

## OFICINAS DE PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL ENTRE ESTUDANTES DE PSICOLOGIA: PROPOSIÇÕES DIALÓGICAS E COLETIVAS PARA O ENFRENTAMENTO DE UM PROBLEMA

Maria Eduarda Gaspar Branco da Silva (PIBIC/UEM) mariaeduardagbs@gmail.com;  
Dr. Murilo dos Santos Moscheta (Orientador) murilomoscheta@me.com; Dr.<sup>a</sup> Renata Heller de Moura (Co-orientadora) rena\_heller@hotmail.com

Universidade Estadual de Maringá/Centro de Ciências Humanas Letras e Artes/Maringá, PR.

**Área e subárea do conhecimento conforme tabela do [CNPq/CAPES](#):** 70700001 Psicologia; 70705020 Processos Grupais e de Comunicação.

**Palavras-chave:** fatores terapêuticos, grupalidades, sofrimento psíquico.

### Resumo

A pesquisa ora apresentada teve como objetivo desenvolver, implementar e analisar o uso de oficinas como um recurso grupal e coletivo, promotor de saúde mental entre os estudantes do curso de psicologia da Universidade Estadual de Maringá (UEM). Partindo de experiências e vivências de sofrimento que perpassam as trajetórias de vida no campus e observando o crescimento da demanda dos estudantes e colegiados de curso endereçadas à área da saúde mental, verificamos a existência de muitos estudos que apontam as instituições de ensino superior como espaços potencializadores de sofrimento psíquico entre os estudantes. Mediante a essa problemática, amparamo-nos nos referenciais teóricos da saúde coletiva e no paradigma psicossocial para propor o desenvolvimento de uma pesquisa-ação. No segundo semestre de 2018, desenvolvemos/implementamos uma ação grupal e coletiva na modalidade de oficinas, com acadêmicos do curso de psicologia. Por meio de uma breve seleção de interessados em participar dessa ação e ao longo de cinco encontros, buscamos a constituição de espaços coletivos, dialógicos, participativos, co-responsáveis, que permitissem o estabelecimento de vínculos, produção de senso de pertencimento, acolhimento e validação do sofrimento. Concluimos que tal espaço possibilitou trocas simbólicas, reflexões a respeito do momento histórico e das condições materiais compartilhadas pelo grupo, estabelecendo-se como uma adição à rede de suporte social dos envolvidos e atuando não apenas como escudo para o sofrimento mental, mas também como espaço de produção de vida.

### Introdução

Os jovens universitários brasileiros vêm sendo apresentados como um grupo suscetível a manifestações de transtornos mentais. Conforme uma pesquisa divulgada pela Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de

Ensino Superior (Andifes), em 2016, 30% dos alunos de graduação em instituições federais no Brasil procuraram atendimento psicológico no decorrer dos dois anos anteriores a realização da pesquisa, enquanto mais de 10% fizeram uso de algum medicamento psiquiátrico. É crescente o número de pesquisas evidenciando um quadro de vulnerabilidade emocional e sofrimento psíquico vivenciados pelos estudantes universitários brasileiros. Castro (2017), por exemplo, apresenta consistente revisão bibliográfica acerca da saúde mental do estudante universitário brasileiro em Instituições de Ensino Superior Públicas. Estas e outras pesquisas, discutem o ingresso na universidade como um processo caracterizado por mudanças que atingem de maneira complexa a vida do estudante e analisam os impactos dessas mudanças em vários âmbitos da vida desse sujeito. Andrade et. al. (2016), destaca a influência do momento político-econômico nessa produção de sofrimento, considerando a crise que perpassa as universidades públicas brasileiras. O autor ressalta que, muitas vezes, “o atendimento ao aluno em suas necessidades fundamentais é deixado em último plano” (ANDRADE, et. al., 2016, p. 832). Apesar do número expressivo de pesquisas sobre o tema, ainda há lacunas a serem superadas por outros estudos a respeito da saúde mental do estudante universitário, principalmente no sentido de investigar e fomentar o desenvolvimento de estratégias para o enfrentamento do sofrimento psíquico nesse cenário.

