

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA “JULIO DE MESQUITA FILHO”
FACULDADE DE CIÊNCIAS DE BAURU
Programa de Pós-graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem

Luciana Marolla Garcia

SAÚDE MENTAL E HABILIDADES SOCIAIS DE UNIVERSITÁRIOS

Bauru – 2024

Luciana Marolla Garcia

SAÚDE MENTAL E HABILIDADES SOCIAIS DE UNIVERSITÁRIOS

Tese apresentada à Faculdade de Ciências, da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, campus Bauru, para o exame geral de defesa como parte dos requisitos à obtenção do título de Doutor em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem, Área de concentração: Desenvolvimento e Aprendizagem. Sob orientação da Profa. Dra. Vera Lúcia Messias Fialho Capellini.
Co-orientadora: Profa. Dra. Alessandra Bolsoni Silva.

Bauru – 2024

Garcia, Luciana Marolla.
Saúde Mental e habilidades sociais de
universitários / Luciana Marolla Garcia, 2023
93 f. : il.

Orientador: Vera Lucia M. F. Capellini

Tese (Doutorado)- Universidade Estadual
Paulista (Unesp). Faculdade de Ciências, Bauru,
2023

1. Saúde Mental. 2. Ensino superior. 3.
Habilidades sociais 4. Ansiedade. 5. Depressão I.
Universidade Estadual Paulista. Faculdade de
Ciências. II. Título.



UNIVERSIDADE
ESTADUAL
PAULISTA



ATA DA DEFESA PÚBLICA DA TESE DE DOUTORADO DE LUCIANA MAROLLA GARCIA, DISCENTE DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM, DA FACULDADE DE CIÊNCIAS - CÂMPUS DE BAURU.

Aos 01 dias do mês de dezembro do ano de 2023, às 09:00 horas, no(a) Google Meet, realizou-se a defesa de TESE DE DOUTORADO de LUCIANA MAROLLA GARCIA, intitulada **Saúde Mental e Habilidades Sociais de Universitários**. A Comissão Examinadora foi constituída pelos seguintes membros: Profa. Dra. VERA LUCIA MESSIAS FIALHO CAPELLINI (Orientador(a) - Participação Virtual) do(a) Departamento de Educação / Unesp / Campus de Bauru (Faculdade de Ciências), Profa.Dra. VANESSA BARBOSA ROMERA LEME (Participação Virtual) do(a) Departamento de Psicologia / Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Profa. Dra. SUSANA MARIA GONCALVES COIMBRA (Participação Virtual) do(a) Departamento de Psicologia da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto / Universidade do Porto, Profa. Dra. MARIANNE RAMOS FEIJÓ (Participação Virtual) do(a) Departamento de Psicologia / Universidade Estadual Paulista. Após a exposição pela doutoranda e arguição pelos membros da Comissão Examinadora que participaram do ato, de forma presencial e/ou virtual, a discente recebeu o conceito final: **Aprovado**. Nada mais havendo, foi lavrada a presente ata, que após lida e aprovada, foi assinada

pelo(a) Presidente(a) da Comissão Examinadora.

Vera Lucia Messias Fialho
Capellini:07797199809

Assinado de forma digital por Vera

Lucia Messias Fialho
Capellini:07797199809

Dados: 2023.12.01 11:10:16 -03'00'

Profa. Dra. VERA LUCIA MESSIAS FIALHO CAPELLINI

Agradecimentos

Agradecimento especial a Assessoria da Diretoria da Faculdade de Ciências por ser sempre prestativa e poder proporcionar reuniões e atender minhas demandas relacionadas com a vice-diretoria ou diretoria da FC da Unesp de Bauru ao longo dos anos.

Agradecimento pelo apoio e incentivo aos colegas de Pós-Graduação, especialmente aos do Grupo de Pesquisa “A inclusão da pessoa com deficiência, TGD, e ou altas habilidades, superdotação e contextos de aprendizagem e desenvolvimento” e a todos os colegas que passaram ou permanecem no Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial da Unesp durante esses seis anos em que participei do mesmo.

Agradecimento a Profa. Dra. Susana Maria Coimbra, da Universidade do Porto - UP por ter aceito me orientar no doutorado sanduiche e aos demais professores da UP por terem me acolhido e contribuído com minha pesquisa no local, além de propiciar que eu participasse de rodas de troca de experiência, eventos, e cotidiano da UP.

Agradecimento a Profa. Dra. Alessandra Turini Bolsoni Silva por ter aceitado ser minha co-orientadora no Brasil, ter me apresentado as habilidades sociais e ter estado comigo durante essa jornada.

Agradecimento a todos os professores participantes desta banca: Prof. Dr. Hugo Cardoso Ferrari, Profa. Dra. Maria del Carmen Garcia (Universidade de Sevilla), Profa. Dra. Vanessa Leme e Profa. Dra. Marianne Ramos Feijó.

Agradecimento a Profa. Dra. Vera Lucia Messias Fialho Capellini por toda sua orientação, carinho, acolhimento e por ser presente durante todo o período compartilhando atividades e dividindo seu conhecimento. Sem ela, sem dúvida não seria possível a existência do NTAPS e nem este trabalho de pesquisa.

O presente trabalho foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de financiamento 001.

GARCIA, L. M. **Saúde Mental da Habilidades Sociais de Universitários**. 2024. 93 p. Tese (Doutorado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – UNESP, Faculdade de Ciências, Bauru, 2023.

RESUMO

As universidades sobretudo as públicas, tem garantido acesso aos estudantes incluindo aqueles mais vulneráveis economicamente, porém há que se garantir da mesma forma permanência com qualidade, portanto o cuidado integral aos estudantes precisa ser planejado e implementado, o que inclui a saúde mental. A fase universitária é um período de transição para os jovens adultos e passagem para uma nova fase profissional. Baseado nestes fatos essa tese contempla dois Objetivos de desenvolvimento sustentáveis (ODS) da agenda 2030: saúde e educação de qualidade. Ela foi dividida em 3 estudos com o objetivo geral de analisar o papel da universidade junto aos estudantes nas questões de saúde mental e habilidades sociais. Para tanto, foi realizado um primeiro estudo com método qualitativo, utilizando-se de entrevistas semi estruturadas com sete participantes para levantar o histórico do Núcleo Técnico de atenção Psicossocial (NTAPS) da UNESP. O segundo estudo utilizou-se de método experimental com intervenção programada (12 encontros com grupos) para estudantes de primeiro e segundo ano da graduação. Participaram doze estudantes com idade média de 19,9 anos, sendo apenas dois do sexo masculino, de diversos cursos de graduação. Antes e após intervenção foram aplicados testes psicológicos (BDI II, GAD, Mini Spim, QHC, e Inventário de Habilidades Sociais II) como forma de pré e pós teste. O terceiro estudo foi realizado também com metodologia qualitativa e entrevistas semi-estruturadas com nove participantes (profissionais e discentes) da Universidade do Porto, sendo apenas um participante do sexo masculino. Os resultados do primeiro estudo apontam que o NTAPS surgiu devido a demanda dos alunos, visando o cuidado com sua saúde mental e prevenção de suicídios. A procura pelo atendimento tem crescido a cada ano, demonstrando a necessidade deste trabalho até os dias atuais. O programa vem crescendo, sendo que a demanda é trabalhada de forma criativa por meio de lives, oficinas, visitas, formações, intervenções, grupos terapêuticos e atendimento psicológico. No segundo estudo, os resultados demonstraram que o repertório de habilidades indicou melhoras nos sintomas de ansiedade, depressão e fobia social nos quesitos avaliados dos estudantes no momento pós intervenção e seguimento. Quanto ao terceiro estudo os resultados permitiram conhecer os serviços de atendimento psicológico e Mentoria da UP, em particular a sua gênese, seus objetivos e modos de atuação, fazendo alguma identificação de semelhanças e diferenças com a realidade do serviço NTAPS. Como consideração finais da tese destacamos a importância desses serviços aos jovens estudantes, todavia observamos a necessidade de se investir em ações preventivas de qualidade de vida dos estudantes, pois a perspectiva de atendimento clínico uma a um não seria exequível como política pública. A tese aponta para outras questões de pesquisa como o efeito da mentoria na saúde mental dos estudantes da unesp, também poderia se investigar a relação entre currículo ofertado, a comunicação violenta e a saúde mental, dentre outras.

Palavras chaves: saúde mental, universidade, habilidades sociais.

LISTA DE FIGURAS

ESTUDO 1

Figura 1 -Articulação entre as Faculdades de Ciências; Arquitetura, Artes e Comunicação e Design.....	22
Figura 2 - Três Frentes de Atuação do NTAPS.....	23
Figura 3 - Fluxograma do Acolhimento.....	24
Figura 4 - Quadro de Evolução da Equipe.....	25
Figura 5 – Nuvem de Palavras sobre o surgimento do NTAPS.....	29
Figura 6 - Análise de Similitude Questão 1.....	30
Figura 7 – Nuvem de Palavras Questão 2.....	32
Figura 8 – análise de Similitude da Questão 2.....	33
Figura 9 – Nuvem de Palavras Questão 3	35
Figura 10 - Análise de Similitude Questão 3.....	36
Figura 11 – Nuvem de Palavras Questão 4	36
Figura 12 – Análise de Similitude Questão 4	39
Figura 13 – Nuvem de Palavras Questão 5	40
Figura 14 – Análise de Similitude Questão 5.....	41
Figura 15 – Nuvem de Palavras Questão 6.....	43
Figura 16 – análise de Similitude Questão 6.....	43

LISTA DE QUADROS

ESTUDO 2

Quadro 1 – Temas do Promove Universitários.....57

Quadro 2 – Dados Pessoais dos Participantes58

ESTUDO 3

Quadro 1 - Caracterização comparativa das características dos diferentes serviços e dispositivos de atendimento da UP75

LISTA DE TABELAS

ESTUDO 2

Tabela 1 - Levantamento de queixas dos participantes em escores brutos.....	59
Tabela 2 – Descrição em escores brutos das medidas de saúde mental e habilidades sociais nos participantes dos grupos Experimental e Controle.....	59
Tabela 3 - Teste de Wilcoxon referente aos indicadores avaliados, considerando escores brutos.	60
Tabela 4 – Teste de Wilcoxon referente a amostra total que passou pela intervenção.....	63

LISTA DE APÊNDICES

ESTUDO 1

Apêndice 1 - Roteiro de Entrevista Histórico do NTAPS.....	91
---	----

ESTUDO 3

Apêndice 2 - Roteiro Entrevista Semiestruturada UP.....	92
--	----

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	12
RESUMO GERAL.....	06
ESTUDO 1 – IMPLANTAÇÃO DE UM NÚCLEO TÉCNICO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL NA UNIVERSIDADE	14
Introdução.....	15
Objetivo.....	26
Método	26
Resultados	28
Considerações Finais	47
 ESTUDO 2 – SAÚDE MENTAL E HABILIDADES SOCIAIS DE UNIVERSITÁRIOS	 48
Introdução.....	49
Objetivo.....	52
Método.....	53
Resultados.....	58
Discussão.....	63
Considerações Finais.....	65
 ESTUDO 3 – SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS NA UNIVERSIDADE DO PORTO	 66
Introdução.....	67
Objetivo.....	72
Método.....	72
Resultados	74
Discussão.....	76
Considerações finais.....	81
REFERÊNCIAS.....	82
APÊNDICES.....	90

APRESENTAÇÃO

Ao ingressar no programa de Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento e da Aprendizagem na UNESP de Bauru, sob orientação da Profa. Dra. Vera Capellini, tive conhecimento de um projeto piloto que estava a iniciar no segundo semestre de 2018, com objetivo de realizar atendimento psicológico para os universitários do campus Bauru. Projeto este que veio depois a ser denominado Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial - NTAPS. Desde de seu início até os dias atuais, participei do referido núcleo, inicialmente como voluntária, durante o período de meu mestrado, e depois assumindo mais responsabilidades quando ingressei no Doutorado. Me identifiquei bastante com a temática, decidindo por então iniciar meu doutorado com pesquisa na área de saúde mental para universitários. Ao ingressar no doutorado atuei no núcleo como membro Bolsista – representante da Frente de Acolhimento e participei de toda expansão deste serviço.

A pesquisa pretendia avaliar efeitos do atendimento psicológico pré e pós intervenção nos estudantes que procurassem os serviços de acolhimento do NTAPS. Optou-se então por aplicar o programa PROMOVE Universitários que trabalha com habilidades sociais para alunos ingressantes na universidade e correlacionar habilidades sociais e índices de saúde mental como ansiedade, depressão e fobia social.

O primeiro estudo desta tese dedicou-se então a resgatar o histórico do Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial da UNESP – NTAPS, ouvindo a opinião dos membros vice-diretores, e profissionais de psicologia que estavam presentes no momento da implantação dos mesmos e também alunos que receberam atendimento psicológico no primeiro ano de seu funcionamento.

No segundo estudo, é apresentado o trabalho realizado com 4 grupos de jovens universitários ingressantes (primeiro e segundo ano da graduação), onde foi realizada a avaliação pré e pós intervenção. A intervenção foi a aplicação do Programa Promove Universitários que contou com doze sessões de duração semanalmente.

Durante os anos do Doutorado, além da atuação no NTAPS, e da pesquisa com habilidades sociais e saúde mental de jovens universitários, tive a oportunidade de realizar um Doutorado Sanduiche na Universidade do Porto – UP (Portugal) onde pude também, além de agregar vivência cultural e conhecimentos em pesquisa, conhecer como a UP trata da saúde mental de seus estudantes, o que também contribuiu para esta tese, principalmente para o terceiro estudo,

onde está descrito em detalhes o funcionamento da UP e de seus serviços. Como alinhamento da tese e unificação dos 3 estudos pode se considerar como norteador desta tese o papel da universidade perante a saúde mental dos seus estudantes.

ESTUDO 1

IMPLANTAÇÃO DE UM NÚCLEO TÉCNICO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL NA UNIVERSIDADE

RESUMO

A maioria dos estudantes universitários encontra-se em fase de transição para a vida adulta. Essa fase é constituída por diversos desafios emocionais, socioeconômicos e cognitivos, que podem resultar em crises de ansiedade, sintomatologia depressiva e estresse, prejudicando o desempenho acadêmico e até mesmo ocasionar o abandono do curso superior. Para lidar com tais questões de saúde mental e apoiar seus estudantes, a Universidade Estadual Paulista (UNESP), criou em 2018 o Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial (NTAPS). Assim, o objetivo deste estudo foi de realizar um resgate histórico e análise dos dois primeiros anos de implantação do Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial (NTAPS) da UNESP. Para tanto, foram realizadas entrevistas semiestruturadas com três vice-diretores e quatro psicólogos que participaram do processo de implantação do NTAPS, sendo destes, dois participantes do sexo masculino e cinco do sexo feminino. Também foram coletados depoimentos de três estudantes que receberam atendimento psicológico no período inicial do projeto. Os dados foram submetidos ao software IRAMUTEQ, que possibilita o processamento e análise estatística de textos. Como resultados obteve-se que o Núcleo surgiu devido a demanda dos alunos, visando o cuidado com sua saúde mental e prevenção de suicídios. A procura pelo atendimento tem crescido a cada ano, demonstrando a necessidade deste trabalho até os dias atuais. O programa vem crescendo, sendo que a demanda é trabalhada de forma criativa por meio de lives, oficinas, visitas, formações, intervenções, grupos terapêuticos e atendimento psicológico.

Palavra-chave: Saúde Mental; Atenção Psicossocial; Estudantes Universitários.

ABSTRACT

Most college students are in transition to adulthood. This phase is characterized by several emotional, socioeconomic and cognitive challenges, which can result in anxiety attacks, depressive symptoms and stress, impairing academic performance and even causing dropout from higher education. To deal with these mental health issues and support its students, the São Paulo State University (UNESP) created in 2018 the Technical Center for Psychosocial Care (NTAPS). Thus, the objective of this study was to carry out a historical review and analysis of the first two years of implementation of the Technical Center for Psychosocial Care (NTAPS) at UNESP. For this purpose, semi-structured interviews were conducted with three vice-principals and four psychologists who participated in the NTAPS implementation process, these being two male participants and five female participants. Testimonies of three students who received psychological care in the initial period of the project were also found. Data were submitted to the IRAMUTEQ software, which enables the processing and statistical analysis of texts. As a result, we found that the Nucleus emerged due to the students' demand, transferring care for their mental health and suicide prevention. The demand for assistance has grown every year, demonstrating the need for this work until the present day. The program has been growing, with the demand being worked on in a creative way through lives, workshops, visits, training, interventions, therapeutic groups and psychological care.

Keywords: mental health, psychosocial care, college students.

INTRODUÇÃO

Um crescimento acentuado nas pesquisas sobre prevenção em saúde mental tem ocorrido nas últimas décadas. Estudos norte-americanos de O'Connel, Boat e Warner (2009) estimam que a incidência de psicopatologias poderia ser reduzida por meio do incremento de fatores de proteção, como ações para melhoria da autoestima, rede de apoio, habilidades de enfrentamento, práticas de socialização, engajamento social, redução de estressores e pertencimento. (Abreu; Miranda; Murta, 2016).

A promoção da saúde mental deve reduzir riscos que podem acontecer durante as fases do ciclo de vida e que podem prejudicar o desenvolvimento humano. (O'Connel; Boat; Warner, 2009). Nessa direção, as intervenções preventivas buscam fortalecer os fatores de proteção. E quando se fala de estudantes universitários, de acordo com Abreu, Miranda e Murta (2016), as intervenções preventivas e ações em saúde mental têm como objetivo minimizar os fatores de risco e fortificar os fatores de proteção que inferem na saúde mental deste grupo em particular.

As intervenções preventivas poderiam e deveriam ser conduzidas ao longo do ciclo de vida, visto que, transições desenvolvimentais requerem recursos e estratégias de enfrentamento para adaptação a novas demandas que podem ser significativamente estressoras (Fragelli; Günther, 2008; Xavier; *et al.*, 2003). Poderiam ser particularmente úteis nas fases de transições como a inserção de jovens no mercado profissional, na gestação do primeiro filho, na transição para a aposentadoria, e também, claro, no ingresso a faculdade.

A prevenção pode ser útil especificamente, na fase de transição para a vida adulta, que é caracterizada por inúmeras mudanças, considerando os aspectos biopsicossociais, que incluem a escolha profissional e a preparação para o mercado de trabalho. No entanto, observa-se que o mercado tem se apresentado cada vez mais complexo, exigindo maior preparação para o início na atividade profissional. Nesse contexto, o ingresso em um curso universitário tem sido apontado como uma opção inicial para o planejamento de carreira (Bueno; Lemos; Tomé, 2004; Vargas; Zampieri, 2014).

Entretanto, tal escolha não representa o fim dos conflitos relacionados ao futuro profissional, pois, o indivíduo encontra-se em constante desenvolvimento pessoal e acadêmico, e

frequentemente, depara-se com desafios e dificuldades (Bueno; Lemos; Tomé, 2004). A cada nova jornada na vida, os indivíduos vivenciam o processo de adaptação.

Ao ingressar em uma universidade é necessário passar por este processo de adaptação, visto que os alunos se deparam com um sistema de ensino, regras institucionais, convívio social e dificuldades, geralmente diferentes dos que estavam habituados. Esse momento requer ajustes e organização para o estabelecimento de novos padrões de funcionamento, em que se pode vivenciar a fase de questionamentos, constituído pela reflexão sobre suas escolhas, experiências e expectativas em relação aos domínios pessoais, acadêmicos, profissionais e sociais (Oliveira; Moraes, 2015; Penha; Oliveira; Mendes, 2020).

Cabe às instituições de ensino superior a responsabilidade de facilitar essa transição, promovendo a criação de contextos e estratégias que visem a plena integração do estudante, para sua permanência com qualidade na universidade até a conclusão do curso (Osse; Costa, 2011). Segundo Almeida e Araújo (2019) a adaptação acadêmica depende de uma série de fatores (sociais, emocionais e cognitivos) que faz com que eles se sintam integrados ao curso e à universidade.

Entretanto, esses aspectos não estão somente relacionados ao contexto acadêmico. A adaptação ao ensino superior envolve o sentimento de pertencimento à turma e também o conhecimento das oportunidades oferecidas pela universidade, como uma rede de apoio, por exemplo (Ribeiro, 2020).

Além disso, grande parte dos estudantes lida com a separação da família. A saudade de casa (*homesickness*) tem sido identificada como uma consequência negativa da necessidade de se adaptar a um novo contexto, nesse caso, sair da casa dos pais para morar sozinho ou com outras pessoas (Scopeletti; Tiberio, 2010). Estudantes que vivem sem a família podem apresentar níveis mais elevados de estresse do que estudantes que moram com os familiares (Rull *et al.*, 2011), sendo mais comum encontrar entre os últimos, índices mais elevados de adaptação acadêmica (Soares; Guisande; Almeida, 2007).

Em relação ao apoio familiar, estudo realizado por Lastre, López e Alcázar (2018), mostrou que os alunos com desempenho acadêmico básico, estão em condições de suporte regular e desempenho acadêmico ruim tem apoio familiar deficiente. Na mesma linha, Villalobos, Flórez e Londoño (2017) incluem em seus estudos a incidência de acompanhamento familiar em relação ao âmbito do rendimento acadêmico e concluem que o ambiente familiar ocupa lugar importante

para o desempenho escolar de universitários, na medida em que a família, por sua vez, influencia a sociedade. Finalmente, Halgravez et al. (2016) afirmam que as condições favoráveis para o desempenho acadêmico estão associadas a um maior apoio do ambiente onde o aluno se desenvolve.

O estresse acadêmico refere-se a uma reação adaptativa às demandas do meio que, quando prolongada, pode resultar em uma série de problemas, como desempenho acadêmico pobre, fracasso escolar, entre outros (Rull *et al.*, 2011; Almeida, 2019). Há estudos que revelam que na vida universitária, o estudante passa de quatro a seis anos na universidade, sendo que este pode ser um período ambíguo, de adoecimento mental, e de abuso de álcool e drogas, visto que é marcado por vivências individuais e coletivas que demandam, responsabilidade e sociabilidade (Assis; Oliveira, 2010). Nesse sentido, observa-se uma preocupação das instituições universitárias, durante este período de transição para o ensino superior, ofertando serviços e ações de apoio aos universitários.

