

RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE INTERVENÇÕES DA PSICOLOGIA EM UMA UNIDADE DE APOIO PEDAGÓGICO

Instituições, Gestão e Compromisso Social

Thais Ribeiro Lauz¹

Clarissa Faverzani Magnago²

Juliana Spolaor Warth³

RESUMO

A Unidade de Apoio Pedagógico do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) é uma estrutura que busca subsidiar os estudantes que vivenciam a entrada no ensino superior e os desafios decorrentes dessa etapa da vida. São expectativas, tarefas e desafios novos que demandam, além do domínio de competências intelectuais e aquisição de conhecimentos, o enfrentamento de situações como morar longe da família, realizar tarefas domésticas pela primeira vez e se deparar com novos métodos de ensino, formas de avaliação e professores com posturas diferentes dos professores do ensino médio. Verificando que tais situações geravam estresse nos estudantes, dificultando a passagem pela academia, em abril de 2018, com a entrada de profissionais da psicologia e o desenvolvimento de uma nova proposta, que segue a lógica da prevenção de doenças e da promoção da saúde mental dos sujeitos, a UAP passa a trabalhar com os aspectos relacionais e de convivência em grupo, seguindo uma perspectiva de clínica transdisciplinar ou da subjetividade, tendo por objetivo prevenir comportamentos de risco, crises psicológicas e vulnerabilidades. Como resultado, ressalta-se a importância da inserção da psicologia no CCS, criando espaços de apoio, integração e orientação às dificuldades acadêmicas, realizando encaminhamentos pertinentes às demandas dos estudantes e promovendo a inclusão e a permanência dos alunos na universidade.

Palavras-chave: Acolhimento; Prevenção; Acompanhamento; Estudantes; Orientação.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho está vinculado à Unidade de Apoio Pedagógico do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Santa Maria (UAP/CCS/UFSM). O mesmo surgiu a partir da crescente necessidade de atenção e prevenção à saúde mental dos estudantes deste Centro.

A vida do estudante do Ensino Superior é constituída por uma experiência social única e distinta, que coloca ao jovem adulto expectativas, tarefas e desafios novos. Este período de desenvolvimento, para muitos estudantes, é a última oportunidade para experimentarem mudanças significativas, antes de lhes serem

¹ Acadêmica do curso de Psicologia, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), thaysribeirilauz@outlook.com.

² Psicóloga, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), cfmagnago@gmail.com.

³ Pedagoga, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), julianaspowarth@gmail.com.

exigidas maiores responsabilidades em contextos diversificados da sua vida social, familiar e profissional. Neste período, os estudantes operam modificações importantes, não apenas no domínio das competências intelectuais e dos conhecimentos adquiridos, como também no plano da construção da identidade pessoal, atitudes, valores, interesses, objetivos, aspirações, planos para o futuro, organização das emoções, autoconceito e relacionamento interpessoal.

A entrada na universidade é perspectivada, por muitos estudantes, como uma oportunidade de promoção do seu desenvolvimento intelectual, pessoal e social. Nesta transição do ciclo de vida, o indivíduo é confrontado com uma série de desafios, aos quais irá procurar responder adequada e eficazmente, de forma a experimentar uma adaptação positiva e satisfatória, mas muitas vezes isso não ocorre, levando o estudante a ter experiências negativas.

Visando uma orientação psicológica junto ao estudante, torna-se fundamental uma intervenção que promova a reflexão, significação e integração das experiências vividas ao longo do percurso de vida e, também, nesta etapa do desenvolvimento. Isso facilita a atribuição de significado à essa etapa, a reconstrução da identidade pessoal, a construção da identidade profissional e, conseqüentemente, estimulando à saúde mental e o desenvolvimento psicológico e pessoal.

Os serviços oferecidos implementam ações voltadas ao cuidado pessoal, oportunizando aos alunos e professores espaços de acolhimento às demandas emocionais suscitadas durante a permanência dos mesmos na Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). A Unidade de Apoio Pedagógico (UAP), tendo como aporte a lógica da prevenção de doenças e da promoção da saúde mental dos sujeitos e, em consonância com o que já é oferecido em nível de atendimento psicológico na UFSM, busca trabalhar aspectos relacionais e de convivência em grupo, auxiliando no crescimento acadêmico, profissional e pessoal.

DESENVOLVIMENTO (RESULTADOS E DISCUSSÃO)

A inserção da Psicologia na Unidade de Apoio Pedagógico (UAP) tem por objetivo geral a promoção do desenvolvimento de competências. Estas visam

facilitar que os alunos lidem com os desafios inerentes aos diferentes processos de transição, gerindo da melhor forma os recursos pessoais, sociais e acadêmicos.

