor Assistente IV de Psicologia da Universidade do Estado do Pará. Possui experiência na área da Educação, com ênfase em Psicologia da Educação, Psicologia do desenvolvimento e Educação em Periferias Urbanas.

E-mail: sergiodarwich@gmail.com





FRANCISCO AIRES NETO

Graduado em Psicologia (1996) e licenciado pleno em Psicologia (1994) pela Universidade da Amazônia. Mestre em Educação (2016) pela Universidade do Estado do Pará. Possui experiência na área da psicologia social, clínica, organizacional e ensino superior. Atua como Psicólogo no serviço público estadual na Fundação Cultural do Estado do Pará e conselheiro do PEUT (SEMAS). Professor do centro Universitário da Amazônia (UNIESAMAZ).

E-mail: fairespsi@gmail.com



ELISÂNGELA CLAUDIA DE MEDEIROS MOREIRA

Graduada em Psicologia (bacharelado, licenciatura plena e formação de psicóloga) pela Universidade Federal do Pará. Mestra em Teoria e Pesquisa do Comportamento pela Universidade Federal do Pará. Doutora em Doenças Tropicais pelo Núcleo de Medicina Tropical. Professora Adjunta da Universidade do Estado do Pará. Professora adjunta na UNIFAMAZ. Membro do Comitê de Ética e Pesquisa e docente do curso de medicina do UNIFAMAZ. Possui experiência em desenvolvimento e pesquisa nas áreas da psicologia organizacional, hospitalar e clínica, saúde ambiental e humana (psicológica) decorrente de impactos ambientais na Amazônia brasileira, Metodologias Ativas de Ensino e Aprendizagem com Ênfase em Educação e promoção à saúde humana.

E-mail: claudia.moreira@uepa.br

ORCID: <https://orcid.org//0000-0002-0691-8053>

IZABEL CRISTINA BORGES OLIVEIRA

Graduada em Pedagogia pela Universidade Federal do Pará (1993). Graduada em psicologia pela Universidade da Amazônia (1991). Mestra em Educação pela Universidade Federal do Pará (2007). Psicóloga da Secretaria Estadual de Saúde Pública do Pará. Professora Assistente III da Universidade do Estado do Pará. Coordenadora Geral do Programa Nacional de Formação de Professores (PARFOR/UEPA). Membro do Grupo de Estudos e Pesquisas Pedagogia em Movimento (GEPPEM). Membro do grupo de Pesquisa Juventude, Educação e Sociabilidade (JEDS). Membro do Grupo de Estudo e Pesquisa sobre Gestão, trabalho, educação e Cultura (GEPGTEC). Possui experiência na área da docência do ensino fundamental, superior e da educação inclusiva e em psicologia clínica, saúde mental, social, do desenvolvimento e aprendizagem.

E-mail: izabel.oliveira@uepa.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3545-1015>



MARIA DE NAZARÉ GONÇALVES

Graduada em Psicologia pela Universidade da Amazônia (2004). Servidora da Universidade do Estado do Pará. Radialista, psicóloga clínica com Especialização “Lato Senso” em Psicologia Jurídica, pela Faculdade Integrada Brasil Amazônia (2017). Especialista em Psicologia da Saúde e Hospitalar pela Escola Superior da Amazônia (2009). Experiência na área de psicologia Organizacional, saúde e educação, atendimento à comunidade educativa com discentes, docentes e servidores.

E-mail: mariadenazare.goncalves@uepa.br





PATRÍCIA REGINA BASTOS NEDER

Graduada em Psicologia pela Universidade federal do Pará (1995). Especialista em Educação e Informática (1999). Mestra pelo em Teoria e Pesquisa do Comportamento pela Universidade federal do Pará (2007). Doutora Teoria do Comportamento da Universidade Federal do Pará (2015). Professora Adjunta I da Universidade do Estado do Pará. Autora do Projeto Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde. Coordena o Serviço de Apoio Psicológico e Pedagógico ao Estudante do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde e o Grupo de Apoio Psicológico ao Estudante de Medicina da Universidade do Estado do Pará. Atua como psicoterapeuta da Análise do Comportamento. É membro da Associação de Psicoterapia e Medicina Comportamental e do Grupo de Estudo e Pesquisas interdisciplinares em Formação e Práticas em Saúde da Universidade do Estado do Pará.

E-mail: patricia.neder@uepa.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2090-4176>



RONILSON FREITAS DE SOUZA

Graduado em Licenciatura em Ciências Naturais com Habilitação em Química, Mestrado e Doutorado em Química Orgânica pela Universidade Federal do Pará. É professor do Departamento de Ciências Naturais da Universidade do Estado do Pará. Docente permanente do Mestrado em Educação e Ensino de Ciências na Amazônia (PPGEECA/UEPA). Atua como docente na área do ensino de Química e Ciências. Pesquisa sobre alternativas potencialmente inovadoras como os projetos interdisciplinares na Educação Básica para favorecer o processo de ensino-aprendizagem em ciências da natureza, além de estudar sobre produtos e/ou processos que contribuíam para a difusão e popularização de conhecimentos.

E-mail: ronilson@uepa.br

ORCID: <https://orcid.br/0000-0002-0463-8584>

YAGO MELO DE LIMA

Graduado em Licenciatura Plena em Pedagogia pela Universidade do Estado do Pará (2018). Especialista em Educação Especial e Inclusiva na Perspectiva Histórico-Cultural pela Faculdade de Tecnologia de Palmas (2021). Mestre em Educação pela Universidade do Estado do Pará (2021). Professor Substituto da Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará. Educador pelo Núcleo de Educação Popular Paulo Freire (NEP) na linha de Pesquisa Educação, Inclusão e Diversidade. Integrante do Grupo de Pesquisa Infância, Cultura e Educação (ICEI) no Centro de Ciências Sociais e Educação da Universidade do Estado do Pará. Integrante do Grupo de Estudos e Pesquisas em Teoria Histórico-Cultural e Educação (GEPEHC), ligado ao Instituto de Ciências da Educação, na Universidade Federal do Pará.

E-mail: educadoryago@gmail.com



ANA PAULA SEABRA DA SILVA CARVALHO

Graduada em Psicologia pela Universidade da Amazônia (2015). Atualmente exerce a função de psicóloga na Universidade do Estado do Pará.

E-mail: anapaula.seabra@uepa.br