Peres, Santos e Coelho (2004) descrevem que os serviços de Clínicas-Escolas de Psicologia atualmente em universidades recebem alunos que apresentam necessidades, tanto de acolhimento e desabafo, quanto de demanda para tratamento. O procedimento mais adotado nessas ocasiões pelas clínicas-escolas é realizar uma primeira sessão e agendar um segundo atendimento na semana seguinte. No segundo atendimento, o estagiário ou psicólogo responsável sugere o encaminhamento mais apropriado e verifica a disponibilidade do usuário em aderir aos serviços que podem ser desde psicoterapia individual ou grupal, ou encaminhamento para atendimento por profissionais da rede pública de saúde, profissionais conveniados que atuam em consultórios particulares ou para oficinas de convivência.

Ainda sobre as Clínicas-Escola de Psicologia, Ortolan, Sei, Victrio (2018), citam universidades que possuem o serviço de plantão psicológico, que apesar do caráter pontual da intervenção, permite de um a dois retornos da pessoa ao plantão sem, contudo, garantir que ela será atendida pelo mesmo plantonista.

Resultados de pesquisa de Zochil e Thorsteinsson (2018) com estudantes australianos revelaram que os níveis de depressão, ansiedade e estresse estiveram significativamente associados à diminuição da qualidade do sono ou à diminuição da intenção de procurar ajuda. Uma análise de regressão múltipla previu que os estudantes eram mais propensos a relatar a intenção de procurar

ajuda se tivessem menores escores de depressão, mas maiores escores de estresse. Fato que destaca a importância de atividades de prevenção, higiene do sono, orientação e divulgação dos serviços de saúde mental para o que os mesmos tenham acesso a esse tipo de ajuda.

Na Universidade, o indivíduo também passa pelo processo de aprender e o seu desempenho envolve a relação entre questões pessoais do estudante (fatores orgânicos, cognitivos, afetivos e motivacionais), aspectos relacionados à família e ao grupo social no qual está inserido, e o ambiente escolar influenciado pelas interações, medidas pedagógicas e decretos governamentais que regem o ensino (Suheiro, 2006; Almeida, 2019).

O ensino superior requer e também desenvolve habilidades cognitivas e não cognitivas. Habilidades cognitivas: raciocínio, matemática, pensamento crítico, aquisição de conhecimentos e compressão. Já as habilidades não cognitivas envolvem mudanças de crenças ou evoluções de padrões, pois, nesse sentido, há o desenvolvimento psicossocial, o autodesenvolvimento, a identidade, a autoestima, além de relações entre pares, com professores e com a instituição (Almeida; Araújo 2019).

Frequentemente há um desajustamento entre a preparação dos estudantes e a complexidade dos desafios que encontrarão. Expectativas irreais que podem existir em relação a universidade também podem gerar frustração, insatisfação, falta de interesse e abandono precoce dos cursos (Almeida, Araújo, 2019). Nesse sentido, a elaboração de estratégias de atenção à saúde mental para os estudantes de nível superior se mostra essencial para a formação do estudante. (Penha; Oliveira; Mendes, 2020).

A Universidade precisa se atentar e se responsabilizar pelo acolhimento dos discentes. Os gestores e demais responsáveis necessitam considerar, criticamente, as variáveis e determinantes presentes nesse ambiente e o impacto na saúde mental da comunidade acadêmica, a fim de construir projetos com foco na promoção de saúde e prevenção do adoecimento emocional, inclusive, pela importância que a vivência psicoafetiva pode exercer na qualidade do desempenho do estudante (Penha; Oliveira; Mendes, 2020).

Nos Estados Unidos a preocupação e o interesse com a saúde mental do estudante universitário emergiram por volta de 1910, a partir de programas de assistência psicológica e psiquiátrica, visando que os estudantes capacitados não desistissem de seus cursos ou que ficassem gravemente adoecidos (Cerchiari; Caetano; Faccenda, 2005).

Já na França, a preocupação com a saúde mental dos universitários iniciou por volta de 1950, e o foco de atuação naquele momento era a preocupação com abuso de substâncias como as anfetaminas, o que depois transformou-se em serviços de assistência psicológica e psiquiátrica. Na Alemanha, por volta da década de 1950 também começaram a ser implantados serviços de saúde mental para universitários, como forma de dar maior atenção aos distúrbios psiquiátricos dos alunos, corroborando com os devidos avanços nas áreas da Medicina e da Psicologia (Cerchiari; Caetano; Faccenda, 2005).

Em 1956, em Nova Jersey, realizou-se a Primeira Conferência Internacional sobre Saúde Mental Estudantil, com especialistas de diversos países, com o objetivo de estabelecer intercâmbio entre os profissionais e criar programas que pudessem servir para todos os países (Loreto, 1965).

No Brasil, segundo Loreto (1965), foi criado em 1957, na Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pernambuco, junto à cadeira de Clínica Psiquiátrica, o primeiro Serviço de Higiene Mental e Psicologia Clínica, com a finalidade de oferecer assistência psicológica e psiquiátrica aos estudantes universitários, inicialmente, aos alunos de Medicina. Na década de 1960 surgiram novas iniciativas junto as Universidades Federais. Desde então, o estudo de saúde mental do estudante universitário tem crescido no Brasil, dada sua importância para a promoção de serviços que forneçam apoio aos estudantes vulneráveis (Castro, 2017).

Devido a importância dos cuidados de saúde mental dos estudantes universitários, neste estudo descrever-se-á o surgimento de um núcleo institucional para tal finalidade – o NTAPS.

Quando se fala em implantação de um núcleo técnico de atenção psicossocial na universidade, pensa-se em um serviço de atendimento psicológico para discentes universitários, mas também em prevenção e promoção de saúde mental. O ingresso na universidade de alunos oriundos de famílias com poucas condições socioeconômicas tem provocado a implementação de vários programas de atenção e assistência com a finalidade de que consigam permanecer, se integrar e concluir seus estudos no contexto universitário. Isso implica, além de apoio financeiro, também de práticas pedagógicas que atendam suas necessidades de aprendizagem (Almeida, 2019).

As transformações cada vez mais rápidas do mundo contemporâneo, políticas, sociais e tecnológicas, a grande diversidade de produção científica e a divulgação do conhecimento, aliadas

às dificuldades vividas pelos estudantes nesta transição para o ensino superior, são questões a serem consideradas pelos professores e gestores no âmbito da universidade.

A problemática da integração do aluno ao ensino superior é bastante complexa e multifacetada e relaciona-se diretamente com outras preocupações, como a do sucesso ou insucesso e ao abandono acadêmico (Torres, 2016). Isso foi agravado pelo distanciamento social provocado pela pandemia da COVID-19 em 2020 e 2021, mais especificamente, pela não presença no espaço físico da universidade.

A UNESP tem tentado ano a ano integrar os novos estudantes e possui o Programa de Permanência Estudantil – PPE que foi implantado nas 34 Unidades Universitárias (antes da pandemia) mediante a execução do Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI). (Unesp, 2009). A execução do programa em cada uma das Unidades Universitárias está sob a responsabilidade da vice-diretoria que conta com apoio de comissões constituídas por assistentes sociais, docentes e alunos. Para definir o acesso ao Programa, os alunos interessados devem responder a um detalhado questionário e, posteriormente, com base em critérios preestabelecidos, uma comissão elabora a classificação, levando em consideração a situação socioeconômica dos alunos e de suas respectivas famílias. Os critérios definidos para a solicitação de auxílios de permanência estudantil são: renda *per capita* familiar de, no máximo, 1,5 salários mínimos e estar regularmente matriculado em um curso de graduação, além de submeter-se à seleção socioeconômica local.

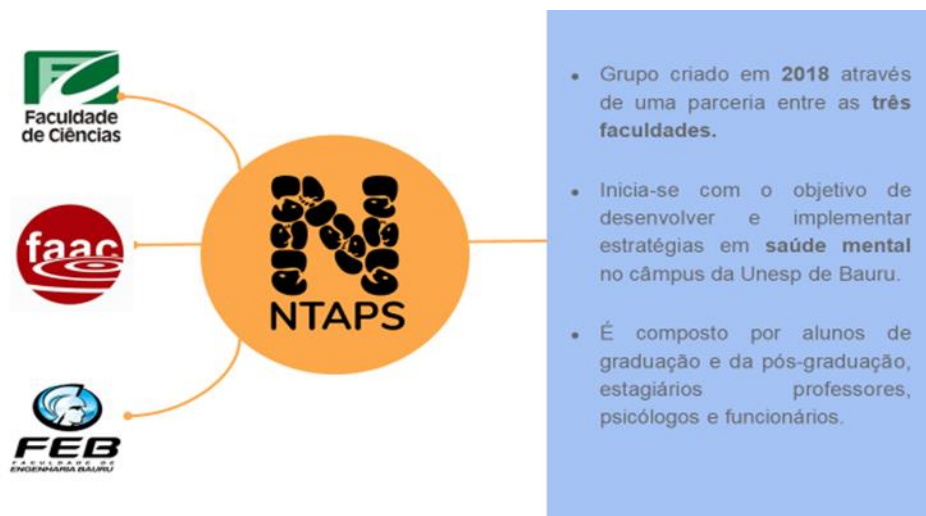
A Coordenadoria de Permanência Estudantil (COPE) prevê em seu regimento a criação de Núcleos de Atendimento ao Estudante, sendo a “responsável por atribuir auxílios financeiros e desenvolver ações de apoio aos estudantes de graduação que se encontram em situação de vulnerabilidade socioeconômica, visando melhorar a condição da vida universitária e propiciar melhor desenvolvimento acadêmico” (Unesp, 2021, p.1).

1.1. A criação do Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial (NTAPS)

No ano de 2016 a Comissão de Permanência Estudantil Local junto a Comissão Permanente de Ensino da Faculdade de Ciências (FC) começou a discutir sobre a saúde mental na

universidade após a ocorrência de suicídios de alunos do Campus da UNESP de Bauru. Assim, em 2017, foram ofertados atendimentos psicossociais pelo Serviço Social do campus (Seção Técnica de Saúde-Bauru) e pelo serviço de Centro Psicologia Aplicada (CPA) aos estudantes bolsistas de permanência estudantil. Em 2018 foram realizadas as primeiras articulações entre FC, *Faculdade de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design* (FAAC) e Faculdade de Engenharia (FEB) para a criação de um núcleo de saúde mental.

Figura 1 – Articulação entre as Faculdades de Ciências; Arquitetura, Artes e Comunicação e de Engenharia.



Fonte: Desenvolvido pelos autores

Com o apoio da COPE, as faculdades se uniram e criaram o Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial (NTAPS) do Campus da UNESP de Bauru. Nesse momento, o núcleo contava com poucos bolsistas e voluntários, iniciando-se o núcleo como um projeto piloto.

Dando sequência a estas atividades, a UNESP-Bauru implantou o NTAPS em 2018, disponibilizando atendimento psicossocial aos discentes das três faculdades do Campus de Bauru (FC, FAAC e FEB). O motivo principal para o surgimento do Núcleo foi a ocorrência de dois suicídios no Campus em 2018, além da demanda de alunos solicitando atendimento psicológico. Durante o primeiro ano de existência (2018), o núcleo foi coordenado pela vice-diretora e contou com o suporte de duas Psicólogas, uma Assistente Social, oito estagiários de Psicologia e dois estagiários de Serviço Social, ofertando um total de 82 horas semanais para atendimento. As

estagiárias atenderam sob a supervisão de três docentes do Departamento de Psicologia de Bauru e de uma das psicólogas formadas, que atuava como voluntária no projeto (Oliveira, *et al.*, 2021).

Em 2019, o núcleo continuou com a participação da Assistente Social e dois estagiários de Serviço Social, ganhou novos profissionais na área da Psicologia e novos estagiários, subdividindo-se em três frentes de atuação, ou seja, a Prevenção e Promoção que realiza eventos de prevenção e promoção de saúde mental; o Acolhimento: momento em que ocorre a entrevista inicial, quatro sessões de atendimentos em caráter de acolhimento, e uma possível sessão de encaminhamento e encerramento. Nesse momento, o usuário pode ser encaminhado para atendimento psicológico de longo prazo ou ainda para atendimento com parceiros externos ao NTAPS; e, à frente de Assistência: ofertando a terapia de prazo estendido, com duração máxima de um ano (Oliveira, *et. al.*, 2021).

Figura 2 – Três Frentes de Atuação do NTAPS



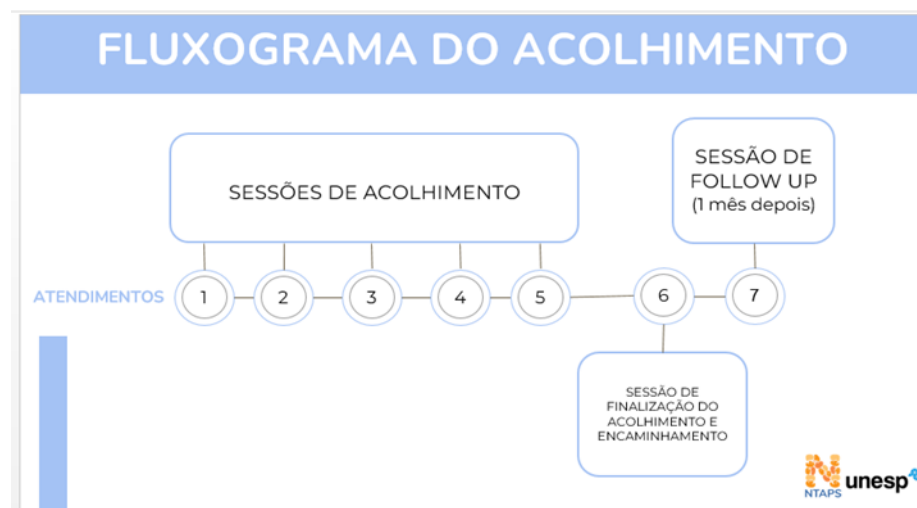
Fonte: Desenvolvido pelos autores

Em 2020, com o surgimento da pandemia da COVID-19, o NTAPS ganhou um setor de comunicação e passou a ofertar atendimento nas três frentes de atuação, na modalidade online. Assim, uma docente do Departamento de Psicologia de Bauru, uma psicóloga e os estagiários de psicologia organizacional e do trabalho montaram uma formação para integração e acompanhamento dos novos membros.

Dessa forma, as atividades das três frentes de atuação funcionaram da seguinte forma: a **Prevenção**, que se referia ao primeiro nível de atenção e realizava atendimentos de menor complexidade, cujo objetivo era antecipar, levantar e atender às demandas mais imediatas da comunidade universitária, a fim de reduzir problemas relacionados a saúde mental (estresse, ansiedade e depressão) ou à promoção de competências a ela associadas com recursos sociais, como por ex., as redes de apoio, a partir de eventos psicoeducativos periódicos, rodas de conversa e oficinas.

O **Acolhimento**, frente responsável por realizar psicoterapia breve de 5 a 7 sessões, teve como objetivo atender situações mais graves de saúde mental na população universitária. As sessões são divididas em três momentos: entrevista inicial, quatro sessões de acolhimento psicoterapêutico, uma sessão de encaminhamento e outra de encerramento. Também se realizava o *follow-up* do caso um mês após o fim das sessões. Quanto ao encaminhamento após o acolhimento, o paciente poderia ser direcionado para buscar um parceiro externo ao núcleo, se inserir na rede pública de atendimento (como no caso do Centro de Atenção Psicossocial) ou poderia ser encaminhado para a frente de Assistência do NTAPS. O encaminhamento para a Assistência dependeria do cumprimento de critérios preestabelecidos, como a impossibilidade de qualquer investimento financeiro no atendimento psicológico particular e/ou a dificuldade de inserção na rede pública, devido à escassez de vagas.

Figura 3 – Fluxograma do Acolhimento.



Fonte: Desenvolvido pelos autores

E a **Assistência**, caracterizada como o setor responsável pela continuidade dos atendimentos realizados no Acolhimento, centra-se na realização de atendimentos de até 24 sessões e, principalmente, na intervenção grupal, que tem a duração aproximada de 7 sessões. A realização de processos grupais permite a ampliação das relações de vínculo afetivos (Miller *et.al.*, 2017; Skrodzka, *et.al.*, 2021), a identificação de novas estratégias de enfrentamento coletivo frente às adversidades que os membros enfrentam, além do desenvolvimento de habilidades psicossociais relevantes para a melhora da qualidade de vida e a diminuição de relatos de ansiedade e depressão.

Figura 4 - Quadro da evolução da equipe

2018	2019	2020
- 2 bolsistas da Psicologia clínica (graduadas); - 8 voluntárias da Psicologia clínica (graduandas); - 2 bolsistas do Serviço Social; - Assistente Social.	- 2 bolsistas da Psicologia clínica (graduadas); - 8 voluntárias da Psicologia clínica (graduandas); - 2 bolsistas do Serviço Social; - Assistente social.	- 2 bolsistas da frente de Atenção (graduandas); - 2 bolsistas da Psicologia da frente de Prevenção (graduandas); - 12 voluntárias da Psicologia frente atenção e prevenção (graduandas); - 2 bolsistas do Serviço Social; - Assistente Social; - 2 Psicólogos; - 2 professores supervisores.

Fonte: Oliveira et al. (2021)

Em 2021, ainda em plena pandemia, houve um aumento na demanda relacionada as questões de saúde mental e, assim, o NTAPS expandiu suas ações na modalidade *online* para os demais campi da UNESP, passando a atender 34 unidades em 24 campi. Desde então, para suprir tal demanda, a Faculdade de Ciências e Letras (FCL) da UNESP de Assis, passou a colaborar com o NTAPS, com estagiários da graduação e pós-graduação em Psicologia para realizar os atendimentos. Neste mesmo ano, foram contratadas duas psicólogas terceirizadas para atuar como responsáveis técnicas e supervisoras de casos clínicos para os alunos do quinto ano de Psicologia (tanto do curso de Bauru quanto de Assis), além de uma servidora técnica administrativa para realizar serviços de escritório, secretariado e administração.

Em 2022, houve a contratação de mais duas psicólogas terceirizadas, totalizando quatro psicólogas responsáveis técnicas, três líderes de frente (um para cada frente de atuação) e a alocação de mais um estagiário para realizar agendamento dos atendimentos. Também se juntou à equipe uma aluna da Pós-Graduação em Comunicação Social para cuidar das mídias sociais.

Foi criada uma página *online* para os agendamentos dos atendimentos psicológicos, o que anteriormente, era realizado por formulário de inscrição *online*, via *Google Forms*. Para testar as funcionalidades da página, as inscrições foram abertas, primeiramente para os alunos do Colégio Técnico de Bauru para que fizessem a inscrição pela página.

Vale ressaltar que esse período do histórico, atravessado pelo novo corona vírus, trouxe mudanças significativas no campo representacional dos estudantes universitários, objetivadas nas exigências da formação acadêmica e nas ações protetivas no decorrer das diferentes fases e cenários epidemiológicos da pandemia. O risco iminente de adoecimento, transmissibilidade e morte resultaram em incertezas, angústias e medo, além da necessidade de adequação numa perspectiva de enfrentamento da contaminação em massa e colapso dos sistemas de saúde. As novas exigências trouxeram, entre outros desafios, a necessidade de adaptações no cenário universitário com ênfase na proteção dos estudantes, da comunidade acadêmica e da sociedade por meio do ensino remoto. Assim o NTAPS não apenas se manteve funcionando, mas também cresceu durante o período pandêmico.

Objetivo

Realizar um resgate histórico e análise dos dois primeiros anos de implantação do Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial (NTAPS) da UNESP.

Método

Este estudo qualitativo, descritivo e documental teve como finalidade descrever o processo histórico do NTAPS da UNESP, nos seus dois primeiros anos de implantação, iniciando com o projeto piloto.

Aspectos Éticos

Cumpra esclarecer que o projeto de pesquisa foi enviado para o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual Paulista de Bauru, sendo aprovado sob parecer n.º 4.159.171.

Participantes:

Três vice-diretores e quatro profissionais da psicologia que estavam presentes no período da implantação do projeto piloto em 2018. Participaram os vice-diretores da Faculdade de Ciências, da Faculdade de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design, e da Faculdade de Engenharia, sendo 2 participantes do sexo feminino e um do sexo masculino, com média de idade de 51 anos. Quanto aos Psicólogos a média de idade foi de 28 anos, sendo 3 do sexo feminino e um do sexo masculino. Lembrando que os vice-diretores ocupavam estes cargos em 2018, mas as entrevistas foram realizadas em 2022.

Foi utilizado dado documental de três participantes do sexo feminino com média de idade de 19,6 anos que foram usuárias do serviço de atendimento psicológico do NTAPS entre os anos de 2018 e 2019 e deixaram seu depoimento sobre a utilização do serviço.

Coleta de dados

Os dados foram coletados da seguinte forma: com os vice-diretores e os profissionais da psicologia, após explicação sobre os objetivos da pesquisa e mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), foram realizadas entrevistas semiestruturadas, previamente agendadas, na modalidade *on-line*, gravadas pelo *Google Meet*. E os depoimentos dos alunos, foram coletados na base de dados do NTAPS (que estão em formato digital no *Google Drive*), por ocasião da inscrição para atendimento psicológico em sua fase de projeto piloto.

Instrumentos

Foi aplicado um roteiro de entrevista semiestruturado (o mesmo roteiro foi aplicado aos vice-diretores e aos psicólogos) composto por seis questões, sendo estas:

- 1) Na sua visão como surgiu o NTAPS?
- 2) Qual foi a importância do surgimento do núcleo naquele momento?
- 3) Qual foi sua participação no início do projeto?

4) Você acompanhou o desenvolvimento do projeto, na sua opinião como o núcleo se desenvolveu?

5) O que você considera mais importante no núcleo hoje?

6) Você tem sugestões de melhoria para o futuro do projeto?

Análise de Dados

Os procedimentos para análise dos dados ocorreram da seguinte forma: para a análise das respostas das entrevistas, foi utilizado o software IRAMUTEQ (*Software Interface de R pour l'Analyse Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires*) versão 0.7 Alpha 2, que possibilita diferentes processamentos e análises estatísticas de textos.

Para realização da análise pelo *software* foi necessária a preparação do *Corpus*, que é uma construção do pesquisador, elaborada a partir do conjunto de textos. Por exemplo, cada resposta de cada participante a uma pergunta, forma um *Corpus*. Para continuidade das análises o *software* exigiu um tipo de formatação específica para o *Corpus*, ou seja, o texto original dos participantes foi transformado em uma linguagem de programação que pode ser compreendida pelo software e agrupadas as palavras mais frequentes no texto.