A transição dos estudantes para a universidade é uma situação que envolve vários estressores e requer adaptação em vários níveis, por exemplo: a) adaptação acadêmica, que inclui aspectos como a motivação, a identificação de objetivos acadêmicos e a satisfação com o ambiente acadêmico; b) adaptação social, que compreende as relações interpessoais, as redes de suporte social e a satisfação com a socialização; c) adaptação pessoal e emocional, que diz respeito tanto ao bem-estar psicológico como físico; d) vinculação institucional, que tem a ver com a forma como o estudante se sente em relação à instituição e quão ligado está a ela (GONZÁLEZ, et al., 2012).

Entrar em uma universidade é para muitos a primeira vez que se mudam da casa de seus familiares, para ir morar em outra cidade, numa residência de estudantes, num apartamento ou em um quarto alugado, o que implica novas responsabilidades em tarefas quotidianas, impulsionando o desenvolvimento da autonomia (TEIXEIRA et al., 2008). Embora os primeiros meses sejam preenchidos com diversas atividades, como normalmente as festas de recepção aos calouros, muitos estudantes são afetados pela separação da família e dos amigos que foram importantes fontes de suporte social ao longo das suas vidas (FERRAZ; PEREIRA, 2002).

Um aspecto com o qual todos os estudantes se confrontam diz respeito às exigências e mudanças a nível acadêmico. Neste contexto, encontram-se os novos ritmos e formas de aprendizagem, novos métodos de ensino, formas de avaliação e professores com posturas diferentes dos professores do Ensino Médio. Estas condições exigem maior autonomia por parte do aluno na gestão do tempo, na descoberta de meios eficazes de aprendizagem e na definição de objetivos. Em razão disso, as práticas desenvolvidas pela UAP têm por objetivo promover a autonomia dos alunos, assim gerando um impacto significativo na forma como enfrentam as pressões e desafios do ensino superior. As dimensões da autonomia que parecem ter um papel mais relevante são as que se relacionam com a capacidade de o jovem organizar e aproveitar o tempo de forma adequada, bem como gerir as relações com os colegas (ALMEIDA, 2007).

Sendo assim, é importante dar atenção ao processo de adaptação dos estudantes, especialmente no primeiro ano que é um preditor importante da persistência, do desenvolvimento e bem-estar dos alunos ao longo do seu percurso acadêmico. Hoje em dia, sabe-se que alguns dos fatores importantes para o desempenho são questões de aspirações acadêmicas, boa integração e grau de envolvimento dos alunos. Mais especificamente, fatores como boas relações estabelecidas com colegas e professores, bom ambiente na faculdade e perspectivas profissionais futuras que podem contribuir para que o estudante permaneça no ensino superior.

Considerando que o processo de desenvolvimento pessoal e a adaptação a novos contextos podem desencadear situações de crise psicológica, revela-se de extrema importância o apoio prestado aos estudantes, ao disponibilizar serviços de apoio pedagógico e psicológico. Com isso, objetiva-se trabalhar em questões comportamentais e na definição de planos de intervenção, com os quais se pretende auxiliar os estudantes a percorrerem um bom trajeto pessoal e acadêmico. Por conseguinte, o serviço da Psicologia no Centro de Ciências da Saúde (CCS) se dispõe a ter um papel ativo, a desenvolver estratégias de apoio psicossocial na transição para o ensino superior, promovendo a integração dos estudantes.

Os alunos do Centro de Ciências da Saúde (CCS) têm como base de formação o contato direto com o usuário do Sistema Único de Saúde (SUS), incluindo aspectos do cuidado em saúde que envolve dor, perda, reabilitação, nascimento e morte, entre outros. Segundo relatos dos coordenadores dos cursos, há uma piora no quadro geral dos estudantes quando estes iniciam o contato com os pacientes, principalmente no que diz respeito aos processos psicológicos. Dessa forma, vão se desencadeando problemas emocionais de diversas naturezas, como desânimo, ansiedade, estresse, depressão, insegurança sobre procedimentos e até dúvidas quanto a continuidade do curso.

Frequentemente, esses alunos carecem de suportes adequados no ambiente acadêmico, capazes de ajudá-los a transformar os desafios em situações potencializadoras de desenvolvimento pessoal. Por haver essa demanda, surgiu a criação dos serviços de apoio psicológico e pedagógicos, que auxiliam os

estudantes no seu processo de desenvolvimento de projetos pessoais e acadêmicos.