Amparamo-nos nos referenciais teóricos da saúde coletiva (derivados do Movimento da Reforma Sanitária) e no paradigma psicossocial (derivado do Movimento da Reforma Psiquiátrica) para propor o desenvolvimento desta pesquisa voltada para temática da saúde mental do estudante de psicologia, em uma IES pública no estado do Paraná. Nosso objetivo foi desenvolver, implementar e, ao mesmo tempo, analisar uma intervenção em grupo, na modalidade de oficina, como possibilidade de ação coletiva produtora de saúde mental entre os estudantes do curso de psicologia, da Universidade Estadual de Maringá.

## Materiais e Métodos

A proposição de desenvolver (inventar, organizar, sistematizar) e implementar uma ação grupal e coletiva na modalidade de oficina se apoia em toda uma metodologia já criada e sistematizada no campo da saúde coletiva e da atenção psicossocial que entende que a constituição de espaços coletivos, dialógicos, participativos, co-responsáveis têm a possibilidade de permitir o estabelecimento de vínculos, de romper com o isolamento, de proporcionar senso de pertencimento, reconhecimento, acolhimento e validação do sofrimento. Tudo isso repercute em um enorme potencial terapêutico e de circulação de informações úteis, necessários para a promoção de saúde coletiva. Todos esses aspectos respaldam nossa escolha por desenvolver uma ação grupal.

Esta pesquisa se situa no campo das metodologias qualitativas, pois esse campo “[...] se aplica ao estudo da história, das relações, das representações, das crenças, das percepções e das opiniões, produtos das interpretações que os humanos fazem a respeito de como vivem, constroem seus artefatos e a si mesmos, sentem e pensam” (MINAYO, 2008, p. 57).

No que diz respeito a linha teórica que fundamenta nossa pesquisa, posicionamo-nos em um campo de convergências dialéticas e dialógicas que se

respaldam em conversações possíveis entre perspectivas construcionistas e sócio-históricas. Isso quer dizer que abordaremos o fenômeno em análise considerando sua historicidade, seu contexto, a implicação e não neutralidade científica dos pesquisadores, o rompimento com a concepção cindida da pessoa humana e buscaremos o delineamento de uma compreensão complexa e polissêmica da organização social e das relações sociais nela estabelecidas.

A produção dos dados desta pesquisa se deu por meio da implementação de um grupo na modalidade oficina com foco na promoção da saúde mental dos estudantes. O grupo foi oferecido aos estudantes do curso de Psicologia da UEM, após a apreciação e aprovação do projeto junto ao Comitê Permanente de Ética em Pesquisa com Seres Humanos – COPEP, via Plataforma Brasil. Participaram da pesquisa alunos regularmente matriculados no curso de Psicologia da Universidade Estadual de Maringá de ambos os gêneros. Foi realizada a divulgação da proposta de pesquisa e de intervenção nos espaços de convivência dos estudantes e serão aceitos todos os alunos que se manifestassem interessados na proposta, até o limite máximo de 15 participantes. Antes do início dos grupos, a pesquisadora realizou uma entrevista individual com cada interessado a fim de detalhar os objetivos da proposta tanto de intervenção quanto de pesquisa e para apresentar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido com a coleta da anuência do participante.