Resultados e Discussão

A partir do uso do *software* IRAMUTEQ o *corpus* geral foi constituído por sete textos constituídos em 120 segmentos de textos, sendo que emergiram 4447 ocorrências (vocábulos, palavras ou formas) sendo 1156 palavras distintas e 670 hapax (palavras que aparecem uma única vez) com aproveitamento de 80% dos segmentos de textos.

A partir das análises do IRAMUTEQ também foram obtidas nuvens de palavras, visto que o *software* une os termos que tem a mesma raiz, por exemplo, alunos e aluno, pais e pai, contabilizando apenas a quantidade de raiz das palavras e não suas variáveis.

A *Nuvem de Palavras* é um tipo de análise que em função da frequência de palavras gera uma representação gráfica na qual aquelas que aparecem mais vezes são apresentadas em tamanho maior. As palavras são aglomeradas de modo a formar uma imagem circular (Camargo; Justo, 2013).

Já a análise de similitude é uma representação que se baseia na teoria dos grafos e possibilita ao pesquisador identificar a conexão entre as palavras, e seus resultados mostram quais são os principais grupos de palavras e quais palavras se relacionam. (Camargo; Justo, 2013).

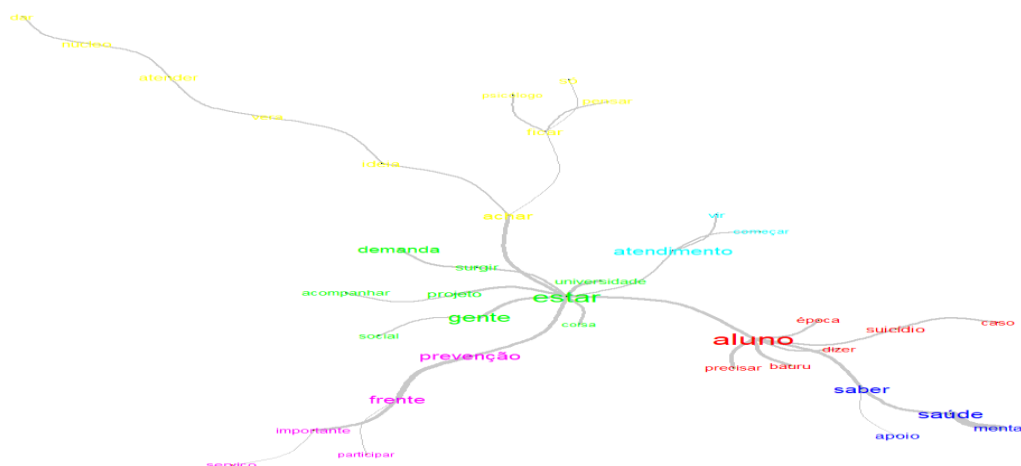
Em relação a primeira pergunta da entrevista sobre o surgimento do Núcleo, com os vicediretores e com os psicólogos, foi obtida a seguinte nuvem de palavras e também a análise de similitude.

Figura 5 – Nuvem de Palavras sobre o surgimento do NTAPS



Fonte: IRAMUTEQ

Figura 6 – Análise de Similitude Questão 1



Fonte: IRAMUTEQ

Observa-se na figura 5 que o discurso dos participantes está totalmente voltado a uma demanda por parte dos alunos para prevenção e atendimento psicológico relacionado aos suicídios ocorridos na época. Outra palavra em destaque é “ideia”, utilizada pelos participantes como o motivo para se criar o NTAPS para atender tais demandas. O surgimento e funcionamento do NTAPS corrobora com a literatura no sentido em que, o ensino superior é um campo de desafio, de novas realidades que serão superadas pelos estudantes (Zochil, Thorsteinsson, 2018; Almeida, Araújo, 2019).

Já na figura 6 pode-se observar que algumas palavras se relacionam entre si. Estas conexões são mostradas nas imagens com cores diferentes, como por exemplo: “aluno” se relaciona com Bauru, dizer, precisar, caso, suicídio e época (cor vermelha). Já a palavra “estar” (cor verde), se relaciona com “gente”, “demanda”, “acompanhar”, “surto”, “projeto”, “social” e “universidade”. Na cor amarelo, a palavra “achar” se relaciona com núcleo, atender, ideia, Vera, ficar e psicólogo.

Abaixo, podemos visualizar exemplos de falas de participantes nessa resposta:

[...] a ideia do NTAPS não é fazer um tratamento, é identificar a demanda [...]
(p.7)

[...] na época um aluno surtou no supermercado [...](p.5)

[...] em Bauru tem a clínica de psicologia, mas quando tentávamos encaminhar algum aluno para atendimento, a resposta era a triagem já foi em fevereiro [...](p. 4)

[...] interessante notar que os três casos de suicídio de Bauru foram três homens negros [...](p.3)

Pensando nos desafios que o ensino superior representa aos jovens, pode-se destacar a importância da vida acadêmica e dos campi no sentido de oportunizar o desenvolvimento psicossocial para seus estudantes, visto que o impacto do ensino superior reflete nas áreas cognitivas (conhecimento, capacidades, competências), sócio emocional (estabilidade e relações interpessoais), identidade (autonomia, autoestima), e na área profissional (empregabilidade e projeto de carreira) e valores (Almeida; Araújo, 2019).

Os autores ressaltam ainda que a entrada no ensino superior provoca mudanças na vida e é uma oportunidade única de aproveitar experiências antes de assumir responsabilidades na vida profissional e social. O sujeito terá que dar novas respostas capazes de superar o conflito, um período de vulnerabilidade, mas também de potencialidades (Erikson, 1976).

Os resultados corroboram com o proposto por Penha, Oliveira e Mendes (2020) que diz que a elaboração de estratégias de atenção à saúde mental destinadas a universitários se torna importante para o processo de formação do estudante e desenvolvimento da instituição, tendo em vista uma assistência numa perspectiva psicossocial, deve compreender seus discentes e coletividades para que possam existir ações promotoras de bem-estar e qualidade de vida.

Os estudantes que demonstram melhor percepção de sua rede de apoio, tendem a apresentar bem-estar psicológico, autoconfiança para suas capacidades cognitivas, competências para resolução de problemas, maior adaptação às relações interpessoais. O efeito de grupo é mais relevante quanto maior for a interação e intensidade das relações. (Almeida; Araújo, 2019).

Segundo Arruda (2022), os dados de suicídio de jovens negros no Brasil são elevados se comparados aos dados de suicídio de jovens brancos, o número é maior em quarenta e cinco por cento. Há ainda informações de que homens, adolescentes e negros são mais suscetíveis a cometer suicídio, contudo, mesmo assim, é um ato imprevisto, e não há um perfil para tal, tendo-se que tomar as medidas possíveis cabíveis para evita tal situação.

Diversas podem ser as causas relacionadas ao suicídio de jovens negros, como ausência de sentimento de pertença; sentimento de inferioridade; violências; isolamento; solidão, (Brasil, 2018), e as várias formas de racismo (individual, estrutural e institucional) e suas consequências.

A segunda pergunta da entrevista foi sobre qual a importância do surgimento do núcleo naquele momento. Em relação as respostas da segunda pergunta, apresenta-se a seguinte nuvem de palavras:

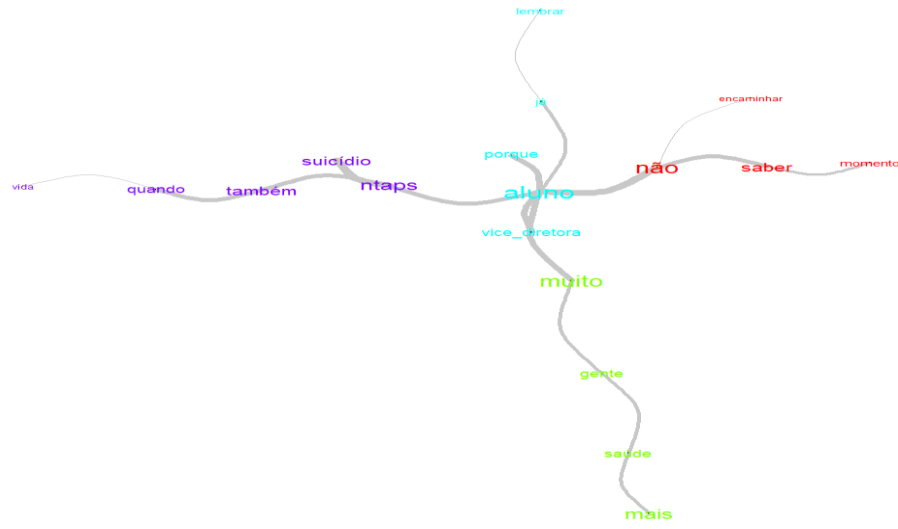
Figura 7 – Nuvem de Palavras Questão 2



Fonte: IRAMUTEQ

Já na figura 8 da análise de similitude apresenta-se as inter-relações entre as palavras.

Figura 8 – Análise de Similitude Questão 2



Fonte: IRAMUTEQ

De acordo com as repostas, pode-se observar que as palavras mais citadas foram: “aluno”, “saber”, “muito”, “não”, “NTAPS”, “suicídio”, “saúde”, “vice-diretora”. É possível inferir que as palavras: “saúde” “suicídio” e “saber” se relacionam com a palavra “aluno”. Pela análise de similitude as repostas ficam mais claras, por exemplo ‘aluno’ se relaciona com “NTAPS”, “suicídio” e “vida” e ainda “aluno” se relaciona com “vice-diretora”, “mais” e “saúde”.

Podemos visualizar exemplos de falas dos participantes que contém tais palavras:

[...] já havia um certo mal-estar generalizado entre os alunos [...] (p.2)

[...] não só naquele momento, o NTAPS deu uma resposta que todo mundo esperava, sabemos quem encaminhar e o que fazer [...] os coordenadores de curso que tem mais proximidade com os alunos sabem para quem encaminhar [...] (p.5).

[...] o depoimento dos alunos foi chocante que não tinham com quem contar [...] (p.7).

[...] o NTAPS deu um apoio uma tranquilidade, mas a gente sabe que não há milagres na área de saúde mental e que suicídios ainda podem acontecer [...] (p.7)

[...] também teve suicídio na Unesp, cada reunião que fazíamos no começo sempre tinha esse assunto de suicídios [...] (p.3).

Aqui fica evidente através da nuvem de palavras e também dos discursos a alta demanda de cuidados em saúde mental por parte dos estudantes da UNESP. Segundo revisão integrativa de Penha, Oliveira e Mendes (2020), a produção científica sobre a saúde mental dos universitários cresceu a partir de 2010 evidenciando a vulnerabilidade do estudante universitário para o adoecimento mental e prejuízos a curto, médio e longo prazo.

Segundo Veloso *et. al* (2019) as cobranças da vida acadêmica podem afetar o desempenho estudantil e trazer consequências negativas onde se evidencia um desequilíbrio emocional e ou sentimento de inabilidade para resolução de conflitos o que pode desencadear problemas de saúde mental tendo como consequência o suicídio. Segundo os autores o comportamento suicida refere-se à conduta da pessoa que busca se ferir ou se matar. A ideação suicida faz parte do espectro do comportamento suicida, que inclui ainda o planejamento para suicídio, tentativa de suicídio e suicídio em si. Os autores discorrem sobre a temática em 2019, momento em que também o NTAPS estava discutindo como promover e prestar cuidados de saúde mental para seus discentes a fim de evitar suicídios. Os dados encontrados sobre a importância do surgimento do NTAPS naquele momento corroboram com os achados destes autores que reforçam a importância de criar estratégias de intervenção nas universidades para promover o bem-estar dos estudantes.

Estudo de Castrillón, Buitrago e Tamayo (2022) que estudou a população universitária da Colômbia, concluiu que os universitários são uma população com alto risco de suicídio devido aos fatores de risco e que requerem uma intervenção com urgência. Aqui percebe-se que não somente no momento do surgimento do NTAPS, mas ao longo dos anos de existência do NTAPS, o tema do suicídio esteve presente e vem sendo pesquisado e discutido por diversos autores em todo o mundo, sempre com a conclusão que é necessária uma proposta de intervenção. Assim são tão importantes as discussões sobre o suicídio quanto elaborar dispositivos para que os suicídios não sejam ignorados (Arruda, 2021).

Em relação a terceira pergunta que foi sobre qual a participação individual de cada um no início do projeto, obteve-se a seguinte nuvem de palavras:

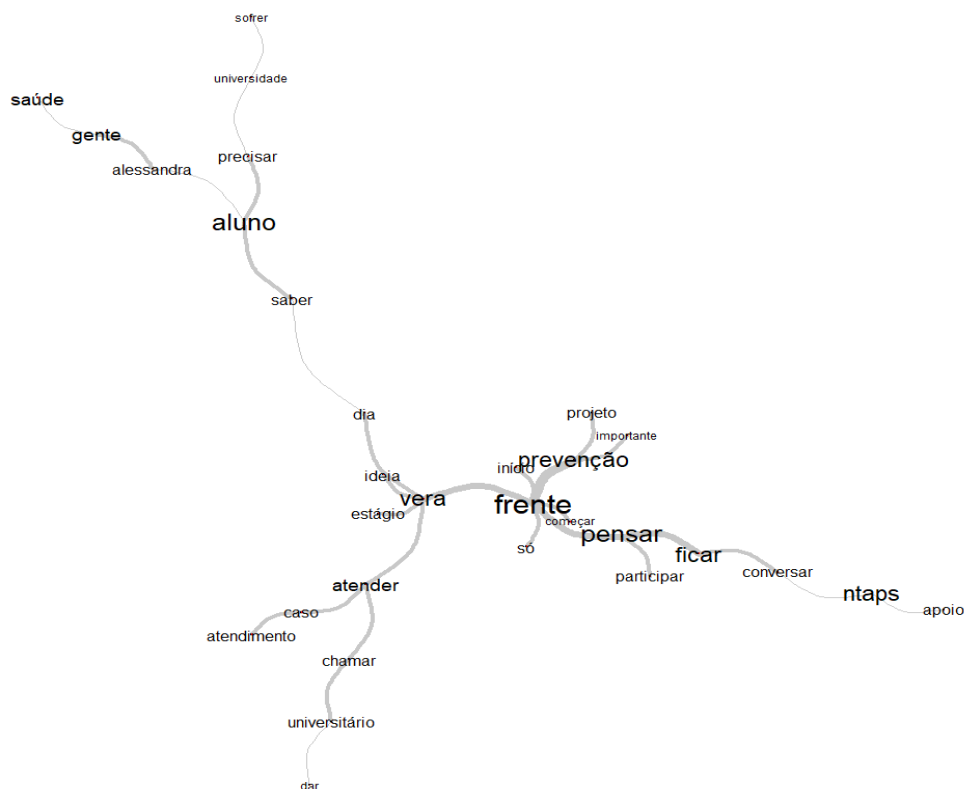
Figura 9 – Nuvem de Palavras Questão 3



Fonte: IRAMUTEQ

E na análise de similitude podemos visualizar a seguinte imagem:

Figura 10 - Análise de Similitude Questão 3



Fonte: IRAMUTEQ

Nesta questão, as palavras mais citadas foram: “Vera”, “frente”, “aluno”, “pensar”, “NTAPS”. Aqui, infere-se que os participantes ajudaram a pensar o NTAPS e a frente de prevenção, além de como seriam os atendimentos. Na análise de similitude, observa-se que a palavra “Vera” se relaciona com “ideia”, “estágio”, “atender”, “caso” e “universitário”. E a palavra “frente se relaciona com “pensar”, “prevenção”, “ficar”, “apoio”, “importante”, “projeto”, “conversar”, “participar”, que se exemplifica nos discursos abaixo:

[...] a Vera conseguiu orçamentos para comprar violão e algumas coisas assim, e nesse começo a gente pensou muito sobre o que seria uma possível frente de prevenção [...] (p.6)

[...] Ai eu lembro que a gente conversou em conjunto com o IEP3 e a professora Alessandra, não foi ideia de uma pessoa só, mas a Vera abraçou [...] (p.3)

[...] surgiram muitas discussões nas aulas da Vera, um dia a Vera chamou se alguém poderia ajudar, eu já estava atendendo universitários então me prontifiquei [...] (p.6)

[...] como ainda não tinha esse modelo de divisão em frentes, minha participação foi no atendimento individual [...](p.1)

[...] foi importante para minha formação entender como pensar algo de prevenção em contexto institucional, pois a Unesp é grande [...] (p.2)

A entrada na universidade pode representar momento de desafios para universitários, visto que além do desempenho pessoal, acadêmico e social, demanda maturidade, tempo, dedicação e autonomia. Contudo, quando existem dificuldades relacionadas a essas demandas pode-se observar sentimentos de preocupação, incerteza e fracasso que podem progredir para pensamentos depressivos e ideias de acabar a própria vida. (Veloso, *et. al* 2019; Castrillón, Butrago, Tamayo, 2020; Arruda, 2021).

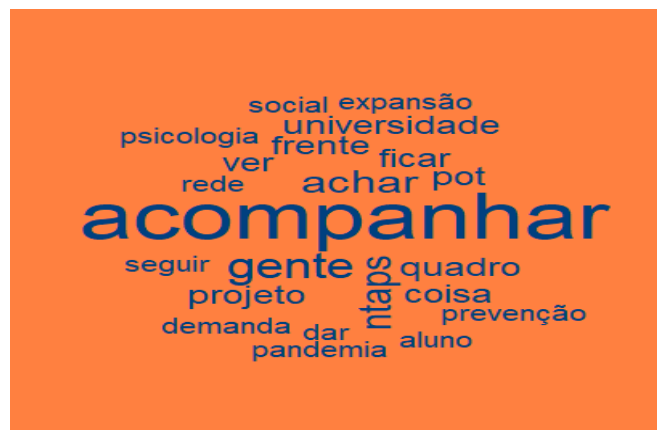
Por isso, as pessoas que estavam pensando o NTAPS, (não só pensando, mas também colocando em prática as atividades do Núcleo) além de pensar em atendimento psicológico de urgência e emergência elaboravam também como seriam ações preventivas na área da saúde mental. Enquanto alguns profissionais se focavam no atendimento psicoterápico individual, outros profissionais se dedicavam a criar uma frente de prevenção que pudesse atuar com toda comunidade acadêmica.

Souza *et. al* (2020) descrevem sobre um serviço de atendimento psicológico criado e inaugurado no primeiro semestre de 2019 para estudantes de Enfermagem de uma universidade pública, que oferece acolhimento e intervenções nas modalidades individual e grupal. Contam ainda que o serviço é coordenado por um docente e que as atividades são desenvolvidas por alunos da Pós Graduação com o objetivo de escuta e de prevenção ao sofrimento psíquico. Interessante notar as semelhanças entre este serviço e o NTAPS e o surgimento de ambos na mesma época, o que mostra que a UNESP assim como outras universidades estavam atentas as necessidades dos alunos em termos de saúde mental.

A menção à: a Vera conseguiu orçamento para compra de violão, etc, demonstra os esforços da vice-diretoria para implantação do Núcleo. Os esforços não foram somente em pensar o Núcleo, mas também em buscar parcerias e recursos.

Na questão de número 4 sobre como acompanhou o desenvolvimento do NTAPS, obteve-se as seguintes figuras:

Figura 11 – Nuvem de Palavras Questão 4

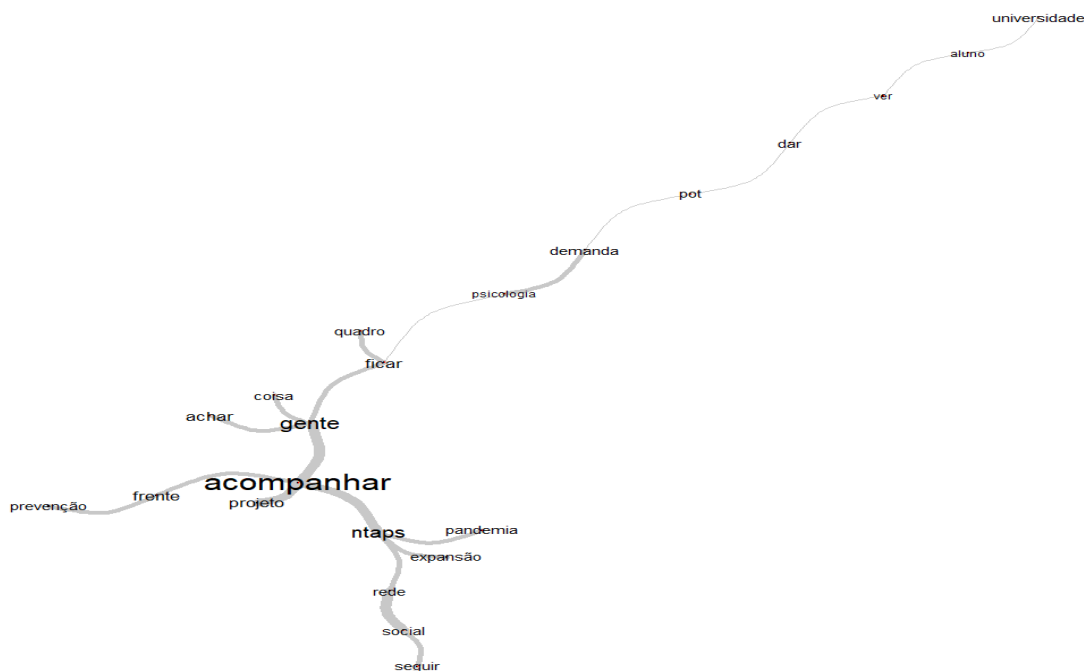


Fonte: IRAMUTEQ

A palavra em destaque é “acompanhar”, visto que a questão era sobre o acompanhamento do desenvolvimento e crescimento do NTAPS, inferindo-se essa relação entre acompanhar e NTAPS.

Contudo na análise de similitude (Figura 12) observa-se que “acompanhar” está relacionado com “projeto”, que no caso é o próprio NTAPS, além de “NTAPS” e “gente”. A palavra “gente” também está relacionada com “expansão” e “pandemia”, o que se refere a atuação e expansão do NTAPS durante a pandemia.