As práticas oferecidas têm por objetivo promover o desenvolvimento pessoal, prevenir comportamentos de risco, crises psicológicas, vulnerabilidades dos alunos do CCS e intervir a nível das problemáticas clínicas. As intervenções preventivas e remediativas, são focalizadas para um nível individual e grupal, envolvendo também órgãos diretivos e docentes. Os problemas abordados nestes serviços são multifacetados e complexos, abrangendo desenvolvimento, desde o mais pessoal, até mesmo àqueles relacionados com a saúde, self, bem-estar e autoanálise emocional, passando pelos problemas de natureza acadêmica, tais como estresse, ansiedade e angústia, adaptação aos novos contextos, autorregulação do estudo e da aprendizagem, estratégias de gestão do tempo, relações interpessoais, inserção no mercado de trabalho, e às de foro psicopatológico, como prevenções de psicopatologias e suicídios.

Essa assistência adapta modalidades de intervenção direta (individual ou em grupo) ou indireta; facilita espaços de interlocução sobre as demandas reprimidas dos alunos e dos professores, proporcionando orientações e apoios institucionais em relação às suas dificuldades acadêmicas; providencia os devidos encaminhamentos quando necessário; e promove a inclusão e a permanência dos alunos na universidade.

Através deste serviço, pretende-se ajudar a ampliar os serviços ofertados pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), no que tange ao auxílio nas políticas institucionais de apoio, acolhimento emocional e prevenção em saúde mental aos discentes e docentes, e a adaptação dos mesmos ao contexto acadêmico.

A partir da extensa demanda de situações relacionadas à saúde mental, em abril de 2018 o Centro de Ciências da Saúde (CCS) decidiu inserir uma psicóloga e uma bolsista, que é acadêmica de psicologia, na Unidade de Apoio Pedagógico (UAP), a qual era composta somente por uma pedagoga. A perspectiva das práticas desenvolvidas envolve prioritariamente a escuta ativa, o olhar empático e a capacidade de identificar aspectos importantes da relação entre os sujeitos envolvidos no processo de acompanhamento terapêutico. Desse modo, possibilita-se a construção de novos significados, acerca dos acontecimentos, bem como o

desenvolvimento de sujeitos capazes de inovar e contribuir para a transformação da realidade social.

Para Ana Costa (2014), o setting analítico é o discurso do analista, que dá condições para uma produção discursiva, e não o espaço físico específico. O efeito terapêutico da análise se dá pela relação entre os envolvidos na trama analítica.

Os dispositivos utilizados para o trabalho da Psicologia junto aos alunos do Centro de Ciências da Saúde (CCS) vão ao encontro do que pensa a clínica transdisciplinar, que propõe uma ampliação da clínica tradicional. Não faz referência a uma nova técnica, uma nova moda, mas aponta em direção à possibilidade de pensar o campo clínico, naquilo que ele tem em seu potencial de se criar e recriar a cada instante. Refere-se, também, a um processo de desnaturalização permanente das próprias formas de produzir poder-saber-fazer (BARROS; PASSOS, 2000).

O conceito de transdisciplinaridade pode ser chamado, também, de “clínica da subjetividade”. Por esse viés, têm-se uma perspectiva de multiplicidade e a clínica é vista como um processo dinâmico, não sendo pensada a partir de estruturas orgânicas ou psíquicas, mas por consequência às suas expressões individuais, patológicas ou sadias, que não serão estáticas. Elas seriam um efeito, das relações, que cada individualidade desenvolve e, por sua vez, são mutáveis e coextensas aos seus processos constitutivos. Quanto mais pudermos entrar em contato com o novo e o diferente, melhor pensaremos e agiremos (RAUTER, 1998). Segundo Guattari e Rolnik (1996), o ser humano pode ser concebido como uma feitura inacabada. A subjetividade individualizada, sendo um processo de subjetivação, pode ser definida como um conjunto de elementos articulados em uma forma ou modo singular, variando ao longo do tempo e sofrendo influências do ambiente e das suas interações sociais.

O Serviço da Unidade de Apoio Pedagógico (UAP), implementa um conjunto de intervenções a nível de apoio psicológico e pedagógico aos estudantes, visando promover e otimizar o desenvolvimento de estratégias adaptativas, potencializando um melhor rendimento e aproveitamento acadêmico e, também, de bem-estar geral, ajudando-os a lidar adequadamente com os novos desafios com que se confrontam nas diversas transições que vivenciam. Essa assistência também atua sobre os conflitos discentes que surgem no período de sua formação, como, por exemplo, a

motivação para os estudos, sua estrutura de personalidade, a capacidade de resiliência no curso e durante os estágios, as relações aluno-aluno e professor-aluno, as condições socioeconômicas, etc...