## Resultados e Discussão

As oficinas foram realizadas em período posterior a realização das entrevistas e finalizadas em 05/12/2018, totalizando 5 encontros, na modalidade de Oficinas. De maneira geral, todas as oficinas seguiram a estrutura básica de: recepção, aquecimento inespecífico, aquecimento específico, atividade principal e encerramento. O primeiro encontro teve como objetivo apresentar e integrar os sujeitos-participantes, estabelecer os combinados do grupo, bem como refletir sobre o que é saúde mental, e eleger, em conjunto, quais seriam os temas relevantes para compor os próximos encontros. Os temas eleitos pelos participantes foram: padrões, relações interpessoais, sofrimento psicológico, e “o Bloco 27” (compreendido como espaço privilegiado para refletir sobre as relações complexas que permeiam os espaços do curso de psicologia). Todos os encontros ocorreram no Bloco 27 da instituição, no horário das 17:10 até 18:40. Foi realizado registro em áudio de todas as Oficinas, através do microfone do smartphone, totalizando 507 minutos e 33 segundos de gravação. Os registros também se deram em dois diários de campo, sendo um da acadêmica bolsista, e outro da observadora voluntária convidada, a acadêmica Gabriela Pires Malacrida, a qual, sob a orientação dos mesmos professores, desenvolve outra Pesquisa de Iniciação Científica (PIC), com temática correlata.

Após o encerramento das Oficinas, as atividades desenvolvidas se voltaram para o processamento e sistematização dos dados recolhidos. Dessa maneira, foi elaborada uma tabela para facilitar a compreensão tanto da estrutura das Oficinas, bem como das atividades desenvolvidas (em documento anexo), a transcrição dos comunicados feitos via *Whatsapp* para os participantes, e o processo de transcrição dos áudios das oficinais. Para transcrição dos áudios, o recurso utilizado foi o

software *Audacity* para retirada de ruídos dos arquivos, e o aplicativo *oTranscribe* como plataforma para produção do texto, uma vez que este programa permite que a reprodução do arquivo de som seja controlada (desacelerar, acelerar, pausar, retroceder ou avançar) por comandos no teclado, sem que haja necessidade de alternar entre dois programas.

Na análise dos encontros, a partir do material produzido e da transcrição dos registros áudio-gravados, procuramos identificar a produção de novos significados e sentidos para os participantes, bem como a presença de fatores terapêuticos, através da metodologia de análise de conteúdo. Em síntese, os fatores terapêuticos (compreendidos como indicativos de uma experiência vantajosa para os sujeitos) foram: universalidade, aceitação, catarse, autorrevelação e aprendizagem interpessoal.

## Conclusões

Os resultados da implementação do grupo se mostraram benéficos, sendo apontado pelos participantes como uma experiência positiva. Foi possível constatar tanto a coesão grupal, quanto nove dos dez tipos de fatores terapêuticos descritos por Souza et al. (2010) no decorrer dos cinco encontros. Conclui-se que a criação de um espaço de interação e trocas dentro da universidade, que se propõe a não apenas validar e acolher o sofrimento, mas também a promover um exercício ético e político em torno do tema da saúde mental com fins construtivos, foi bem sucedida, podendo ser considerada uma alternativa para o enfrentamento de um problema enquanto modelo de ação.

## Agradecimentos

Ao CNPQ, através do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica, por possibilitar a execução dessa pesquisa.

Em especial aos professores-orientadores Murilo Moscheta e Renata Heller de Moura, pela valiosa orientação e oportunidade de desenvolver esse trabalho.

A Gabriela Malacrida, pela colaboração como observadora e toda a ajuda na execução das oficinas.

Ao grupo de voluntários, pela participação e pela confiança depositada em mim.

## Referências

ANDRADE, A. S. et. al. Vivências acadêmicas e sofrimento psíquico de estudantes de psicologia. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v. 36, n. 4, p. 831-846, 2016.

CASTRO, V. R. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. **Revista gestão em foco**, São Paulo, n. 9, p. 380-401, 2017.

MINAYO, M. C. de S. O desafio do conhecimento. 11 ed. São Paulo: Hucitec, 2008.

SOUZA, L. V. e et al. Fatores terapêuticos em um grupo de apoio multifamiliar no tratamento da anorexia e bulimia. **Rev. SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 11, n. 2, p. 41-50, 2010.