Figura 12 – Análise de Similitude Questão 4



Fonte: IRAMUTEQ

Abaixo exemplifica-se os resultados a partir das falas dos participantes:

[...] o que sei é que houve essa expansão, acompanhei mais a frente de prevenção [...](p.2)

[...] acompanhei sim o desenvolvimento foi rápido [...](p.3)

[...] acompanhei mais através de relatórios, mas é visível a necessidade desse pessoal que está chegando receber apoio psicossocial [...](p.4)

[...] existe um choque entre ensino médio e universidade [...](p.1).

O serviço de plantão psicológico existia na UEPB desde 1960, contudo a partir de 2015 foi reconfigurado e passou a ser porta de entrada para a Clínica-Escola de Psicologia. Na modalidade de projeto extensionista passou por expansão entre os anos de 2017 a 2019. As ações deste projeto discutem sobre o serviço do plantão de escuta psicológica como serviço de acolhimento e cuidado para a promoção e prevenção da saúde mental. Em 2017 surgiu também como proposta o serviço de Aconselhamento Psicológico (Costa, *et. al*, 2020). Este relato demonstra que atendimento em

formato de plantão apesar de existente em longa passou por reformulação e expansão, assim como o NTAPS que desde seu surgimento passou por expansão ao longo dos anos. Mesmo não tendo um serviço de plantão em seu início o NTAPS procurou atender todas as demandas emergenciais através de seus profissionais ou de encaminhamentos.

A quinta pergunta foi sobre o que considera mais importante no núcleo hoje, obtendo-se as seguintes imagens:

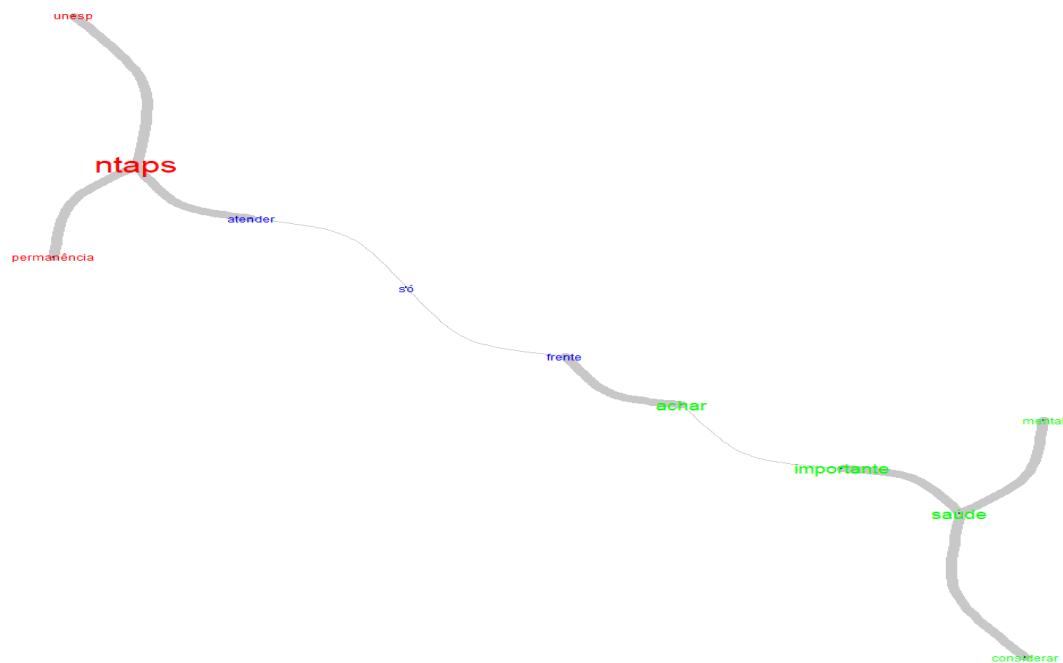
Figura 13 – Nuvem de Palavras Questão 5



Fonte: IRAMUTEQ

Nesta questão, a palavra central foi “NTAPS”, e outras palavras mais citadas também foram: “importante”, “atender”, “achar”, “frente”, “considerar”. As palavras “saúde” e “mental” aparecem separadas devido a leitura do software, mas, com relevância para a expressão que seria “saúde mental”. E pela primeira vez aparece com destaque a palavra “permanência”, referindo-se à permanência estudantil.

Figura 14 – Análise de Similitude Questão 5



Fonte: IRAMUTEQ

Já na análise de similitude, fica mais clara e definida a relação da palavra NTAPS com “UNESP” e “permanência”, e, em outro grupo, aparecem as palavras “atender”, “só” e “frente”, além de outro grupo que ainda aparecem as relações ente “achar”, “importante”, “saúde”, “mental” e “considerar”. Exemplos de discursos:

[...] desde 2021 ele tem alcance maior da permanência, mas não só de alunos da permanência [...] (p.7)

[...] acho que todas as frentes são importantes juntas, acho que se fosse só uma frente de prevenção ou assistencial não teria eficiência [...] (p.5)

[...] considero importante qualquer projeto que pretende lidar com a saúde mental [...] (p. 3).

[...] considero importante a existência do ntaps assim como existem outros serviços de saúde na Unesp, exemplo odontologia [...] (p.2)

Nessa questão, sobre o que considera mais importante no NTPAS hoje, as respostas dos participantes foram variadas: consideram o mais importante que o NTAPS está alinhado com políticas públicas (atender alunos da permanência estudantil), também destacam como importante pois é considerado um serviço de saúde da UNESP, como por exemplo as clínicas de odontologia da UNESP, é relevante que alguém, algum núcleo dentro da universidade olhe e cuide da questão da saúde mental, e também é importante porque atua de formas distintas com prevenção e assistência à saúde mental.

A prevenção tem como objetivo reduzir dos riscos de doenças, enquanto o tratamento refere-se à assistência àqueles que já apresentam algum transtorno mental. Nesse modelo, promoção, a prevenção e o tratamento são percebidos como estratégias complementares. (Abreu, Murta, 2018). O NTAPS desde o início sempre atuou com atividades preventivas e com atendimentos psicológicos proporcionando essa complementaridade de serviços, além de atuar também com pesquisa e extensão.

Pesquisa de Abreu e Murta (2018) entrevistou pesquisadores em prevenção em saúde mental no Brasil e estes apontaram desafios para o avanço da área no país. A produção de conhecimento em prevenção em saúde mental no Brasil, segundo os pesquisadores pode se beneficiar de um amplo conjunto de medidas incluindo: a integração das áreas de pesquisa e extensão, maior comunicação com outras áreas do conhecimento, criação de medidas de avaliação adequadas à cultura brasileira, e o ensino de prevenção na graduação.

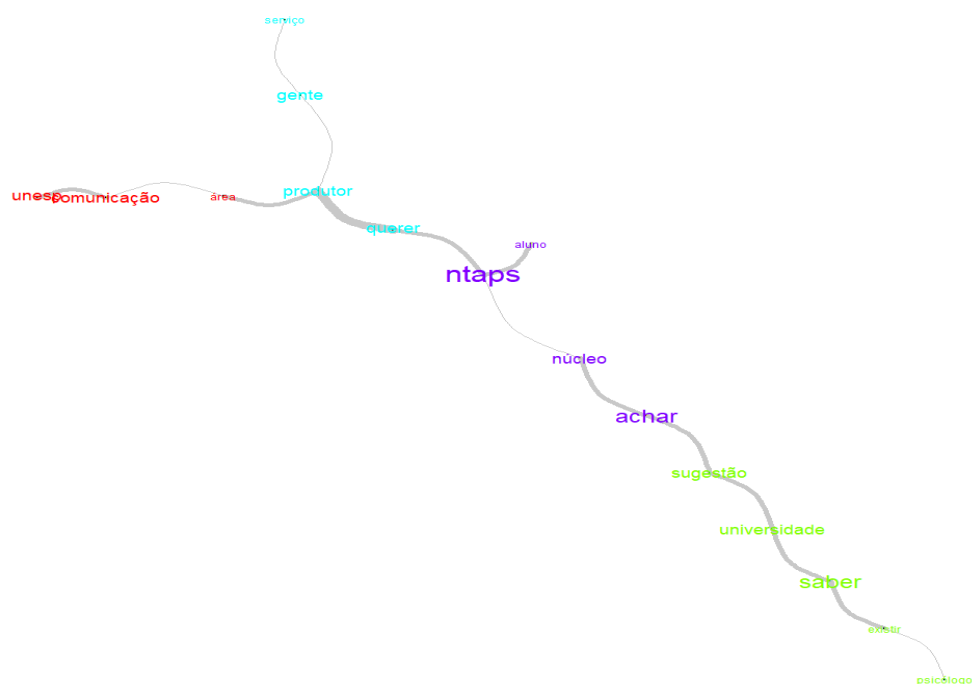
Na sexta pergunta, sobre as sugestões de melhorias para o NTAPS, obteve-se a seguinte nuvem de palavras.

Figura 15 – Nuvem de Palavras Questão 6



Fonte: IRAMUTEQ

Figura 16 – Análise de Similitude Questão 6



Fonte: IRAMUTEQ

Na nuvem de palavras observa-se que as palavras mais citadas são: “achar”, “saber”, “universidade”, produtor”, “psicólogo” e “NTAPS”, que podemos visualizar nos discursos abaixo:

[...] eu queria muito que na equipe a gente tivesse um produtor de material didático [...] (p.7)

[...] os alunos eu encaminho para o ntaps, hoje a gente tem essa oferta maior de profissionais [...] (p.5)

[...] outra sugestão é integrar melhor o curso de psicologia de Assis e de Bauru e melhorar a divulgação a NTAPS. (p.1)

[...] acho que a expansão foi bem bacana, mas acho que deveria ter subnúcleos nas outras Unesp [...] (p.3)

[...] a universidade é esse local histórico do saber [...] (p.4)

Aqui também houve respostas variadas sobre sugestões de melhorias para o NTAPS. Uma das sugestões que foi de melhorar a divulgação do Núcleo, já veio ocorrendo nos anos de 2022 e 2023 com ampliação da equipe de comunicação e também com ampliação do alcance das redes sociais e de parcerias dentro da universidade com coletivos, agremiações, etc.

A integração da equipe com o curso de Psicologia de Assis, também foi gradualmente acontecendo nos últimos anos. A sugestão do NTAPS ser produtor de material didático também aconteceu, pois, o NTAPS produziu a cartilha de Saúde de Mental, destinada aos servidores da universidade, bem como constantemente ocupa esse lugar do saber tanto para leigos, onde produz informações através dos eventos e das redes sociais bem como ocupa um lugar de saber científico sobre saúde mental através da publicação de artigos científicos.

Sobre a oferta maior de profissionais realmente o NTAPS expandiu e também capacitou sua equipe para continuar prestando um serviço de excelência.

Segundo Garcia, Capellini e Manente (2023) entre as queixas mais frequentes dos alunos que procuraram atendimento no NTAPS nos anos de 2020 e 2021 destacam-se os transtornos

mentais com sintomas ansiosos e/ou deprimidos, seguidas por questões relacionadas às vinculações afetivas, luto e socialização, por a expansão e capacitação estiveram presentes no NTAPS para lidar com as demandas existente.

Sobre a sugestão de subnúcleos, o NTAPS tem alcançado as 34 unidades de forma remota e também com visitas técnicas presenciais e atividades locais atendendo a demanda e especificidade de cada unidade.

Para Machado (2022) na Universidade Federal Fluminense – UFF também existem iniciativas desenvolvidas para atuar na temática de saúde mental do estudante, e a partir dos anos de 2018 e 2019, houve uma necessidade de intensificação da atenção ao estudante demandando maior olhar para os serviços de psicologia. Outro dado que corrobora com o surgimento e a importância do NTAPS.

Condições socioeconômicas precárias, desemprego, falta rede de apoio, falta de habitação, e trabalho informal, estão entre os principais riscos à saúde mental de adultos brasileiros (Abreu, Murta, 2018), sendo que nestas condições também se encontra a população universitária que por muitas vezes não consegue conciliar trabalho e estudo, (tendência a encontrar trabalho informal), outras vezes não possui habitação procurando a moradia da universidade e não possui rede de apoio buscando também sua rede dentro da universidade. Tornando assim a Universidade responsável por olhar, cuidar e prevenir o adoecimento mental dos estudantes. Esse papel tem sido feito, sem dúvida, com maestria pelo NTAPS.

Em relação aos depoimentos dos alunos atendidos no NTAPS, colhidos do banco de dados do núcleo da UNESP, abaixo são apresentados três relatos, dois de atendimentos de 2018 e um de 2019.

[...]Bom dia, o atendimento psicológico do NTAPS começou quando eu estava passando por um momento muito conturbado na minha vida, então fiquei no atendimento um pouco mais de um ano, o que foi muito bom, pois, como comentei, era de extrema importância naquele momento. Eu tinha medo de participar, não sabia como seria e nunca tinha tido contato com nenhum atendimento psicólogo. A Verinha, inclusive, foi a pessoa que mais me auxiliou nesse primeiro momento. Eu quase desisti de ir, mas ela me apoiou nesse sentido. No começo eu faltei algumas vezes, até porque estava em uma fase que não conseguia sair de casa,

não estava mais indo nas aulas, basicamente só ficava na cama. Como o programa estava no começo, havia bastante possibilidade de horário e atendimento. Morava na moradia e muitos começaram o atendimento nessa época também. No começo, meu atendimento era individual, foi um processo. Depois ela me propôs um grupo. Um ponto positivo, é que alguns assuntos me sentia mais confortável de falar no grupo por ser apenas mulheres. Ao participar do programa tive a oportunidade de conhecer como funciona o atendimento psicólogo e quebrar muitas construções que eu tinha até então de um atendimento e só consegui perceber isso participar do NTPAS [...] (D1-2018).

[...]Minha experiência foi muito boa, senti muita profissionalidade da parte da psicóloga que me atendeu. Gostei do método que foi usado também, pois aprendi mais sobre mim no processo e como lidar com as crises de ansiedade e até evitá-las (D2-2018).

[...]A experiência do processo de acolhimento psicossocial do NTAPS foi extremamente importante para o meu desenvolvimento pessoal, eu me senti muito bem, descobri coisas muito importantes sobre mim. A psicoterapeuta foi essencial em tudo isso e suas perguntas me provocaram reflexões intensas que desencadearam mudanças de comportamento para algo bem melhor. As pessoas que me acolheram foram muito cuidadosas e pacientes, me deixando tranquilo em todo o processo. Fico muito feliz de ter sido atendido por vocês! [...] (D3-2019).

Os alunos que voluntariamente deram seu depoimento sobre o processo de atendimento psicológico no NTAPS nos primeiros anos do Núcleo concluíram que: foi uma experiência positiva e importante para sua vivência pessoal, tanto no atendimento individual quanto grupal.

Observa-se através dos relatos que estes mencionam momentos conturbados da vida (que podem estar ou não relacionados com a vivência acadêmica), mencionam residir na moradia estudantil, o que indica a utilização de políticas públicas, mencionam a importância das reflexões

e autoconhecimento proporcionado pelo NTAPS. Vale ressaltar também que todos demonstram o bom atendimento prestado pelos psicólogos, além de gratidão ao Núcleo.

Considerações Finais

De acordo com o objetivo proposto de realizar um resgate histórico e análise dos dois anos de implantação do NTAPS, pontos importantes sobre qual foi a demanda que culminou com o surgimento deste Núcleo, qual foi a importância do Núcleo na época do início e também da relevância do Núcleo no momento em que estas entrevistas foram realizadas, qual foi a contribuição de cada um dos participantes no início, como acompanharam o Núcleo e sugestões de melhorias foram levantados. Em toda história do Núcleo fica nítida sua expansão inicial e também sua expansão aos demais campi e que estes movimentos de crescimento ainda estão acontecendo prevendo-se maior alcance e mais ações condizentes com seus objetivos. Os depoimentos dos alunos atendidos também servem para mostrar os resultados que não são apenas numéricos, mas de um trabalho de qualidade e de relevância para toda UNESP.

Este estudo não pretende esgotar todas as possibilidades, visões e demandas futuras que ainda virão. Importante ressaltar que as respostas foram coletadas em 2022, então os participantes puderam contar um pouco também sobre a expansão do núcleo que ocorreu em 2021. Os limites do estudo estão na opinião das pessoas entrevistadas sobre a implantação do núcleo. Com certeza, ficam lacunas que abrem novas possibilidades de estudos sobre o desenvolvimento e encaminhamento do Núcleo após o período estudado.

ESTUDO 2

SAÚDE MENTAL E HABILIDADES SOCIAIS DE UNIVERSITÁRIOS

RESUMO

Estudantes universitários passam por transições da adolescência para a vida adulta. Essas transições podem acarretar dificuldades e problemas relacionados à sua saúde mental. Sabe-se que as habilidades sociais são preventivas em questões de saúde mental. Assim, este estudo teve como objetivo avaliar o efeito do treinamento de habilidades sociais em grupo de universitários para indicadores de saúde mental (ansiedade e depressão), fobia social e habilidades sociais. Nesse sentido, o método foi experimental quanti-qualitativa e foram realizados 4 grupos de encontros *online*, sendo um grupo controle e um grupo experimental, e após o término, mais 1 grupo controle e um grupo experimental com um total de 12 participantes com média de idade de 19,9 anos, sendo 2 participantes do sexo masculino e 10 do sexo feminino. Cada grupo participou de 12 sessões de intervenção com duração de duas horas semanais. Foram aplicados cinco testes psicológicos pré e pós intervenção para mensuração de resultados. Os resultados pós intervenção e de seguimento (realizado após seis meses) demonstraram melhoras para índices de habilidades sociais, fobia social, e sintomas de ansiedade e depressão.

Palavras-chave: Fobia Social; Ansiedade; Depressão; Habilidades Sociais.

ABSTRACT

College students go through transitions from adolescence to adulthood. These transitions can lead to difficulties and problems related to your mental health. It is known that social skills are preventive in mental health issues. Thus, this study aimed to evaluate the effect of social skills training in a group of university students on mental health indicators (anxiety and depression), social phobia and social skills. In this sense, the methodology was experimental quantitative and qualitative and 4 groups of online meetings were carried out, being a control group and an experimental group, and after the end, another 1 control group and an experimental group with a total of 12 participants with an average of age of 19.9 years, with 2 male and 10 female participants. Each group participated in 12 intervention sessions lasting two hours a week. Five pre- and post-intervention psychological tests were applied to measure results. Post-intervention and follow-up results (performed after six months) demonstrated improvements in social skills scores, social phobia, and symptoms of anxiety and depression.

Key-words: social phobia; anxiety; depression; social skills.

INTRODUÇÃO

O desenvolvimento do jovem adulto precisa considerar a dimensão social de sua existência, o que envolve a aquisição de habilidades que permitem estabelecer comportamentos relacionais e inserção na vida social e profissional. Os jovens estudantes que ingressam no ensino superior estabelecem relações sociais, mas grande parte deles não consegue estabelecer relacionamentos adequados devido a lacunas na aquisição das habilidades comunicacionais necessárias. Considera-se que para aquisição dessas habilidades será necessário treino, o qual pode proporcionar desenvolvimento de personalidade social, de padrões de relacionamento interpessoal e de comunicação assertiva (Jardim, 2010).

Leme *et. al* (2019) em estudo sobre habilidades sociais e prevenção ao suicídio compreenderam que os ambientes educativos podem ser competitivos e individualistas, gerando assim, o que pode ser mais um fator de risco ao suicídio, como os fatores já conhecidos: intenções suicidas, depressão, ansiedade, uso nocivo de drogas, relações conflituosas com familiares e pares românticos, bullying e homofobia, pobreza, falta de suporte familiar e social, falta de cuidados preventivos de saúde mental. Como conclusão, o estudo obteve que as habilidades sociais atuam no empoderamento dos jovens, sendo importante a existência de espaços de reflexão sobre as relações interpessoais que causam sofrimento psíquico nas universidades.

Dificuldades na área de aprendizagem e rendimentos foram encontradas por estudantes por causa de uma relação distante com professores e falta de pensamento crítico. Há também dificuldades do próprio estudante em se organizar perante ao ensino menos estruturado e com diversas metodologias que exigem autonomia diferentemente dos estudos anteriores. Estas características mais dificultosas são mais comuns nos ingressantes de primeiro e segundo ano da universidade (Almeida, 2019).

Nesse contexto, considerando a população universitária um grupo de importante investimento social, em virtude das funções que desempenharão para o desenvolvimento do país, empreender estudos e produzir conhecimento nessa área, representa investir na qualidade da formação dos futuros profissionais, uma vez que, pensar em estratégias de promoção de bem-estar e qualidade de vida do universitário, focando-se nas vulnerabilidades e

potencialidades, pode contribuir para que as metas pessoais, profissionais e institucionais sejam alcançadas. (Jardim, 2010; Penha; Oliveira, Mendes, 2020).

No que diz respeito às vivências dos ingressantes na universidade, há que se considerar os desafios relacionados as dificuldades acadêmicas, institucionais, social e pessoal. As transformações sociais envolvem novas formas de se relacionar com a família (sobretudo, para aqueles que ingressam em estudos em outra cidade), com novos colegas, professores e figuras de autoridade.

Alguns estudantes podem apresentar dificuldade extrema de comunicação, a chamada fobia social. De acordo com DSM-V (2013), a Fobia Social ou também chamada de Transtorno de Ansiedade Social é definida por medo ou ansiedade aumentada ou desproporcional a situação real. Este medo ocorre por exemplo quando o indivíduo é exposto a situações sociais como manter conversar, dar uma palestra, ser observado por outras pessoas ou até mesmo comer em público. (Apa, 2013).

Considerando que a pessoa habilidosa socialmente discrimina corretamente o desempenho esperado, enfatiza-se ainda mais os efeitos de uma intervenção comportamental com treinamento de habilidades sociais sobre o repertório de universitários com fobia social (Rocha; Bolsoni-Silva, Verdu, 2012).

A definição de habilidades sociais não é única na literatura (Rocha, Bolsoni-Silva; Verdu, 2012). Para alguns autores, habilidade social é a forma como o indivíduo expressa opiniões, valores, sentimentos no contexto interpessoal, além da capacidade de resolução de problemas (Caballo, 1996). Para outros, habilidades sociais são os comportamentos sociais emitidos pelo indivíduo diante das demandas de uma situação interpessoal específica de acordo com o comportamento que já foi aprendido pelo indivíduo (Del Prette, 1999). Por habilidades sociais entende-se que o termo é diferente da definição de competências sociais, sendo que o primeiro se refere a classes de comportamentos sociais do repertório do indivíduo para lidar com as situações e o segundo termo é uma avaliação dos efeitos do desempenho das habilidades no contexto social (Del Prette; Del Prette, 2013). Pesquisa de Brandão (2016) realizada com 305 universitários, concluiu que estudantes com mais habilidades sociais têm menos propensão a apresentar problemas de saúde mental, justamente por ter maior habilidade para lidar com os desafios da fase universitária.