O trabalho realizado no Centro de Ciências da Saúde (CCS) visa atender as necessidades da comunidade acadêmica, tanto individuais, quanto coletivas, com Acompanhamentos Terapêuticos (AT) e grupos de apoio psicológico e de convivência, no que se refere à prevenção, intervenção, acompanhamento e orientação no âmbito dos diversos aspectos do processo psico-sócio-educativo que carecem de uma visão interdisciplinar. Todos esses serviços são realizados pela psicóloga e pela bolsista acadêmica de Psicologia, com o intuito de visar a promoção da saúde mental dos alunos e professores desse centro e oferecer suporte emocional às demandas de ordem psicológica que possam interferir no desenvolvimento acadêmico dos discentes e na sua permanência na universidade.

O termo Acompanhamento Terapêutico (AT) surge de uma prática de atendimento que comporta uma relação terapêutica singular, utilizada para a reabilitação de usuários com comprometimento psíquico e social (PIZZINATO, et al, 2010). Essa prática possibilita maior desprendimento da técnica, utilizando-a apenas na medida do necessário. Assim, a técnica parece ser criada em consonância com as exigências de cada acompanhamento.

Também são realizados atendimentos ao indivíduo no domicílio, visando a maior equidade na assistência aos estudantes. Este atendimento é destinado a casos onde há dificuldades decorrentes de patologias ou demais impedimentos de locomoção que impeçam a ida da pessoa ao local de atendimento.

A Unidade de Apoio Pedagógico (UAP) realiza atendimentos em grupo, utilizando a escuta psicológica e técnicas de vivências que abordam aspectos de interesse dos discentes e docentes. Os grupos buscam suscitar reflexões acerca das potencialidades e limitações de cada um dos sujeitos, em torno de situações que são comuns a todos, podendo levar a pensamentos mais positivos e críticos frente ao papel acadêmico, que está em desenvolvimento. O público participante são os alunos e professores que demonstram interesse após ações de divulgação através do site do Centro de Ciências da Saúde (CCS), redes sociais e cartazes colocados em locais do Centro.

Segundo Oliveira et al. (2008), os grupos terapêuticos sustentam uma autonomia aos participantes, em relação a si próprios e, para além disso, são capazes de estabelecer uma reciprocidade com os vários participantes, ajudando-se mutuamente, procurando soluções em conjunto para as diversas situações do quotidiano de cada membro. A abordagem grupal facilita o cuidado emocional, permitindo a diminuição do desconforto. Ela proporciona suporte e constitui espaços que favorecem a manifestação de sentimentos, a compreensão e a aceitação, fazendo com que os participantes sejam ajudados por quem já viveu ou está vivendo uma experiência semelhante com a sua. Assim, busca-se prevenir que o mesmo aconteça com aqueles que nunca passaram por isto.

Também são utilizadas outras ferramentas de trabalho, como a realização de oficinas e a orientação psicológica e pedagógica, com o intuito de auxiliar no desenvolvimento da identidade pessoal dos alunos e ajudá-los na construção de seu projeto de vida. São disponibilizados espaços para acolhimento individual e avaliação das demandas emocionais dos alunos relacionadas a vida acadêmica. Para isso, é utilizada a abordagem de Psicoterapia Breve.

Outro recurso oferecido para a aproximação da Unidade de Apoio Pedagógico (UAP) dos alunos do Centro, são realizações de rodas de conversa com os professores e coordenadores dos cursos, tendo a finalidade de orientar sobre como identificar dificuldades com os alunos e lidarem com certas situações específicas. Há também o evento social que se intitula como “Ambiência no CCS”, que é realizado uma vez ao mês, aberto para todos os alunos e profissionais do centro, na qual se realiza música ao vivo, show de talentos, dinâmicas biopsicossociais e educativas, etc. Através disso, a Unidade de Apoio Pedagógico (UAP) busca promover a humanização e a integração dos sujeitos inseridos no Centro de Ciências da Saúde (CCS).