Bolsoni-Silva e Loureiro (2015), Del Prette e Del Prette (2003) e Ribeiro e Bolsoni-Silva (2011) demonstraram em suas pesquisas que parte das dificuldades dos universitários decorrem de suas interações sociais, como por exemplo, fazer amizades, procurar emprego, resolver problemas, e que a universidade pode ajudar seus estudantes a lidar com tais demandas com a promoção de saúde mental por meio do ensino de repertórios de habilidades sociais.

Segundo Bolsoni-Silva (2019) o ensino deste repertório logo nos primeiros anos da graduação pode ajudar o estudante universitário a enfrentar as demandas acadêmicas e interpessoais, evitando problemas de saúde.

É importante estar atento à formação dos futuros profissionais, pois deve-se levar em conta o que os estudantes esperam do curso e o quanto são formados para ser socialmente habilidosos. Ingressar na Graduação é um processo multidimensional, no qual é exigido do estudante não apenas um processo de aprendizagem, mas a habilidade de gerenciar novos relacionamentos. Estudo como o de Espírito e Castro (2011) mostram a importância do investimento institucional nos aspectos relacionais e não somente nos aspectos pedagógicos (Nogueira, *et. al.* 2020).

Para Otalavaro *et. al* (2022) as habilidades sociais são o estabelecimento de relações interpessoais com sucesso com os outros, desenvolvimento em contexto individual e grupal, a expressão de sentimentos, atitudes, desejos e opiniões, e a presença de comportamentos assertivos. Entre as situações sociais também está o alcance dos objetivos acadêmicos. Em sua investigação constatara, que os alunos com alto nível acadêmico são menos retraídos, ou seja, apresentam repertórios maiores que lhes permitem integrar com o contexto e seus pares. Os autores postulam ainda que o comportamento social tem relação com o desempenho acadêmico, visto que, a interatividade com os colegas e com o professor favorece a aprendizagem cooperativa.

Santamaria e Valdés (2017) mencionam que existe uma relação concreta entre fatores de habilidades sociais e de inteligência emocional sobre o rendimento acadêmico. Tais estudos apresentam como conclusões que o universitário que desenvolve comportamentos de interação social negativa, apresenta pouco interesse em capacitação intelectual e no alcance de boas conquistas acadêmicas e, já pelo contrário, alunos com repertórios sociais tem melhor adaptação

ao ambiente e interação com colegas e professores, o que estabelece recursos que permitem uma boa performance acadêmica.

O estudo de revisão de Oliveira *et. al* (2023) disserta sobre políticas e práticas para a população universitária e considera que as intervenções voltadas para a promoção de habilidades foram promotoras de novas habilidades sociais e saúde mental nos universitários, indicando maior necessidade desse tipo de intervenção para esta população.

Na UNESP de Bauru, existe o programa Promove-Universitários, que desde 2003 tem como intuito ajudar os universitários a lidar com dificuldades acadêmicas e interpessoais. Esse programa é desenvolvido em estágio supervisionado no Centro de Psicologia Aplicada da UNESP, gerando muitos atendimentos individuais e em grupo e também pesquisas que atestaram que universitários melhoraram suas habilidades sociais, bem como, reduziram índices de problemas de ansiedade e depressão com manutenção destes, após seis meses do término (Bolsoni-Silva, 2019).

O Promove-Universitários está descrito em Bolsoni-Silva (2009) e prevê sessões de avaliação via entrevista, questionário e inventários que permitem identificar *déficits* e potencialidades em habilidades sociais, bem como indicadores de saúde mental. A intervenção propriamente dita, tem a duração de 12 a 14 encontros de 2 horas, que pode ser conduzida em grupo ou individualmente. Após o término da intervenção, nova avaliação é conduzida de forma a verificar os ganhos.

Sendo assim, justifica-se este estudo, para que o protocolo do Promove-Universitários possa ser aplicado aos estudantes que procuram o Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial da UNESP (NTAPS), com queixas relacionais ou sociais, contribuindo socialmente para que os estudantes com mais habilidades sociais, com menos queixas emocionais e menos indicadores de ansiedade e depressão possam ser melhores profissionais para a sociedade, retornando assim, a contribuição da sociedade que paga pelo estudo destes alunos em universidade pública.

OBJETIVO

Avaliar o efeito do treinamento de habilidades sociais em grupo de universitários para indicadores de saúde mental (ansiedade e depressão), fobia social e habilidades sociais.

MÉTODO

O delineamento é experimental quanti-qualitativo.

Aspectos Éticos

Cumprе esclarecer que o projeto de pesquisa foi enviado para o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual Paulista de Bauru, sendo aprovado sob parecer n.º 4.159.171.

Participantes:

Doze alunos da UNESP - Campus de Bauru que procuraram atendimento psicológico pelo NTAPS. Estes alunos se inscreveram para atendimento individual, mas foram convidados a participar dos grupos, sem excluir-se a possibilidade de receber atendimento individual após as sessões em grupo, caso ainda fosse necessário.

Os estudantes quando se inscrevem para atendimento no NTAPS fornecem informações pessoais e também o motivo (queixa) pelo qual procurou o serviço. Após as inscrições e análise das informações fornecidas identificou-se estudantes com perfil para participar do programa de habilidades sociais. Os critérios estabelecidos para inclusão dos participantes foram: estar cursando primeiro e segundo ano da graduação e os critérios para exclusão foram: não estar em tratamento para depressão grave e ou em tratamento medicamentoso para depressão.

Assim, por meio de sorteio, foram formados 4 grupos, sendo 2 grupos experimentais e 2 grupos controle. Participaram no total 12 estudantes, sendo 10 do sexo feminino e 2 do sexo masculino, sendo a média de idade de 19,9 anos.

Instrumentos utilizados para a coleta de dados:

- a) IHS II – Inventário de Habilidades Sociais**– é um instrumento de autorrelato para avaliação de habilidades sociais que permite caracterizar o desempenho social em diferentes situações (trabalho, escola, família, cotidiano), ou seja, possibilita aferir o repertório de habilidades sociais usualmente requeridas em diversas situações interpessoais cotidianas, oferecendo diagnóstico para uso na clínica, na educação, na seleção de pessoal e no treinamento profissional. O IHS II é um inventário composto por frases de

comportamento habilidosos e não habilidosos socialmente. São 38 itens, e para cada item o participante deve responder o que aquela frase significa para ele. As opções de respostas são: Letra A) Nunca ou Raramente, Letra B, com pouco frequência, Letra C, com regular frequência, Letra D, muito frequentemente ou Letra E sempre ou quase sempre. A aplicação do teste foi realizada de forma remota devido a pandemia de corona vírus, contudo a pesquisadora comprou os testes, fez a leitura das perguntas e as opções de respostas, assinalando as respostas escolhidas pelos participantes. Além de avaliar o escore total de respostas, o IHS avalia também os fatores de melhoria de habilidades, por exemplo, o Fator 1 - F1-Comunicação Assertiva, F2- Abordagem Afetivo Sexual, F3-Expressão de Sentimento Positivo, F4-Autocontrole/Enfrentamento e F5-Desenvoltura Social. Para a correção do instrumento foi utilizado o site da Pearson Clinical, (https://testes.pearsonclinical.com.br/users/sign_in), que disponibiliza a correção automatizada para quem comprou as versões impressas do teste. As características psicométricas do IHS-II foram atualizadas por uma amostra composta por 4.250 participantes de ambos os sexos com idade entre 18 e 59 anos ($M = 35,85$; $DP = 11,33$; 51,1% mulheres). Todos obtiveram bons indicadores de precisão, alfas superiores a 0,774, e indicadores de invariância dos parâmetros da medida em função dos sexos e faixas etárias. Os resultados sugerem que o inventário é uma medida de habilidades sociais adequada para uso profissional e pesquisa. (Del Prette, Del Prette, Peixoto, 2023).

- b) *Inventário de Fobia Social (Mini-Spin)*:** versão abreviada do Inventário de Fobia Social SPIN (CONNOR; et al., 2001). É um inventário autoaplicável composto por três itens que avaliam evitação e medo de constrangimento. O escore total desta escala varia de 0 a 12 pontos. Pontuação igual ou superior a seis sugerem a presença da fobia social generalizada. Foi realizado um estudo de confiabilidade teste-reteste do Mini-SPIN em 192 pessoas de uma Organização Não-Governamental (ONG). A análise da confiabilidade foi feita com estratificação por gênero e escolaridade, utilizando-se o coeficiente kappa ponderado. Os resultados mostraram uma confiabilidade “quase

perfeita” para cada um dos itens do inventário. Não ocorreram diferenças significativas nos valores do kappa ponderado em relação ao gênero (homens; κ^2 entre 0,82 a 0,93 e mulheres; κ^2 entre 0,82 a 0,95) e ao grau de escolaridade (kappa ponderado entre 0,79 e 0,95) dos respondentes para os três itens do Mini-SPIN. Obteve-se uma boa consistência interna (alfa de Cronbach = 0,89) para a escala toda. Este estudo disponibiliza para a língua portuguesa um instrumento confiável para a avaliação da fobia social generalizada. (D’el Rey, Matos, Lacava, Fumiham, 2008).

c) **QHC – Questionário de habilidades sociais, comportamentos e contextos para universitários** que tem como objetivo avaliar habilidades sociais e de comportamentos nas interações com diferentes interlocutores e condições contextuais. O instrumento é organizado em 19 questões de frequência e 217 opções de resposta de conteúdo de acordo com os seguintes temas: comunicação; expressividade (sentimentos positivos e negativos, e pareceres); crítica (fazer e receber críticas); falar em público (apresentação de seminários e falar para o público desconhecido) e dados adicionais. Destacam-se os indicadores psicométricos positivos do instrumento, inclusive ao considerar preditores de saúde mental. As características psicométricas se mostram satisfatórias: com alfa Cronbach de 0,657 para as duas partes do instrumento e variância de 66,272% para a Parte 1 e variância de 71,904 para a Parte 2. (Bolsoni-Silva; Loureiro, 2016; Bolsoni-Silva; Loureiro, 2015b).

d) **BDI II – Inventário de Depressão de Beck:** é um inventário com o objetivo de medir o nível de depressão. É autoexplicativo, e pode ser aplicado a partir dos 13 anos até a terceira idade.

As características psicométricas encontradas para o BDI II foram: amostra foi composta por 857 estudantes universitários. As análises estatísticas foram realizadas mantendo um nível de significância de 5%. Os resultados foram: Alfa de Cronbach igual a 0,89; verificou-se uma boa estabilidade temporal ($r_i = 0,73$; $p < 0,001$); através de métodos da análise fatorial, reduziu se os itens a três fatores (cognitivo-emocional,

comportamental e sensações de perda) que explicam 44,57% da variação total. Isso significa que há indícios, baseado na amostra estudada, de que o BDI-II venha a ser uma medida válida para avaliar universitários brasileiros, (Finger, Arginon, 2013).

GAD – 7 - *Generalized Anxiety Disorder*: é um instrumento de autorrelato que avalia sete sintomas de ansiedade propostos pelo DSM-V. Com base em uma escala Likert variando de “0 = Nenhuma vez” a “3 = Quase todos os dias”, em que o respondente deve assinalar com que frequência tem sido incomodado por cada um dos sintomas descritos nos itens do instrumento. A adequação psicométrica do GAD-7 foi verificada por estudos com amostras clínicas e da população geral, incluindo amostras brasileiras. Participaram 302 adolescentes, com idades entre 15 e 19 anos, de ambos os sexos. Os resultados da Análise Fatorial Exploratória (AFE) atestaram a unidimensionalidade da GAD-7 e indicaram consistência interna satisfatória. Esses dados sugerem que a GAD-7 apresenta adequadas propriedades psicométricas para rastreamento de ansiedade em adolescentes. (Leite, Faro, 2022).

Procedimento de Coleta dos dados:

A intervenção se iniciou em agosto de 2020 na modalidade online devido ao período pandêmico. A cada três meses iniciava um novo grupo. A intervenção foi replicada quatro vezes.

Os estudantes selecionados foram convidados para a intervenção e após aceite, passaram por uma entrevista inicial semiestruturada, bem como, pela aplicação dos instrumentos em pré-teste. Os grupos experimentais (GE) foram para a intervenção em grupo com 12 sessões sobre habilidades sociais, seguindo o protocolo do Promove Universitários. E o grupo controle (GC) também passou pela entrevista e aplicação do pré-teste. Ao final das 12 sessões tanto o GC quanto o GE realizaram o Pós-Teste. O GC também passou pela intervenção em um segundo momento, e foi novamente avaliado após sua intervenção. Foi realizada também uma sessão de seguimento (*follow-up*) com todos os participantes após seis meses do término de cada grupo, com a aplicação dos mesmos instrumentos para verificar se os resultados se mantiveram.

Os temas trabalhados nas sessões de intervenção estão descritos no quadro abaixo:

Quadro 01 – Temas do Promove Universitários

Sessão 1	Apresentação, verificação de expectativas; Comunicação: Iniciar, manter e encerrar conversações.
Sessão 2	Comunicação: Fazer e responder perguntas; Falar em público.
Sessão 3	Apresentar Seminário; Organizar rotina de estudos e de atividades sociais.
Sessão 4	Lidar com autoridade.
Sessão 5	Empatia; Conhecer direitos humanos básicos, cidadania; Negociar
Sessão 6	Conhecer diferenças entre comportamento habilidoso, passivo e agressivo.
Sessão 7	Expressar sentimentos positivos, elogiar/receber elogios; Dar e receber feedback positivo, agradecer
Sessão 8	Expressar opiniões (de concordância, de discordância), ouvir opiniões (de concordância, de discordância).
Sessão 9	Expressar sentimentos negativos, dar e receber feedback negativo, solicitar mudança de comportamento.
Sessão 10	Lidar com críticas (fazer e receber críticas), admitir próprios erros, pedir desculpas.
Sessão 11	Relacionamentos Amorosos
Sessão 12	Relacionamento familiar.

Fonte: Ajustado de Bolsoni-Silva, Martins, Fogaça e Tanaka (2020).

Procedimento de Análise de Dados

Os instrumentos foram tabulados conforme instruções próprias. Os dados foram organizados separando os grupos Experimental e Controle. As análises referem-se ao tratamento estatístico com o teste de Wilcoxon, que serve para comparar duas amostras pareadas no Grupo Experimental e Controle. Foram consideradas significâncias a 5%.

RESULTADOS

Quadro 2 - Dados Pessoais dos Participantes

		Idade	Faculdade	Curso	Ano	Namora
Grupo 1	P1	20	FC	Psicologia	2	Não
	P2	19	FC	Psicologia	1	Não
	P3	18	FAAC	Design	1	Sim
Grupo 2	P4	19	FAAC	Jornalismo	1	Não
	P5	19	FC	Química	2	Não
	P6	21	FAAC	Jornalismo	2	Não
Grupo 3	P7	20	FC	Psicologia	1	Não
	P8	20	FC	Física	1	Sim
	P9	20	FC	Pedagogia	1	Não
	P10	23	FAAC	Jornalismo	1	Não
Grupo 4	P11	18	FEB	Eng. Elétrica	2	Não
	P12	23	FC	Psicologia	2	Sim

Legenda: Cor cinza = Grupos experimentais. Cor verde = Grupos controle. P = Participante.

Fonte: Elaborada pela autora (2023).

Importante observar que, ao longo do estudo, os grupos cinza (GE) não fizeram toda as etapas dos testes. De acordo como Quadro 1, observa-se que a idade média entre os participantes foi entre 19 anos, de diversos cursos, sendo três alunos do curso de Psicologia e somente um aluno do Curso de Engenharia Elétrica. A maioria na época não namorava.

A Tabela 1 apresenta as queixas dos participantes no momento da entrevista inicial, antes do início da intervenção.

Tabela 1 - Levantamento de queixas dos participantes em escores brutos

Levantamento de queixas dos participantes em escores brutos (N=12)				
Queixa Inicial	Grupo Experimental = 7		Grupo Controle =5	
	Pré Teste	Pós Teste	L. Base 1	L. Base 2
Dificuldade em relacionamento familiar	7	1	5	5
Dificuldade em relacionamentos amorosos	6	3	4	4
Dificuldade em falar em público	7	4	5	5
Dificuldade em manter amizades	7	3	5	5

Fonte: Elaborado pela autora (2023).

De acordo com a Tabela 1, nota-se que a maioria das queixas dos universitários se relacionavam com a exposição em público, que inclui a dificuldade em apresentar seminário, dar recados para a sala, falar para um grupo de amigos ou em alguma situação que sua presença ficasse em evidência. As demais queixas referiam-se ao relacionamento interpessoal de amizade, familiar e íntimo. Após a intervenção, no Grupo Experimental, verificou-se uma redução do relato de queixas em todas as categorias investigadas, o que não foi observado no Grupo Controle. No que se refere à satisfação com a intervenção, o feedback dos participantes ao final de cada sessão foi bastante positivo.

Na próxima tabela apresenta-se os resultados nas diferentes avaliações quanto aos instrumentos de saúde mental e habilidades sociais na comparação dos grupos.

Tabela 2– Descrição em escores brutos das medidas de saúde mental e habilidades sociais nos participantes dos grupos Experimental e Controle.

Indicadores	Participantes Clínicos do Grupo Experimental e Controle				
	Grupo experimental			Grupo Controle	
	N=7			N=5	
	Pré Teste	Pós Teste	Seg	L. base 1	L. base 2
QHC - Fator I - Ansiedade	6	4	4	4	5
QHC - Fator I - Depressão	6	7	6	4	3
QHC - Fator II - Ansiedade	1	3	5	0	0
QHC - Fator II - Depressão	5	5	1	4	4
QHC - Fator III - Ansiedade	5	3	4	3	3
QHC - Fator III - Depressão	5	3	4	3	3
QHC -Potencialidades / Ansiedade	3	2	2	4	3
QHC - Potencialidades /Depressão	3	2	2	3	3
QHC - Dificuldades /Ansiedade	5	2	2	4	4
QHC - Dificuldades/ Depressão	4	3	2	4	4
IHS Fator Total	6	2	4	4	4
IHS Fator I	5	4	4	4	4
IHS Fator II	3	1	2	3	2
IHS Fator III	5	3	2	4	2
IHS Fator IV	5	3	2	4	4
IHS Fator V	5	2	4	4	3
GAD	6	1	2	4	3
BDI	6	2	4	5	4
Mini Spim	4	1	1	4	4

Fonte: elaborado pela autora (2023).

A maioria dos universitários da amostra apresentava-se clínico para ansiedade, depressão e fobia social. Contudo pode-se observar que no Grupo Experimental houve redução dos participantes clínicos em 16 indicadores, enquanto no grupo controle houve redução de participantes clínicos em apenas 4 indicadores. Esta redução no Grupo Experimental ocorreu devido a intervenção.

A tabela 3 descreve os resultados das comparações estatísticas entre os dois grupos pelo teste de Wilcoxon.

Tabela 3 – Teste de Wilcoxon referente aos indicadores avaliados, considerando escores brutos.

Indicadores	Análise Estatística das Competências Avaliadas								
	Grupo Experimental						Grupo Controle		
	Mediana			Valor de <i>p</i>			Mediana		Valor de <i>p</i>
	Pré	Pós	Seg	Pós/Pré	Seg/Pré	Pós/Seg	LB1	LB2	LB1/LB2
QHC - Fator I	14	18	19	0,752	0,235	0,131	13	15	0,157
QHC - Fator II	5	15	12	0,063	0,128	0,15	6	4	0,465
QHC - Fator III	4	5	4	0,288	0,914	0,034	4	4	0,861
QHC -Potencialidades	76	87	86	0,237	0,176	0,674	63	70	0,893
QHC - Dificuldades	21	15	10	0,028	0,043	0,462	26	20	0,5
IHS Total	5	30	25	0,075	0,018	0,865	3	5	0,854
IHS Fator I	10	25	30	0,034	0,108	0,916	5	10	0,593
IHS Fator II	60	60	60	0,176	0,865	0,599	20	35	0,461
IHS Fator III	5	30	40	0,046	0,043	0,102	15	25	0,197
IHS Fator IV	10	40	40	0,249	0,463	0,593	5	10	0,465
IHS Fator V	10	40	25	0,075	0,090	1,000	15	20	1
GAD	13	3	9	0,018	0,043	0,068	11	14	0,588
BDI	27	14	20	0,018	0,237	0,063	28	32	0,786
Mini Spim	9	5	4	0,058	0,041	0,516	8	7	0,655

Fonte: Elaborado pela autora (2023). Valor de *p* significativo > 0,05. Pré=Pré Teste, Pós= Pós Teste, Seg=Segmento, LB=Linha de Base.

De acordo com a tabela 3, nota-se que referente ao QHC, houve mudança significativa no Grupo Experimental no Fator 3 (referente a falar em público) na comparação entre o Pós Teste e o Segmento. E também no QHC – Dificuldades, nas comparações houve diminuição significativamente estatística das dificuldades apresentadas pelos participantes.

No IHS II houve mudanças estatísticas no IHS Total e nos fatores I e III, mostrando que houve melhora nos indicadores de habilidades sociais desses fatores. O Fator I do IHS é referente a comunicação assertiva e o Fator III do IHS é referente a expressão de sentimento positivo.

No GAD também mudanças significativas estatisticamente, indicando diminuição dos indicadores de ansiedade.

No BDI é possível observar as mudanças também de diminuição nos índices de indicadores para depressão tendo sua significância estatística. E no Mini Spim as mudanças mostram a redução do índice clínico de fobia social para a ausência de fobia social no pós teste e segmento, sendo considerada uma mudança significativa estatisticamente.

No Grupo Controle não houve mudanças significativamente estatísticas como esperado, devido a não participação deste grupo na intervenção.

Na tabela 4 apresenta-se o resultado com n=12 para o grupo experimental visto que todos os participantes receberam a intervenção.

Tabela 4 – Teste de wilcoxon referente a amostra total que passou pela intervenção

Indicadores	Análise Estatística das Competências Avaliadas					
	Grupo Experimental (N=12)					
	Mediana			Valor de <i>p</i>		
	Pré	Pós	Seg	Pós/Pré	Seg/Pré	Pós/Seg
QHC - Fator I	14,5	17	19	0,326	0,05	0,045
QHC - Fator II	4,5	10,5	10,5	0,012	0,045	0,099
QHC - Fator III	4	4	5	0,571	0,379	0,603
QHC -Potencialidades	73	87,5	86,5	0,019	0,031	0,878
QHC - Dificuldades	21	17,5	13	0,015	0,015	0,212
IHS Total	5	30	45	0,01	0,002	0,157
IHS Fator I	10	2	40	0,003	0,008	0,327
IHS Fator II	47,5	60	60	0,306	0,432	0,505
IHS Fator III	15	20	37,5	0,168	0,005	0,024
IHS Fator IV	10	25	45	0,374	0,107	
IHS Fator V	15	35	37,5	0,041	0,008	0,191
GAD	13,5	4,5	9,5	0,021	0,086	0,021
BDI	29	17,5	20	0,007	0,126	0,109
Mini Spim	8	4,5	5,5	0,013	0,032	0,497

Fonte: elaborado pela autora (2023). Legenda: Pré=Pré Teste, Pós= Pós Teste, Seg=Segmento
Valor de *p* significativo > 0,05

Esta tabela demonstra que houve mudanças significativamente estatística em 11 dos 14 indicadores avaliados. Apenas os indicadores QHC Fator III (falar em público), IHS Fator II (Abordagem Afetivo Sexual) e IHS Fator IV (Autocontrole e enfrentamento) não apresentaram

tais mudanças. Os dados mostram a eficácia do programa conforme já comprovado na literatura por Moretto e Bolsoni-Silva (2019).

Discussão

Este estudo teve por objetivo avaliar o efeito do treinamento de habilidades sociais em grupo de universitários para indicadores de saúde mental (ansiedade e depressão), fobia social e habilidades sociais. Enquanto características dos participantes pode-se destacar dificuldades em comunicação, reservas comportamentais em habilidades sociais, fobia social e quadros clínicos para ansiedade e depressão. A intervenção em grupo se apresenta como um modo de trabalho adequado no contexto de prevenção de saúde mental. As queixas apresentadas pelos participantes, no pré-teste, mostram dificuldades referente ao repertório de habilidades sociais. Como, por exemplo, “dificuldade em falar em público” e “dificuldade em relacionamento interpessoal” foram relatados por todos. Estudo de Ribeiro e Bolsoni-Silva (2010), identificou queixas semelhantes, principalmente, no que diz respeito à dificuldade de falar em público e dificuldades interpessoais. A queixa “dificuldade em falar em público” é apontada em estudos como frequente entre universitários. Outro destaque pode ser o ganho em treinamento de habilidades sociais em longo prazo, pois nas avaliações de seguimento aparecem manutenção dos ganhos e ou até mesmo melhora em alguns escores após seis meses de término da intervenção. As melhoras na avaliação de segmento sugerem que os participantes continuaram praticando os conhecimentos adquiridos durante o treinamento mesmo após o término do programa.

Chama atenção que no Grupo Controle os indicadores de escores dos participantes se mantiveram na maioria dos quesitos. Assim, o impacto da intervenção no repertório de habilidades sociais e na saúde mental dos participantes, deve-se ao engajamento dos mesmos no programa e também a participação nas tarefas de casa. A literatura aponta para a função protetora das habilidades sociais em quadros de fobia social (Cecconello *et al.*, 2015; Bolsoni-Silva; Loureiro, 2014) e para quadros de depressão (Bolsoni-Silva e Loureiro, 2016; Bolsoni-Silva e Loureiro, 2015), além de prevenir o desenvolvimento de transtornos psíquicos, no âmbito dos transtornos de humor e ansiolíticos (Abreu; Barletta; Murta, 2015; Abreu; Miranda; Murta, 2016).

De maneira geral o procedimento de intervenção Promove-Universitários atestou eficácia nas comparações entre GE e GC. As queixas relatadas pelos participantes corresponderam ao já elucidado pela literatura (Bolsoni-Silva, Loureiro, 2017; Leme et al., 2017; Ribeiro; Bolsoni-Silva, 2011).

Os resultados demonstraram que o Promove-Universitários diminuiu indicadores de fobia social, ansiedade e depressão, mostrando que o ensino das habilidades sociais promoveu melhora na saúde mental.

Pode-se pensar em ganhos qualitativos quando no momento do pós teste, aplicado em sessão individual, houve o relato e feedback positivo dos participantes em relação ao programa com relatos como: 'eu comecei a namorar' ou "eu encontrei um estágio", e "eu consegui tirar a carteira de habilitação", e "eu entrei em um projeto de extensão na faculdade". Uma forma de ajudar os estudantes em sua rotina é o desenvolvimento e a ampliação do repertório de habilidades sociais que melhoram as relações interpessoais (Leme, et. al, 2019).

Os dados corroboram com estudos de Moretto e Bolsoni-Silva (2019) que aplicara, o mesmo programa de intervenção em 14 universitários de universidades pública e privada, contudo realizaram as sessões do programa na modalidade presencial, e atestaram a eficácia do mesmo, com ganhos no repertório de habilidades sociais no pós teste e segmento.

O programa também foi aplicado por Santana *et. al* (2022) na modalidade virtual, com 3 estudantes universitários e concluiu que houve mudanças significativas de escores clínicos para não clínicos em sintomas emocionais, além de verificar ganhos em habilidades sociais como diminuição das dificuldades e aumento das potencialidades no pós teste e segmento.

Os achados dos estudos mencionados acima e deste presente estudo corroboram com dados encontrados por Bortolatto *et. al* (2021) que analisou sete estudos de treinamento de habilidades sociais em universitários em revisão sistemática e encontrou que houve melhora nos indicadores de habilidades sociais após treinamento e /ou intervenção em cinco dos sete estudos selecionados, indicando que esta é uma estratégia promissora na promoção de saúde mental.

Montezeli e Haddad (2016) postulam que a importância das habilidades sociais nas instituições de ensino tornou-se fundamental e também potencializadora de resultados, como melhor desempenho e aproveitamento acadêmico integrado ao bom relacionamento interpessoal, o que corrobora com os resultados de diversos estudos de habilidades sociais para estudantes.

Achados desta pesquisa também corroboram com estudo de Bernardelli *et. al* (2022) que investigou ansiedade em discentes universitários e encontrou que quarenta e cinco por centos destes apresentava algum tipo de ansiedade, e que a mesma era inversamente proporcional ao nível de habilidades sociais, principalmente nas questões de falar com autoridade, receber elogios e fazer pedidos.

Um estudo de revisão sistemática sobre os programas preventivos brasileiros na área de saúde mental encontrou como características destes programas que a maioria tem suas intervenções feitas em grupo, com base no referencial teórico comportamental ou cognitivo-comportamental, e com foco na promoção de habilidades sociais. (Abreu, Miranda e Murta, 2016).

Os programas de habilidades sociais podem ser preventivos para saúde mental em nível infantil (Salvo; Mazzaroto, Lhor, 2005), na adolescência (Silva; Murta, 2009) e para prevenção ao suicídio e promoção de saúde mental no âmbito universitário para estudantes, docentes e funcionários (Leme, *et. al.* 2019). Além disso as habilidades sociais também têm sido encontradas em programas preventivos para tabagismo (Rodrigues; Silva, 2011), e uso de álcool e drogas em adolescentes (Padrão, *et. al.* 2021; Paiva; Rodrigues, 2008).

Considerações Finais

O contexto universitário pode apresentar tanto o conhecimento profissional e desenvolvimento humano, como também desencadear algum tipo de sofrimento psicológico, seja pelo excesso ou falta de habilidades sociais. Pode-se dizer que este estudo cumpriu com seu objetivo de avaliar o efeito de um programa de treinamento de habilidades sociais para universitários que procuraram o Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial, diante de alguma queixa.

O estudo foi realizado com uma pequena amostra, além da necessidade de realizar algumas adaptações, devido ao período da pandemia de Covid-19, mas mesmo assim, considera-se que os objetivos foram atingidos. Os resultados pós teste foram satisfatórios e dentro de índices esperados de melhoria em sintomas de ansiedade, depressão e fobia social bem como em ganho de repertório em habilidades sociais. Os resultados em seguimento, com follow-up de seis meses também apresentaram dados satisfatórios para concluir o efeito dos treinamentos como positivo.

ESTUDO 3

ABORDAGEM DA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES NA UNIVERSIDADE DO PORTO: SERVIÇOS DE ATENDIMENTO PSICOLÓGICO E MENTORIA

Resumo:

A pandemia fez crescer a preocupação com a saúde mental da população em geral e em particular de grupos que parecem ter sofrido mais o seu impacto, como é o caso de estudantes universitários/as. Devido ao período em que houve oportunidade de realizar mobilidade na Universidade do Porto, este estudo assumiu como objetivo investigar a atuação dos serviços psicológicos e do programa de Mentoria para estudantes universitários na Universidade do Porto. Para o efeito, foram realizadas entrevistas semiestruturadas com dez coordenadores e ou profissionais dos Serviços de Consulta de Psicologia, do Serviço de Ação social da UP – SASUP e do Programa de Mentoria. Os resultados permitiram conhecer estes serviços e dispositivos, em particular a sua génese, seus objetivos e modos de atuação, fazendo alguma identificação de semelhanças e diferenças com a realidade do serviço que nos propomos a estudar no âmbito deste doutorado.

Palavras chave: saúde mental, Ensino Superior, atendimento psicológico, mentoria.

Abstract

The pandemic has raised concerns about the mental health of the population in general and, in particular, of groups that seem to have borne the brunt of its impact, such as university students. Due to the period in which there was an opportunity to carry out mobility at the University of Porto, this study aimed to explore how the mental health of students has been addressed in this institution, in particular through the performance of psychological care services and the Mentoring program, before, during and after the pandemic period. For this purpose, semi-structured interviews were carried out with coordinators and professionals from the Psychology Consultation Services, from the Social Action Service of UP – SASUP and with the coordinator, mentors and mentees of the Mentoring Program. The results will make it possible to know these services and devices, in particular their genesis, their objectives and modes of action, making some identification of similarities and differences with the reality of the service that we propose to study in the scope of this doctorate.

Keywords: mentoring, psychological care, university, mental health.

Introdução

Quando se pensa no estudante universitário ou pós-graduando é importante refletir sobre o seu processo de adaptação à universidade. De acordo com Sahão e Kienen (2021), as principais dificuldades encontradas pelos universitários são ao nível das relações interpessoais. Por esse motivo, possuir ou construir uma rede de apoio formal ou informal neste contexto poderá ser determinante para o processo de integração e sucesso acadêmico. Para os mesmos autores, os principais sintomas encontrados entre os estudantes são estresse, ansiedade e depressão, que poderiam ser melhorados com programas de desenvolvimento de autonomia e comprometimento, baseadas em redes de suporte.

A transição para a vida acadêmica parece ser uma vivência difícil e estressora para alguns jovens e isso pode interferir na forma como eles aproveitarão as oportunidades oferecidas pela universidade, tanto no que diz respeito à sua formação profissional, técnica ou científica, quanto ao seu desenvolvimento pessoal. Alguns desses obstáculos referem-se a moradia, autonomia, integração e também com a aquisição de conteúdos acadêmicos com novos métodos de ensino-aprendizagem e de avaliação (Sahão, Kiene, 2021).

De fato, a vida acadêmica é caracterizada por desafios significativos e mudanças complexas em várias áreas da vida dos estudantes. Sem dúvida, os desafios são ter novas responsabilidades, conhecer e interagir com novas pessoas, muitas com crenças e hábitos culturais diferentes, e com toda pressão social que espera que o estudante universitário tenha que saber tudo relacionado à sua área de estudos (Sunde, 2022).

Com a pandemia da Covid-19, a questão de saúde mental em ambiente universitário tornou-se prioritária. Em estudo recente sobre o impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes, concluiu-se que quase um terço dos universitários relataram que foram obrigados a mudar seu padrão de vida, passaram por luto ou solidão e apresentaram sintomas de ansiedade. (Conrad *et al.*, 2021; Sunde, 2021).

Embora a universidade possa trazer dificuldades, acompanhadas de algum tipo de sofrimento, também pode acarretar aspectos positivos para o estudante como novos conhecimentos e desenvolvimento pessoal (Oliveira *et al.*, 2021), sobretudo em relações interpessoais (Bolsoni-Silva, 2019). Assim pensar em estruturas de apoio e/ou acolhimento ou integração que possam favorecer e promover essas relações interpessoais pode colaborar para a prevenção e diminuição

de dificuldades, adoecimentos ou desajustamentos. Ao estar em um período de aprendizagem, que influencia a formação pessoal e profissional, os desafios desse processo podem requerer ações e apoios que colaborem com a permanência e o bem-estar dos estudantes universitários neste período.

A tentativa de democratização da universidade brasileira, é ainda um desafio atual, que exige expansão, inclusão, políticas de permanência estudantil e ampliação de vagas (Silveira *et al.*, 2022). Contudo, o cuidado com a diversidade que participa do ambiente acadêmico é ainda incipiente e quando se aumenta o risco para prejuízos sociais, emocionais e cognitivos, ocorre maior probabilidade de suicídio e evasão. (Brandão, 2016).

No Brasil, segundo Oliveira *et. al.* (2023) dados do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assistência Estudantil (Fonaprace, 2019) mostraram que 83,5% dos estudantes que participaram de pesquisa citaram apresentar dificuldades emocionais, sendo que a ansiedade foi o sintoma mais indicado.

Em Portugal, segundo Torres (2016), a partir de 1974, houveram algumas tentativas de democratização de acesso ao ensino superior, inicialmente uma destas iniciativas acabou por aumentar o número de cursos em instituições privadas com baixos requisitos para acesso e outras tentativas mais recentes, que ocorreram a partir de 1987, afirmam que houve a expansão do ensino superior, mas não de forma a privilegiar áreas relevantes para a economia do país ou com o objetivo de manter a qualidade do ensino. Contudo após o processo de expansão foi quando se começou também a pensar em integração entre os estudantes.

Pode-se dizer que é notável o crescimento do ensino superior português, ainda que distante da situação média União Européia, mesmo no quadro de recessão que se tem vivido nos últimos anos, o ensino superior cresceu e este crescimento se deu principalmente no ensino superior público, certamente em virtude do menor valor das mensalidades e no ensino politécnico, visto que este possui maior proximidade do mercado de trabalho (Cabrito, Cerdeira, 2018).

Se é verdade que o ensino superior ainda pode crescer em Portugal, é incontroverso o fato de alguns estudantes não se candidatarem por dificuldades financeiras. A verdade é que numa sociedade democrática, é obrigação do Estado promover políticas de apoio social que minimizem estas dificuldades. Contudo verifica-se que o número de bolsas de estudo diminuiu em 17% de 2010 até 2017, principalmente no ensino privado. Em relação ao valor da bolsa média atribuída,

seja aos estudantes do ensino superior público ou privado, não cobre, em média, o que os estudantes afirmam necessitar para frequentarem o ensino superior. Contudo pensando-se nas dificuldades financeiras por que passam os estudantes que pertencem as camadas sociais mais desfavorecidas, é certo que as políticas de apoio social, por meio da atribuição de bolsas, não são suficientes para promoverem a permanência do ensino superior. (Cabrito, Cerdeira, 2018). E os autores ainda concluem dizendo que apesar das mudanças positivas na educação portuguesa nas últimas décadas, é evidente a necessidade de maior investimento público para atender à demanda da educação superior, para elevar os níveis de equidade do sistema, para melhorar o capital humano qualificado do país, e para se aproximar dos países mais desenvolvidos da União Européia.

Vale ressaltar que Portugal segue a Declaração de Bolonha de 1999, que ocasionou mudanças no ensino superior, visto que antes de sua implantação, o ensino superior português era composto pela graduação com cursos de 4 ou 5 anos (exceto Medicina, Medicina Veterinária, Arquitetura, Advocacia e Agronomia que tinham duração de seis anos ou mais), mestrado com três anos e doutorado sem duração pré-estabelecida. E após a Declaração o ensino superior foi dividido em três ciclos de estudo: sendo o 1º ciclo, de graduação, com a duração de 3 anos, 2º e 3º ciclos de pós-graduação sendo que o 2º ciclo, com a duração de 2 anos atribui o título de mestre e o 3º ciclo, com a duração mínima de 3 anos, atribui o título de doutor. Em algumas áreas o mestrado é obrigatório para o exercício da profissão (caso dos professores do ensino não superior, psicólogos, médicos, advogados, etc.), dando origem ao denominado “mestrado integrado”. (Cerdeira, Cabrito, Mucharreira, 2019).

Em Portugal, o concurso nacional de acesso é a principal via de ingresso ao ensino superior, mas estão previstos regimes e concursos especiais para alguns grupos específicos de candidatos. Os estudantes preferem as IES do distrito onde vivem. O Concurso Nacional de Acesso (CNA) é a forma de ingresso mais importante, com uma importância relativa em média superior nas universidades do que nos institutos politécnicos (IPs). O contexto socioeconômico dos estudantes é comumente reconhecido como um dos mais importantes preditores do abandono e da permanência sendo que quanto menos favorecido é o contexto socioeconômico dos estudantes, maior é a taxa de abandono. O abandono é tanto menor quanto mais vagas são preenchidas por estudantes na sua primeira opção e, à partida, mais satisfeitos. A taxa de abandono é maior em

cursos com maiores proporções de estudantes internacionais, de estudantes mais velhos e de trabalhadores-estudante. (Sá, *et. al*, 2021).

Estudo da Universidade Católica de Portugal demonstra que dificuldades psicológicas e nos relacionamentos sociais em estudantes universitários estão relacionadas com ideação suicida, principalmente no sexo feminino, onde há maiores índices de ideação, ansiedade, estresse e evitamento social. (Vale, Maia, 2020). Segundo Cavalcanti e Guerra (2021), as instituições do ensino superior são desafiadas a assumir nos próximos anos o enfrentamento dos desafios da atualidade, e da saúde pública, entre outras demandas. “O campus do futuro não será um lugar, mas uma rede, que fará parte de inúmeras outras redes já espalhadas pelo mundo” (p. 87).

Rosa e Silva (2021) também concluíram que é papel das universidades possuir planos para contemplar objetivos de aprendizagem e para minimizar os impactos psicológicos causados pela pandemia, atuando assim em prol da redução das desigualdades educacionais existentes.

Histórico da Universidade do Porto.

A Universidade do Porto foi criada em 1911, e é hoje considerada uma das melhores universidades portuguesas. Conta atualmente com 14 Faculdades preocupadas com a excelência em termos de ensino e pesquisa, podendo-se dizer que é uma das pioneiras na preocupação com a saúde mental de seus estudantes. Conta com três tipos de serviços que visam o bem estar e ou integração dos estudantes do Ensino Superior e da Pós Graduação, sendo eles, o Serviço de Consultas de Psicologia que surgiu há 30 anos, o Serviço de Ação Social da Universidade do Porto -SASUP que existe há cerca de 50 anos e o Programa de Mentoria Interpares, que existe desde 2011.

O Serviço de Consultas de Psicologia desenvolve a sua atividade no âmbito da prestação de serviços à comunidade e funciona em estreita articulação com as atividades de pesquisa científica e docência da Faculdade, funcionando como clínica escola para os discentes. O coordenador do Serviço de Consultas de Psicologia é designado pelo conselho diretivo, sob proposta dos responsáveis das unidades do Serviço, e supervisiona o trabalho do secretariado e a coordenação das tarefas correntes e espaços comuns às cinco unidades que o constituem.

Este serviço, que existe há quase 30 anos, assume hoje diferentes modalidades de intervenção psicológica especializada dirigidas a populações e problemáticas biopsicossociais diversas e compreende as seguintes unidades:

- a) Serviço de Consulta Psicológica de Orientação Vocacional;
- b) Serviço de Consulta Psicológica de Crianças e Adolescentes;
- c) Serviço de Psicoterapia;
- d) Serviço de Consultas em Psicologia da Saúde;
- e) Gabinete de Estudos e Atendimento a Vítimas.

Cada uma das cinco unidades do Serviço de Consultas de Psicologia se beneficia de autonomia científica e técnica no desempenho das suas funções, designando um responsável pela unidade que faz a gestão das atividades, dos colaboradores e dos recursos materiais de cada unidade. (Fpceup, 2022).

Dentro do Serviço de Consultas de Psicologia, há também uma psicóloga designada para o Apoio ao Estudante, atendendo exclusivamente discentes da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação - FPCEUP, da Faculdade de Desporto e da Faculdade de Medicina Dentária, pois as duas últimas não possuem serviços de Psicologia, e então, entendendo à sua proximidade geográfica, esses alunos são atendidos pela FPCEUP. Em outras faculdades da UP como na Faculdade de Engenharia- FEUP, por exemplo também há psicólogos para o serviço de Apoio ao Estudante.

Há na Universidade do Porto também o Serviço de Ação Social da UP – SASUP, criado há cerca de 50 anos. Na época, tinha como destinatários estudantes de Medicina, mas atualmente é um serviço da Reitoria que presta atendimento a todas as unidades da UP. O objetivo do SASUP é promover o sucesso dos estudantes na Universidade, por meio dos apoios diretos: bolsa de estudo, e apoios indiretos como: alimentação, alojamento, saúde e integração. Na parte de saúde, em termos de cuidados, o SASUP oferece atendimentos nas áreas de Clínica Geral, Nutrição, Saúde Sexual (Sexologia Clínica, Género e Sexualidades), Ginecologia/Obstetrícia, Odontologia (consultas realizadas na Faculdade de Medicina Dentária), Psiquiatria (agendamento feito com encaminhamento do Clínico Geral) e Psicologia.

Mediante os novos desafios que perpassam os estudantes do Ensino Superior e a sua realidade que envolve processos de integração, qualidade da formação e sucesso acadêmico, a mentoria interpares aparece neste panorama tanto como possibilidade de apoio aos novos estudantes por parte dos estudantes em níveis mais avançados, como pela formação desses estudantes mais velhos por meio do trabalho de construção de relações de apoio solidárias (Torres, 2016). Neste contexto, o Programa Transversal de Mentoria Interpares é um programa institucional de acolhimento, integração e vivências solidárias no ensino superior. Junta atuais e novos estudantes nacionais e internacionais da U.P. para que estes se sintam melhor integrados em nível acadêmico, pessoal e social promovendo o sucesso acadêmico, a prevenção do abandono escolar e o desenvolvimento de competências transversais. A partir da experiência já vivida, os mentores (estudantes que já frequentam a U.P. e com mais experiência) ajudam os mais novos (estudantes que ingressam na U.P), os mentorados, em todo o processo de integração, desde questões mais básicas como deslocamentos, aulas, inscrições, locais para tirar fotocópias, cantinas entre outros. (Torres, 2016).