Os estudantes mais bem adaptados ao ensino superior são, em geral, os que apresentam estratégias de confronto, ou seja, de resolução ativa dos estressores. Contudo, a escolha dessas estratégias para lidar com as mudanças da transição parece não ser fácil, pois muitos estudantes sentem dificuldades na adaptação, que transparecem através de alterações nos hábitos e nos estilos de vida, o que pode desenvolver ou agravar alguma psicopatologia (MARTINS, 2001). Em razão disso,

as ações realizadas pela Unidade de Apoio Pedagógico (UAP) estão sendo importantes e efetivas para a orientação e suporte, no que diz respeito as formulações de estratégias, buscando a autonomia dos estudantes, diante dos conflitos da vida acadêmica. Conseqüentemente, através dos serviços oferecidos, têm-se promovido a prevenção em saúde mental nos alunos do Centro de Ciências da Saúde (CCS).

Através da assistência psicológica junto a Unidade de Apoio Pedagógico (UAP) do Centro de Ciências da Saúde (CCS), criou-se espaços de discussões e reflexões acerca das dificuldades relacionais que incidem na vivência acadêmica. Além disso, está sendo obtida a prevenção de riscos que implicam a saúde mental dos estudantes e professores e a promoção do desenvolvimento global dos mesmos, trabalhando aspectos relacionais de convivência em grupo e auxiliando no crescimento acadêmico, profissional e pessoal.

CONCLUSÃO

Quanto mais a transição do ensino médio para o ensino superior modificar a vida dos estudantes, maiores adaptações irão exigir. Contudo, isso não faz dela negativa ou positiva. Encarar o processo de transição, mais como um desafio ou como uma ameaça, parte do olhar de cada aluno. É, então, a percepção que os estudantes têm da situação e do estresse por ela gerada e, também, o suporte que irão receber na instituição que irão influenciar em sua adaptação.

Através da interlocução com outras Unidades de Apoio Pedagógico, viu-se a importância da assistência proposta pela psicologia no CCS, já que as demandas psicológicas têm cada vez mais interferido no desempenho, na interação social e na complexidade da vivência do dia a dia dos estudantes e professores universitários do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. S. Transição, adaptação acadêmica e êxito escolar no ensino superior. **Revista Galego-Portuguesa de Psicoloxía e Educación**. V. 14, n. 2, Coruña, 2007, p. 203-215.

COSTA, A. P. C. Acompanhamento Terapêutico, uma Ampliação Clínica. **Correios APPOA**, 2014. Disponível em: http://www.apboa.com.br/correio/educacao/237/o_acompanhamento_terapeutico_uma_ampliacao_da_clinica/117. Acesso dia 07 de maio de 2018.

FERRAZ, M. Fernanda; PEREIRA, Anabela Sousa. A dinâmica da personalidade e o homesickness (saudades de casa) dos jovens estudantes universitários. **Psic., Saúde & Doenças**, v. 3, n. 2, Lisboa, 2002, p. 149-164. Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S164500862002000200004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 11 nov. 2018.

GONZÁLEZ, M. S. R. *et al.* Adaptación española de la Escala de Aceptación Percibida (PAS) en estudiantes universitários. **Psichotema**. v. 24, n. 3, Santiago de Compostela, 2012, p. 483-488. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72723439023>. Acessado em 11 Nov. 2018.

GUATTARI, F.; ROLNIK, S. **Micropolítica cartografias do desejo**. 4. ed. Petrópolis: Editora Vozes, 1996.

OLIVEIRA, L. M. de A. C., *et al.* Uso de fatores terapêuticos para avaliação de resultados em grupos de suporte. **Acta paul. enferm.**, v. 21, n. 3, São Paulo, 2008, p. 432-438.

MARTINS, A. M. **Factores protectores e factores de risco na transição e adaptação à universidade**. 2001. Dissertação (Mestrado) – Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho, Braga.

PASSOS, E.; BARROS, R. B. de. A construção do plano da clínica e o conceito de transdisciplinaridade. **Psic.: Teor. e Pesq.**, v. 16, n. 1, Brasília, 2000, p. 71-79. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-

3772200000100010&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 11 Nov. 2018.
<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-3772200000100010>.

PIZZINATO, A.; VALLADÃO, L. I.; BRUNET, A. E.; MARTINATO, L.; PAZ, T.; LORETO, T. O Acompanhamento terapêutico como uma proposta de reinserção social. In: XI SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA. PUCRS, Porto Alegre, anais... Porto Alegre, 2010, p. 1626-1628.

TEIXEIRA, M. A. P. *et al.* Adaptação à universidade em jovens calouros. **Psicol. Esc. Educ.**, v. 12, n. 1, Campinas, 2008, p. 185-202. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141385572008000100013&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 11 Nov. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-85572008000100013>.

RAUTER, C. M. B. **Clínica do Esquecimento**: Construção de Uma Superfície. 1998. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) – Programa de Estudos Pós Graduated em Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade de São Paulo, São Paulo.