O Programa fomenta e privilegia dinâmicas de colaboração interpares no plano do estudo e aprendizagem, capazes de aprofundar o conhecimento e perspectivas reflexivas, criativas e críticas sobre os processos de integração académica, potencializando o bem-estar na Universidade. (Torres, 2016)

Em função da oportunidade de um doutorado sanduiche na Universidade do Porto pretendeu-se investigar esses três tipos de serviços existentes para os estudantes, as características e o modos operandi dos mesmos.

OBJETIVOS:

Investigar a atuação dos serviços psicológicos e do programa de Mentoria para estudantes universitários na Universidade do Porto.

MÉTODO

O Delineamento foi qualitativo com a utilização entrevistas sem estruturadas para cada área: SASUP, Serviço de Consultas e Mentoria.

Participantes:

A amostra foi selecionada por conveniência e foram entrevistados um total de dez participantes. Uma Coordenadora (Psicóloga) e duas profissionais Psicólogas do Serviço de Consultas Psicológicas da Universidade de Porto, sendo uma delas Psicóloga do atendimento geral do Serviço e outra responsável pelo Serviço de Apoio ao Estudante. Um Coordenador (da área administrativa e gerencial) e uma profissional psicóloga do Serviço de Ação Social da UP. – SASUP. Uma Coordenadora, dois Mentores e dois Mentorados do Programa do Mentoria. (todos do sexo feminino).

Instrumento

As perguntas que fazem parte do roteiro de entrevista para cada uma das pessoas entrevistadas e que serviram de base a esta coleta de dados estão anexadas neste documento. (Apêndice 2).

Procedimento de Coleta de Dados:

Primeiramente a pesquisa foi aprovada pela Comissão de Ética da Universidade do Porto sob a referência 2022/10-03.

A entrevista foi aplicada em horários pré-agendados com cada profissional e ou estudante de cada serviço da UP. Algumas entrevistas foram realizadas de forma presencial e outras online, conforme a disponibilidade da pessoa entrevistada.

A entrevista com a Coordenadora do Programa de Mentoria Interpares foi realizada de forma presencial na Sala da Mentoria (que é um espaço de convivência para os alunos). A entrevistas com as alunas Mentoras e Mentoradas foram também realizadas nas salas de grupo de estudo da Faculdade de Psicologia Ciências da Educação – FPCEUP.

A Entrevista com o Coordenador do SASUP foi realizado no prédio do SASUP que possui quatro andares, um deles dedicado somente à área da Saúde. A entrevista com a profissional Psicóloga do SASUP foi realizada de forma virtual por meio do *software* Skype.

A entrevista com a Coordenadora e com uma das profissionais do Serviço de Consultas foram realizadas nas dependências dos Serviços de Consulta e com a profissional responsável pelo Apoio aos Estudantes foi realizada de forma *online* via Skype.

Procedimento de Análise de Dados

Todas as entrevistas foram gravadas e transcritas e os dados foram analisados de forma qualitativa a partir da análise temática. A análise temática é apontada como um método analítico, amplamente utilizado na área da Psicologia (Braun; Clarke, 2006). Segundo as autoras, um dos benefícios da Análise Temática (AT) é a sua flexibilização, pois a análise temática é uma ferramenta de pesquisa flexível e útil, que pode fornecer um conjunto rico e detalhado de dados. A análise temática é um método para identificar, analisar e relatar padrões (temas) dentro dos dados, organizando-os e descrevendo-os em detalhes.

As vantagens da análise temática são: poder resumir de forma útil os recursos de um grande corpo de dados, pode destacar semelhanças e diferenças entre os dados, pode gerar *insights* inesperados e permitir o envolvimento social e psicológico na interpretações de dados. (Braun; Clarke, 2017).

Resultados

Será apresentado o conteúdo das entrevistas divididas por temas.

O objetivo principal deste estudo não foi comparar os dados das entrevistas realizadas nas Universidade do Porto com os dados de entrevistas realizadas no estudo 1 desta tese, pois as entrevistas foram diferentes e com diferentes objetivos. Contudo, na análise temática dos dados coletados em Portugal podem surgir inferências e comparações com dados da realidade e serviços brasileiros de psicologia.

Os temas que emergiram das entrevistas foram: surgimento do serviço, funcionamento do serviço, preços, aspectos positivos e negativos de cada serviço, consultas, e outros serviços.

A abordagem psicológica que predomina nos atendimentos do SASUP e nos atendimentos do Serviço de Consultas é a Terapia Cognitiva Comportamental. (TCC). O programa de mentoria não realiza atendimentos psicológicos, por isso os mentores não precisam ser psicólogos e nem mesmo estudantes de Psicologia.

QUADRO 1- Caracterização comparativa das características dos diferentes serviços e dispositivos de atendimento da UP

Serviços/Características	Serv. Consul. Psico. Comum.	Serv. Consul. Psico. Apoio ao Estudante	SASUP	Mentoria
Preço	€40,0	€7,5	€0,0	€0,0
Tempo que existe o serviço/dispositivo	+35 anos	15 anos	51 anos	12 anos
Tempo que o coordenador está nesse serviço	26 anos na casa	6 anos	40 anos	12 anos
Tempo que permanece estudante em atendimento	Média de 6 meses	Média de 6 meses	Média de 6 meses	1 ano.
Inscrição	Secretaria, telefone ou email.	Secretaria, telefone ou email.	Site ou secretária do serviço.	Início do ano por email/formulário.
Lista de espera	Não há. Teve apenas durante pandemia.	Não há	Uma semana ou 15 dias para psicologia	Não há
Média de inscrições anual ou semestral	Não informado.	50 a 60 p/ semestre	8 mil consultas, 3.300 de psicologia.	1850 mentores e 2800 mentorados/ano.
Outros serviços oferecidos	Sim, terapia infantil, de casal, orientação	Não.	Sim, de saúde e social	Eventos/ convívios/ palestras.

	profissional, etc.			
Total de pessoas na equipe	9 psicólogos	2 psicólogos	4 psicólogos, 2 psiquiatras, 1 nutric., 1 clinico geral, 1 ginec.	Não se aplica
Queixas de Hab. Sociais?	Sim	Sim, mas não são verbalizadas dessa forma	Sim	Não.
Pandemia aumentou o serviço?	Sim	De início não, mas depois sim.	Sim	Sim, quando retornou.
Atendimento em grupo?	Não	Não.	Não	Sim, atividades
Atendimento online	Sim.	Sim, e veio para ficar.	Sim	Não, somente reuniões.
Aspectos Positivos do Serviço	Formação dos estudantes	A existência do serviço.	Gratuito para Psicologia.	Possibilidade de contato com quem já conhece o sistema.
Aspectos Negativos do Serviço.	Restritos a TCC, não ter terapias alternativas	Não ter espaço físico,	Não mencionado.	As vezes não ter muita adesão nas atividades.

Encaminha para psiquiatria quando necessário?	Sim, para hospitais, mas a pessoa tem que procurar por conta própria.	Sim, encaminham para o Hosp. São João.	Sim, possui no próprio serviço	Não se aplica.
---	---	--	--------------------------------	----------------

Fonte: elaborado pela autora (2023).

Discussão

No tema consultas (referindo-se a consultas de psicologia), existem sub-temas como horários, agendamento, inscrição, triagem, tempo de atendimento, prazo de atendimento, equipe para atendimento. Dentro deste tema percebe-se uma padronização de respostas que são comuns ao esperado de um atendimento de Psicologia tanto no Brasil quando em Portugal. O tempo estimado para as sessões segundo a Ordem dos Psicólogos Portugueses é de 45 a 50 minutos e todos serviços acima mencionados seguem o padrão. Sobre o agendamento entende-se que pode ser feito de diversas formas dentro dos serviços, mas não fica claro como é a triagem. Apenas no serviço de Consultas de Psicologia, foi informado que no momento da inscrição, que é presencial na secretaria do serviço, é preenchida uma ficha onde se caracteriza o motivo, e a leitura dessa ficha permite fazer uma triagem em termos de urgência e também em termos de decisão sobre qual dos profissionais que assumirá o caso. Essa triagem não é feita pela secretária, mas sim pela equipe do serviço.

No caso dos três serviços (dois de psicologia e a Mentoria) afirmam também que não há listas de espera porque os atendimentos são feitos mais espaçadamente, ou seja, a cada quinze dias ou somente a cada três semanas, sendo assim, há disponibilidade na agenda para encaixe de novos casos urgentes.

No caso dos valores cobrados pelos atendimentos, entende-se que em todos os tipos de serviço (exceto o da mentoria) já existiram muitas discussões sobre os serviços serem gratuitos ou pagos e que mudanças foram sendo introduzidas ao longo do tempo, em alguns momentos foram

pagos e em outros foram gratuitos. No serviço de Consulta de Psicologia para a Comunidade ou seja, população externa, são cobrados 40 euros na primeira consulta, e 35 euros nas demais consultas. Contudo, se o cliente possuir uma declaração, por exemplo, que está desempregado consegue ser atendido gratuitamente. Já os alunos que procuram o Apoio ao Estudante dentro do Serviço de Consultas de Psicologia pagam atualmente 7,50 euros. Nos SASUP, os serviços eram inicialmente gratuitos, depois a Reitoria sugeriu que fossem cobrados. O Coordenador do SASUP, no caso, acredita ser prejudicial o atendimento psicologia ser gratuito por exemplo, porque os alunos acabam faltando bastante, diminuindo o seu compromisso. Contudo, durante a pandemia o atendimento passou a ser *online*, e como não havia uma forma simples de cobrar as consultas, foi liberada a gratuidade do serviço até o momento. Os alunos bolsistas da universidade também não pagam nenhum tipo de serviço no SASUP.

Sobre o encaminhamento para outros tipos de serviços, o SASUP tem parceria com o Hospital Santo Antônio, que fornece os profissionais das áreas de nutrição, clínico geral, ginecologista e dois psiquiatras ao serviço. Os psiquiatras atuam no SASUP uma vez por semana cada um. A ginecologista e a nutricionista também fazem atendimento uma vez por semana. O clínico geral atua três vezes na semana e também faz encaminhamentos para o Hospital Santo Antônio, quando é necessário atendimento de endocrinologia, dermatologia e urologia. O agendamento com psiquiatra no SASUP tem uma lista de espera de em média dois meses, então muitas vezes, em casos urgentes, o estudante acaba sendo atendido pelo clínico geral e/ou até mesmo medicado emergencialmente. Já no Serviços de Consultas de Psicologia o encaminhamento é feito ao Hospital São João, que é o Hospital Universitário da Universidade do Porto, e faz parte do serviço público, chamado Serviço Nacional de Saúde – SNS.

O programa de Mentoria não faz outros encaminhamentos, apenas, mediante sinalização de alguma situação particular, encaminha para o Serviço de Consultas de Psicologia quando necessário, pois o objetivo da Mentoria é diferente dos demais serviços.

Sobre o atendimento *online* todos os serviços afirmam que não utilizavam anteriormente a pandemia, mas que atualmente, mesmo pós pandemia, grande parte dos atendimentos, continuou a ser *online* por Skype por opção dos próprios clientes. No caso da Mentoria, mantiveram reuniões *online* entre mentores, coordenadores, mentorados e professores, mas as atividades de recepção de

calouros, integração, convívios, jantares, tunas (aulas de música) e praxes (o trote no Brasil) voltaram a ser presenciais.

No tema sobre o surgimento dos serviços, para o Serviço de Consultas da FPCEUP, veio como uma demanda da Associação dos Estudantes da FPCEUP, e inclusive no início os casos com atendimento psicológico eram pagos pela própria Associação dos Estudantes – AEFPCUP. A Associação de Estudantes da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (AEFPCUP), foi fundada oficialmente em quatro de junho de 1987, é a representante oficial dos/as estudantes da FPCEUP. O serviço de Consultas de Psicologia para os estudantes começou de forma de bem pequena. O serviço de Consultas de Psicologia para a comunidade foi uns dos pioneiros na região Norte de Portugal, e foi gratuito de início. O Serviço de Consultas da FPCEUP além de atender os alunos dos cursos da Psicologia e da Ciências da Educação atende também os alunos de Medicina Dentária e da Faculdade de Desporto, visto que estas duas faculdades ficam fisicamente próximas da FPCEUP e não tem seu próprio serviço de Psicologia. Outra unidade da UP, a Faculdade de Engenharia da UP - FEUP, por exemplo, com cerca de doze cursos de graduação, possui seu próprio serviço de Psicologia.

Já o SASUP surgiu como uma demanda dos alunos da Medicina da FMUP e foi responsabilidade do reitor da faculdade de medicina, que se preocupou com a saúde física e mental dos estudantes. Hoje o SASUP atende todos os cursos. O estudante universitário dentro de seu espaço escolar pode enfrentar problemas como discriminação, mudanças na modalidade de aquisição de conhecimentos, e até mesmo a chamada “medicalização” do processo de aprendizagem. Situações essas que podem ser fator de risco para suicídio e ou abuso de substâncias psicoativas, e que tem colaborado para a existência de serviços para atendimento psicológico de universitários. (Leme, *et. al*, 2019).

É extremamente relevante existir propostas de serviços de atendimento psicológico e de atendimento em saúde no ambiente universitário, pois há um público nos bastidores das faculdades que demanda por atendimento, mas muitas vezes esse público não sabe como procurar ajuda (Ribeiro, Junior, 2021).

O Programa ou Dispositivo de Mentoria surgiu na FPCEUP em 2011 e aos poucos foi se espalhando para as unidades da UP. A ideia da Mentoria foi de um diretor da FPCEUP que considerou como responsabilidade da faculdade a integração entre os alunos, então ele convidou

alguns professores e foi um desafio pensar como seria esse programa de integração. O primeiro ano foi para se pensar o projeto ouvindo as opiniões dos estudantes, já que era para integrar os estudantes eles precisavam dizer o que eles gostariam, e assim surgiu a ideia da Mentoria. Hoje a Mentoria possui a Comissão Transversal da Mentoria Interpares onde participam membros docentes, mentores e mentorados de todas as unidades da UP para troca de experiências.

De forma geral cada serviço ou dispositivo considera sua própria existência e permanência na universidade um aspecto positivo, e também consideram aspectos futuros para melhoria dos serviços o aumento do alcance dos serviços.

Sobre o tema de habilidades sociais, durante as entrevistas não foi possível extrair muita informação sobre este tema dentro da universidade, visto que não há um programa específico para tal treinamento e dificilmente usam esse termo “habilidades sociais”. Mas nos serviços verificou-se que as queixas principais além de ansiedade estão relacionadas as relações interpessoais. Já na Mentoria, o programa não refere receber queixas de falta de habilidades sociais, mas sim oferecem resultados e melhorias em habilidades sociais, visto que os alunos chegam muito tímidos para ser mentorados, mas depois de um ano passam a ser mentor e desenvolvem muitas habilidades organizando eventos para a Mentoria. Quem deseja ser Mentor recebe uma formação específica para isso com duração de um dia sobre o papel do Mentor, o que pode ou não fazer, mas também sobre todos os serviços administrativos da Universidade para poder ajudar os mentorados.

Quando os serviços foram questionados sobre os aspectos das habilidades sociais serem preventivas em termos de saúde mental, todos concordaram, mas quem atua mais diretamente com esses aspectos sociais e preventivos é a Mentoria, visto que seu objetivo é integrar alunos e melhorar a comunicação e a convivência entre todos.

Sobre o tema do atendimento psicológico em grupo, os serviços não mencionaram trabalhos de atendimento a grupos (exceto a Mentoria) por exemplo, nem serviços preventivos de saúde mental como palestras, lives, etc., sendo o SASUP e os Serviços de Psicologia apenas voltados para atendimentos. Contudo a Mentoria faz o papel de promover eventos, integração, desenvolver novas habilidades sendo assim preventiva para a saúde mental dos alunos da UP.

No Brasil, na UNESP, existe desde 2018, o Núcleo Técnico de Atenção Psicossocial da UNESP, com objetivo de acolhimento psicológico, prevenção e promoção de saúde mental, além

de integração e outras vivências terapêuticas. Núcleo este onde está pesquisadora atuou desde 2018 ficando inevitável assim sua comparação com os serviços da UP.

O NTAPS trabalha com forma de psicoterapia breve, de 5 a 7 sessões de atendimento psicológico enquanto os Serviços da UP atuam com tempo indeterminado de médio a longo prazo, com 15 sessões em média ou um semestre. O NTAPS trabalha com grupos e oficinas nas suas frentes de Prevenção e de Assistência, o que é bastante preventivo, tendo essa preocupação psicoeducativa. A UNESP e nem o NTAPS possuem um programa de Mentoria Interpares, o que pode se dizer que foi um aprendizado neste sentido nessa convivência na Universidade do Porto.

No Brasil verificou a existência de um programa de Mentoria na Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP, criado em 2020 com objetivo de integração e boa convivência na Universidade e contribuir para o sucesso acadêmico dos novos estudantes a partir de um melhor acolhimento ao contexto universitário. Assim, por meio da colaboração entre pares, é disponibilizado apoio aos ingressantes acerca do funcionamento e organização da instituição, serviços disponíveis, trajetória nos processos acadêmicos, além da contribuição no processo de adaptação e sociabilização. (Unicamp, 2020).

Na Universidade Estadual do Rio de Janeiro, UERJ, há também desde 2016 um programa de extensão chamado Entreturmas, com o objetivo não exatamente de uma mentoria, mas de uma mediação também para integração entre alunos. (Seixas, et. al, 2021).

Estes programas devem ser pioneiros no Brasil e tendência para o futuro das demais universidades visto o quão importante é olhar para integração, comunicação e prevenção de saúde mental dos atuais estudantes e futuros profissionais.

Considerações finais

Diante do objetivo proposto de conhecer os serviços de atendimento psicológico e da Mentoria da Universidade do Porto, pode dizer-se que os serviços foram conhecidos fisicamente em sua estrutura local, e explorados em seus aspectos de funcionamento. Considerando que tanto a UNESP quanto a Universidade do Porto têm a preocupação e procuram atender as demandas de saúde mental de seus estudantes, então como proposta futura sugere-se a UNESP, quem sabe uma

futura implantação de serviços de Mentoria Interpares, visto que é uma universidade grande e que pode se beneficiar das vantagens da Mentoria. Visto que a Universidade faz parte da sociedade e do mundo do trabalho atual, o estudo contribui para um olhar social para a saúde mental, tirando do indivíduo a culpabilização pelo seu adoecimento. Como limitações pode-se dizer que o estudo de uma única universidade portuguesa pode não traduzir a forma como as demais universidades portuguesas tratam a saúde mental de seus alunos, deixando uma lacuna de pesquisa nessa área.

Referências

ABREU, S.; MURTA, S.G. Pesquisa em Prevenção em Saúde Mental no Brasil: A Perspectiva de Especialistas. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 34, 2018.

ABREU, S.; MIRANDA, A. A. V.; MURTA, S.G. Programas Preventivos Brasileiros: Quem faz e como é feita a prevenção de saúde? **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 21, n.1, p. 163-177, 2016.

ALMEIDA, L. S.; ARAÚJO, A. M. Sucesso Acadêmico no ensino superior: aprendizagem e desenvolvimento psicossocial. In: ALMEIDA, L. S. (org). **Estudantes do ensino superior: desafios e oportunidades**. Braga, Portugal: Ed. ADIPSIEDUC, 2019.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**, Fifth Edition (DSM-V). Arlington, VA: American Psychiatric Association, 2013.

ARRUDA, D. P. Aproximações ao debate sobre o suicídio de adolescentes e jovens negros no brasil. **Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)**, [S. l.], v. 14, n. 39, p. 597–609, 2022. Disponível em: <https://abpnrevista.org.br/site/article/view/1294>. Acesso em: 12 jun. 2023.

ASSIS, A.D.; OLIVEIRA, A.G.B. Vida universitária e saúde mental: atendimento às demandas de saúde e saúde mental de estudantes de uma universidade brasileira. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, Florianópolis, v. 2, n. 4-5, p. 159-177, 2010.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo temática**. Ed. Press Universitaires de France, 1977.

BERNARDELLI, L. V.; PEREIRA, C.; BRENE, P. R. A; CASTORINI, L. D. C.; A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. **Avaliação** (Campinas), v. 27, n. 1, Jan-abr. 2022.

BRAZIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa e ao Controle Social. Óbitos por suicídio entre adolescentes e jovens negros 2012 a 2016. Universidade de Brasília, Observatório de Saúde de Populações em Vulnerabilidade, Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

BRAUN, V.; CLARKE, V. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative Research in Psychology**, v. 3, n. 2. p. 77-101. 2006.

BRAUN, V.; CLARKE, V. Thematic analysis. **The Journal of Positive Psychology**, v. 12, n.3, p. 297-298, 2017. DOI: 10.1080/17439760.2016.1262613.

BOLSONI-SILVA, A. T. **Como enfrentar os desafios da universidade**. Curitiba: Juruá, 2019.

BOLSONI-SILVA, A.T. Habilidades Sociais de universitários: Procedimentos de intervenção na perspectiva da análise do comportamento. In: WIELENSKA, R. C. (Org.). **Sobre comportamento e cognição**: Desafios, soluções e questionamentos, Santo André: ESETec, v.23, p.21-52, 2009.

BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. **Questionário de avaliação de habilidades sociais, comportamentos e contextos para universitários (QHC Universitários)**. Manual de Aplicação. São Paulo: CETEPP Centro editor de testes e pesquisas em psicologia LTDA, 2015.

BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. O Impacto das Habilidades sociais para a depressão em estudantes universitários. **Psicologia: teoria e pesquisa**, Brasília, DF, v. 32, n. 4, jun. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/NGC39GWnfgL98TcVsdQSWqy/?lang=pt>, Acesso em 13 jun. 2023.

BOLSONI-SILVA, A. T.; FOGAÇA, F. F. S.; MARTINS, C. G. B.; TANAKA, T. F.. **Promove-Universitários. Treinamento de habilidades sociais: Guia teórico e prático**. São Paulo: Hogrefe, 2020.

BORTOLATTO, M. O. Treinamento em habilidades sociais com universitários: revisão sistemática da literatura. **Psico**, Porto Alegre, v. 52, n. 1, p. 1-13, jan.-mar. 2021.

BRANDÃO, A. S. **Desempenho acadêmico de universitários, variáveis preditoras: Habilidades sociais, saúde mental, características sociodemográficas e escolares**. Tese de Doutorado, 2016. Universidade de São Paulo. Repositório Institucional da USP. <https://doi.org/10.11606/T.59.2016.tde-21032016-155145>.

BUENO, J. M. H; LEMOS, C. G.; TOMÉ, F. A. M. F. Interesses Profissionais de um grupo de estudantes de Psicologia e suas relações com inteligência e personalidade. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 9, n. 2, p. 271-278, mai./ago, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v9n2/v9n2a13.pdf>. Acesso em: 10 jan. 2019.

CABALLO, V. E. O treinamento em habilidades sociais. In: CABALLO, V. E. (Org.), **Manual de técnicas de terapia e modificação do comportamento**. São Paulo: Santos 1996, p. 3-42.

CABRITO, B. G.; CERDEIRA, M. L. M. O ensino superior em Portugal: evolução e potencialidades. **Revista Humanidades e Inovação**. v.5, n. 8, 2018.

CAMARGO, B. V.; JUSTO, A. M. IRAMUTEQ: um software gratuito para análise de dados textuais. **Temas em Psicologia**, v. 21, n. 2, p. 513-518. 2013. <https://dx.doi.org/10.9788/TP2013.2-16>

CANOLETTI, B.; SOARES, C. B. Programas de prevenção ao consumo de drogas no Brasil: Uma análise da produção científica de 1991 a 2001. **Interface – Comunicação, Saúde e Educação**, n.16, p.115-129. 2004.

CARBALLO, et. al.

CASTRILLÓN, J.J.C.; BUITRAGO, S.C.; TAMAYO, J.J.L. Riesgo suicida en estudiantes universitarios de Manizales (Caldas, Colombia). **Informes Psicológicos**, n. 22, v.1, p. 77-95. 2022. Doi: <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v22n1a05>

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**, n. 9, p. 380-401, 2017.

CAVALCANTI, L. M. R.; GUERRA, M. G. G. V. Os desafios da universidade pública pós-pandemia da Covid-19: o caso brasileiro. **Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, v. 30, n. 114, p 1-21. 2021. <https://doi.org/10.1590/S0104-40362021002903113>

CERCHIARI, E. A. N.; CAETANO, D.; FACCENDA, O. Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública. **Psicologia Ciência e Profissão**, v. 25, n.2, p. 252-265, 2005.

CONRAD, R. C. et al. College student mental health risks during the COVID-19 pandemic: Implications of campus relocation. **Journal of Psychiatric Research**, n. 136, p. 117–126. 2021. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.01.054>

COSTA, C. S. B.; et. al. Plantão de escuta psicológica: da implantação à expansão para promoção da saúde. **Revista saúde & ciência online**, v. 9, n. 1, p. 130-151, 2020.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A.; PEIXOTO, E. M. Inventário de Habilidades Sociais-2 Del-Prette: ampliando e atualizando as propriedades psicométricas. **Estudos de Psicologia**, [S. l.], v. 38, 2023. Disponível em: <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/estudos/article/view/7290>. Acesso em: 12 jun. 2023.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. Social Skills Inventory (SSI- Del Prette): Characteristics and studies in Brazil. In: OSORIO, F. L. (Org). **Social Anxiety Disorders: From Theory to Practice**. Nova Iorque: Nova Science Publishers, 2003, p. 49-62.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia das habilidades sociais: terapia e educação**. Petrópolis: Vozes, 1999.

D’EL REY, G. J. F.; MATOS, C. W.; LACAVA, J. P. L.; FLUMINHAN, R. Mini-inventário de fobia social (mini-spin): confiabilidade da versão em língua portuguesa, **Psychiatry on line Brasil** v. 13, n. 1, 2008.

ERIKOSN, E. H. **Identidade, Juventude e Crise**. Rio de Janeiro: ZAHAR Editores. 1976.

FINGER, I. R.; ARGIMON, I. I. L. Propriedades Psicométricas do Inventário de Depressão de Beck-II (BDI-II) em uma Amostra Universitária, **Revista de Psicologia da IMED**, v. 5, n. 2, p. 84-91, 2013.

FRANÇA, C. L.; BARLETA, J. B.; MURTA, S. G.; TAVARES, T.N.G. Intervenções breves aplicadas a prevenção e promoção em Saúde Mental. In: MURTA, S. G.; FRANÇA, C.L.; SANTOS, K.B.; POLEJACK, L. (Orgs) **Prevenção e Promoção em Saúde Mental**. Novo Hamburgo: Editora Sinopsys, 2015.

FRAGELLI, T. B. O.; GÜNTHER, I. A. A promoção da saúde na perspectiva social ecológica. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, n. 21, v.2, p.151-158, 2008.

Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. **V pesquisa do perfil socioeconômico e cultural dos(as) graduandos (as)**. 2019. Disponível em: <https://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2019/05/V-Pesquisa--Nacional-de-Perfil-Socioeconomico-e-Cultural-dos-as-Graduandos-as-das-IFES-2018.pdf> Acesso em: 02. Mai. 2023.

GARCIA, L. M.; CAPELLINI, V. L. M. F.; MANENTE, M. V. Acolhimento psicológico de estudantes universitários da UNESP: Análise de queixas e do perfil psicossocial durante a pandemia. **Revista eletrônica de Investigação Multidisciplinar**, v. 2, n. 3, p. 1-123, 2023.

HALGRAVEZ, L.; SALINAS, J.; MARTÍNEZ, G.; RODRÍGUEZ, O. Percepción de estrés en universitarios, su impacto en el desempeño académico, afrontamiento y apoyo familiar. **Revista Mexicana de Estomatología**, n.3, v.2, p. 27-36, 2016.

JARDIM, J. **Programa de Desenvolvimento de Competências Sociais e Pessoais**. Lisboa: Ipiaget Editora. 2010.

LASTRE, K.; LÓPEZ, S.; LUZ, D.; ALCÁZAR, C. B. Relación entre apoyo familiar y el rendimiento académico en estudiantes colombianos de educación primaria. **Psicogente**, v. 21, n. 39, p. 102-115, 2018.

LEITE, M. de F.; FARO, A. Evidências de validade da GAD-7 em adolescentes brasileiros. **Psico USF**, v. 27, n. 2, p. 345-356, 2022.

LEME V. B. R. et. al. Habilidades Sociais e Prevenção do Suicídio: Relato de Experiência em Contextos Educativos **Estud. pesqui. psicol.** Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 284-297, 2019. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812019000100016&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 26 ago. 2023.

LORETO, G. Contribuição do aconselhamento psicológico para a saúde mental dos universitários. **Neurobiologia**, v. 28, p. 283-296, 1965.

MACHADO, P. R. P. **Saúde mental dos estudantes universitários: os programas de assistência psicológica da Universidade Federal Fluminense**. Trabalho de Conclusão de Curso (Faculdade de Engenharia de Produção) Universidade Federal Fluminense. Escola de Engenharia, Niterói, 58f. 2022.

MILLER, K.; WAKEFIELD, J. R. H.; SANI, F. On the reciprocal effects between multiple group identifications and mental health: A longitudinal study of Scottish adolescents. **Br J Clin Psychol**, v. 56, p. 357-371, 2017.

MORETTO, L. A.; BOLSONI-SILVA, A. T. Promove-Universitários: Efeitos na promoção de interações sociais e saúde mental. **Interação em Psicologia**, n. 3, v. 23, p. 357-367, 2019.

MONTEZELI, J. H.; HADDAD, M. C. F. L. Habilidades sociais e à prática profissional em enfermagem. **Ciência Cuidado e Saúde**, v. 15, n.1, 2016. doi:10.4025/cienccuidsaude.v15i1.32767

NOGUEIRA, C. C. C. et. al. Habilidades sociais e expectativas acadêmicas em estudantes de enfermagem. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 20, n.1, p. 99-118, 2020.

O'CONNEL, M. E.; BOAT, T.; WARNER, K. E. **Preventing mental, emotional, and behavioral disorders among young people**: Progress and possibilities. Washington, DC: The National Academies Press, 2009.

OLIVEIRA, T., GARCIA, L. M, CASTRO, E. O.; CAPELLINI, V. L. M. F. Alcances e desafios nos dois anos e meio de implementação de um Núcleo de Atenção Psicossocial. In: MORAES, I. K. D. N. (Ed.), **Saúde e aplicações interdisciplinares**, p. 335-348, e-Publicar. 2021. doi 10.47402/ed.ep. c202153627980.

OLIVEIRA, T.; SANTANA, F. A. L.; BELEI-MARTINS, G.; BOLSONI-SILVA, A. T. Cultura do cuidado no ensino superior: A universidade, as políticas públicas e o Promove-Universitários. **Perspectivas em análise do comportamento**, v. 14, n. 2, p. 208-227. 2023.

ORTOLAN, M. L. M.; SEI, M. B.; VICTRIO, K. C. Serviço-escola de psicologia e potencialidades dos projetos de extensão: construção de políticas públicas em saúde mental. **Revista Brasileira de Tecnologias Sociais** – Itajaí, v. 5, n. 1, 2018.

OSSE, C.M.C.; COSTA, I.I. Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 28, n. 1, p. 115-122, janeiro/março, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v28n1/a12v28n1.pdf>. Acesso em: 16 jan. 2023.

OTALAVARO, L. E. O.; VALENCIA, L. I.; GRACIANO, L. C. A.; CAICEDO, Y. A. B.; VALDERRAMA, T. R. Desempenho acadêmico, clima social familiar, habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios **Informes Psicológicos**, v. 2, n. 22, p. 85-100. 2022.

PADRÃO, M. R. V. A. et. al. Educação entre pares: protagonismo juvenil na abordagem preventiva de álcool e outras drogas. **Ciênc. Saúde Colet.** v. 26, n. 07, jul. 2021.

PENHA, J. R. L.; OLIVEIRA, C. C.; MENDES, A. V. S. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. **J Health NPEPS**. v. 5, n.1, p. 369-395, 2020.

PERES, R. S.; SANTOS, M. A.; COELHO, H. M. B. Perfil da clientela de um programa de pronto-atendimento psicológico a estudantes universitários. **Psicol. Estud**, v. 9, n. 1, 2004.

RIBEIRO, A. M. F.; **Resiliência e sentimento de pertença: estudo comparativo entre estudantes universitários tradicionais e não tradicionais portugueses e polacos**, 2020. 57f. Dissertação (Mestrado). Universidade do Porto. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Porto, Portugal, 2020.

RIBEIRO, D. C.; BOLSONI-SILVA, A. T. Potencialidades e dificuldades interpessoais de universitários: estudo de caracterização. **Acta Comportamentalia**, v. 19, n. 2, p. 205-224, 2011.

RIBEIRO, D. A. P.; JUNIOR, G. A. Atendimento psicológico em ambiente universitário: uma experiência de acolhimento das demandas psicopedagógicas. **Rev. Psicol Saúde e Debate**, v. 7, n. 2 p. 66-82, 2021.

ROCHA, A. F. R.; **Depressão e ansiedade no ensino superior: estudo comparativo entre estudantes universitários**. 2018. 27f. Dissertação (Mestrado). Universidade do Porto. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Porto, Portugal, 2018.

RODRIGUES, S. V.; GARCIA, S. J.; SILVA, M. O. Habilidades sociais e tabagismo: uma revisão de literatura. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 63, n. 1, p. 31-41, 2011.

RULL, M. A. P.; SÁNCHEZ, M. L. S.; CANO, E. V.; MÉNDEZ, M. T. C.; MONTIEL, P. H.; GARCÍA, F. V. Estrés académico en estudiantes universitarios. **Psicología y Salud**, v. 21, n. 1, p. 31-37, 2011

SÁ, C.; et. al. **Estudantes nacionais e internacionais no acesso ao ensino superior: quem são, que escolhas fazem e como acedem ao mercado de trabalho**. EDULOG: PORTO, 2021.

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. **Psic. Esc. Educ.** v. 25, p. 1-13, 2021.

SALVO, C. G.; MAZZAROTTO, I. H. K.; LOHR, S. S. Promoção de habilidades sociais em pré-escolares. **Rev. bras. crescimento desenvolv. hum.**, São Paulo , v. 15, n. 1, p. 46-55, abr. 2005 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822005000100006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 26 ago. 2023.

SANTAMARIA, B.; VALDÉS, M.V. Rendimiento del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria: influencia delas habilidades sociales y la inteligencia emocional. **International Journal of Developmental and Educational Psychology**, n.1, p. 57-66, 2005. Disponível em:

https://scholar.google.es/scholar?cluster=3982401483945911843&hl=es&as_sdt=2005&scioldt=0,5 Acesso em: 01 fev. 2023.

SCOPELLTI, M.; TIBERIO, L. Homesickness in university students: the role of multiple place attachment. **Environment and behavior**, n. 42, v.3, p.335-350, 2010.

SEIXAS, L. V. S. et al. VII CONEDU - Conedu em Casa... Campina Grande: Realize Editora, 2021. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/81076>>. Acesso em: 11 jan. 2024.

SILVA, M. P.; MURTA, S. G. Treinamento de habilidades sociais para adolescentes: uma experiência no programa de atenção integral à família (PAIF). **Revista Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 22, n. 1, p. 136-143, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/9mispWjYS5pjRFn4qzyT9VwD/> Acesso em: 03 out. 2023.

SILVA, S. M.; ROSA, A. R. O impacto da covid-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção. **Revista Prakis**. n. 2, p. 191-206, 2021.

SKRODZKA, M.; SOSNOWSKI, P.; BILEWICZ, M.; STEFANIAK, A.; Group identification attenuates the effect of historical trauma on mental health: A study of Iraqi Kurds. **Am J Orthopsychiatry**, n. 91, v. 6, p. 693–702, 2021.

SOARES, A. P.; GUISANDE, M. A.; ALMEIDA, L. S. Autonomía y ajuste académico: un estudio con estudiantes portugueses de primer año. **International Journal of Clinical and Health Psychology**, n.7, v.3, p.753-765, 2007.

SOUZA, D. C.; ROSSATO, L.; CUNHA, V. F. da; OLIVEIRA, P. P. C. de; CAMPOS, S. O.; SCORSOLINI-COMIN, F. Saúde mental na universidade: relato de um serviço de psicoterapia para estudantes de enfermagem. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 1, 2020. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497964427022>>. Acesso em: 17. jul. 2023.

SOUZA, M. S.; SOARES, A. B.; FREITAS, C. P. P. Social Emotional Learning (sel) Program among fifth graders, three and six months later. **Revista Colombiana de Psicología**, v. 31, n. 1, p. 35-48, 2022.

SUEHIRO, A. C. B. Autoconceito e desempenho acadêmico em alunos de psicologia. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v. 24, n. 44, p. 55-64, jan./mar. 2006.

SUNDE, R. M. Saúde mental da comunidade universitária na pós-pandemia: desafios e perspectivas. **PSI UNISC**, v. 6, n. 2, p. 124-138, 6 set. 2022.

SUNDE, R. M. Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários. **PSI UNISC**, v. 5, n. 2, p. 33-46, 2021. doi: 10.17058/psiunisc.v5i2.16348

TORRES, F. P. **Vivências no Ensino Superior: a experiência da Mentoria na FPCEUP**. 2016, 98f. Dissertação. (Mestrado). Universidade do Porto. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Porto. 2016.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS. Pró Reitoria de Graduação Universitária. Mentoria Unicamp, 2020. Disponível em: < <https://www.prg.unicamp.br/mentoria/>>, acesso em 27 ago. 2023.

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. Plano de Desenvolvimento Institucional da UNESP – PDI. 2019.

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. Coordenadoria de Permanência Estudantil, 2021. In: <<https://www2.unesp.br/portal#!/cope>> Acesso em: 20 nov. 2022.

VARGAS, J.M; ZAMPIERI, A. C. B. As expectativas dos estudantes de Psicologia sobre a atuação profissional no mercado de trabalho. **Anais... I Mostra de Iniciação Científica Curso de Psicologia da FSG**, v.1, n.1, 2014. Disponível em: <http://ojs.fsg.br/index.php/amspic/article/view/1402>. Acesso em: 16 jan. 2019.

VALE, A. C. C.; MAIA, B. M. M. R. **Ansiedade social e ideação e comportamento suicida em estudantes universitários**. Dissertação. Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde. Universidade Católica Portuguesa, 2020.

VELOSO, L. U. P.; LIMA, C. L. S.; SALES, J. C. S.; MONTEIRO, C.F.S.; GONÇALVES, A.M.S.; SILVA JÚNIOR, F. J. G. Ideação suicida em universitários da área da saúde: prevalência e fatores associados. **Rev. Gaúcha Enferm.** 2019. doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20180144>.

VELLOSO, L. et al. **A importância das redes humanas na integração dos discentes universitários**. Anais VII CONEDU - Edição Online... Campina Grande: Realize Editora, 2020. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/67694>>. Acesso em: jan. 2024.

VILLALOBOS, J.; FLÓREZ, G.; LONDOÑO, D. La escuela y la familia en relación con el alcance del logro académico. La experiencia de la Institución Educativa Antonio José de Sucre de Itagüí (Antioquia). **Revista Aletheia**, n. 9, v. 1, p. 58-75. 2017.

XAVIER, F. M. F.; FERRAZ, M. P. T.; MARC, N.; ESCOSTEGUY, N. V.; MORIGUCHI, E. H. Elderly people's definition of quality of life. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, n. 25, v.1, p. 31-39, 2003.

ZOCHIL, M. L.; THORSTEINSSON, E. B. Exploring poor sleep, mental health, and help-seeking intention in university students. **Australian Journal of Psychology**, v. 70, p. 41-47, 2018.

APÊNDICES

ESTUDO 1

ANEXO 1 – Entrevista Histórico NTAPS

- 1) Na sua visão como surgiu o ntaps?
- 2) Qual foi a importância do surgimento do núcleo naquele momento?
- 3) Qual foi sua participação no início do projeto?
- 4) Você acompanhou o desenvolvimento do projeto? Na sua opinião como o núcleo se desenvolveu?
- 5) O que você considera mais importante no núcleo hoje?
- 6) Você tem sugestões de melhorias para o futuro do projeto?

ESTUDO 3

APÊNDICE 2 - Roteiro para Entrevista Semi-estruturada

Para Coordenadores das áreas: SASUP, Consultas Psicológicas e Programa de Mentoria.

- 1) Há quanto tempo existe o serviço/dispositivo?
- 2) Há quanto tempo está envolvido neste serviço?
- 3) Como surgiu esse serviço/dispositivo?
- 4) Como os/as estudantes se inscrevem?
- 5) Após a inscrição, o que acontece? Há alguma triagem ou tempo de espera?
- 6) O/a estudante pode receber atendimento psicológico por quanto tempo?
- 7) Quantas pessoas há na equipe do serviço/dispositivo?
- 8) O serviço é pago? Os/as estudantes recebem algum desconto?
- 9) Quantos/as estudantes são atendidos em média por semestre?
- 10) De acordo com o seu conhecimento, quais são os pedidos ou necessidades mais frequentes dos estudantes?
- 11) São sinalizadas com frequência queixas ou pedidos associados a défices nas habilidades ou competências sociais? Se sim, como são abordados esses déficits de habilidades sociais? Há algum programa específico?
- 12) Se sim, é comum ser identificada uma relação entre sintomas de ansiedade e/ou depressão e habilidades ou competências sociais?
- 13) Na sua opinião qual a importância deste serviço/dispositivo? Que aspetos positivos e negativos/sugestões de mudança identificaria?

Para profissionais dos serviços: SASUP, Consultas Psicológicas e Mentoria

- 1) Fale-nos um pouco acerca do seu percurso e como chegou até a este serviço?

- 2) Como descreveria o seu dia a dia como profissional? Como é fluxo dos atendimentos (horário, número de sessões médio por cada pessoa)?
- 3) Na sua prática atual, é comum realizar trabalho de atendimento psicológico mediado por tecnologias atualmente? E no período da pandemia? Se sim, como se habituou a esta modalidade?
- 4) É mais comum existir atendimento individual ou existem situações em que se privilegia intervenção em grupo? Porquê?
- 5) Quais são os pedidos ou queixas mais comuns dos/as estudantes universitárias?
- 6) Após encerramento dos processos/alta é comum existir algum encaminhamento para outros serviços, por exemplo do Sistema Nacional de Saúde?
- 7) Na sua opinião qual a importância deste serviço? Que aspetos positivos e negativos/sugestões de mudança identificaria?

Para Mentores:

- 1) Como conheceu o dispositivo de mentoria?
- 2) Porque se inscreveu para ser Mentor/a?
- 3) Como foi a preparação/formação para ser tornar mentor/a?
- 4) Como descreveria o seu papel ou a sua função como mentor/a? O que faz, porque o/a procuram, durante quanto tempo, com frequência? (eventualmente pedir para partilhar melhor e pior experiência como mentor/a).
- 5) Qual é, na sua opinião, a importância deste dispositivo para integração de estudantes?
- 6) Quais as principais vantagens e limitações que existem para mentorados/as?
E para os/as Mentores/as, quais são as principais vantagens e limitações?
- 7) É comum, receberem queixas ou identificarem situações que precisam de acompanhamento psicológico no serviço de Mentoria? Se sim, como lidam com as mesmas?

- 8) É comum, receberem queixas ou identificarem dificuldades de habilidades/competências sociais, por exemplo, dificuldades em fazer amizades, dificuldades em falar com os professores? Se sim, como lidam? O que faz?

Para os alunos usuários do Serviço de Mentoria: (mentorados)

- 1) Porque se inscreveu neste dispositivo? Como teve conhecimento acerca do mesmo e como se inscreveu?
- 2) Participou há quanto tempo?
- 3) Qual é a sua opinião, até ao momento acerca da Mentoria? Aspectos mais e menos positivos?
- 4) Quais as principais atividades em que esteve envolvido enquanto mentorado/a? Que tipo de apoio recebeu e/ou gostaria de ter recebido?
- 5) Recomendaria o serviço para outros alunos?
- 6) No seu caso pessoal, o serviço contribuiu para melhorar em termos pessoais, académicos e sociais? Porquê? Principais vantagens e limitações/sugestões de melhoria?