

APOIO PSICOLÓGICO AO UNIVERSITÁRIO: A EXPRESSÃO DO SOFRIMENTO EM OFICINAS VIRTUAIS

Jonas Cardoso Lomba¹; <https://orcid.org/0000-0002-8930-5665>

Miriam Aparecida Graciano de Souza Pan²; <https://orcid.org/0000-0002-9704-6958>

Resumo

Este artigo apresenta uma proposta metodológica de apoio psicológico no Ensino Superior, desenvolvida por meio de rodas de conversa presenciais e oficinas realizadas em ambiente virtual, voltadas a estudantes que apresentam algum grau de sofrimento que possa culminar em questões de saúde mental e a subsequente evasão nesse nível da educação no Brasil. Tem por objetivo descrever os procedimentos metodológicos e avaliar seus resultados, considerando a adesão, o tipo de participação nas diferentes etapas propostas e a avaliação de uma das participantes, em entrevista individual, presencial. Constatou-se que a fase presencial da pesquisa representou uma dificuldade aos estudantes que tinham interesse na participação, mas não aderiram à proposta. Na fase virtual, fica evidenciado que escrever, para alguns estudantes, pode representar uma maneira possível para que sentimentos e pensamentos sejam expressos de modo intenso, também promovendo a troca entre participantes e o consequente ganho coletivo.

Palavras-chave: Apoio psicológico; Sofrimento psíquico; Estudante universitário; Ciberespaço; Oficina virtual.

Psychological Support to the College Student: the suffering expression in virtual workshops

Abstract

This paper presents a methodological proposal for psychological support in Higher Education, developed through face-to-face conversation circles and workshops held in a virtual environment, aimed at students who present some degree of suffering that may culminate in mental health issues and the subsequent evasion in this level of education in Brazil context. This research aims to describe the methodological procedures and evaluate their results, considering the adherence, the type of participation in the different stages proposed and the evaluation of one of the participants, in individual, face-to-face interviews. It was found that the presential phase of the research represented a difficulty for students who were interested in participating but did not adhere to the proposal. In the virtual phase, it is evident that writing, for some students, may represent a possible way for feelings and thoughts to be expressed intensely, also promoting the exchange between participants and the consequent collective benefit or growth.

Keywords: Psychological support; Psychological distress; College student; Cyberspace; Virtual workshop.

Apoyo psicológico a estudiante universitario: la expresión del sufrimiento en talleres virtuales

Resumen

Este artículo presenta una propuesta metodológica para el apoyo psicológico en la educación superior, desarrollada a través de círculos de conversación cara a cara y talleres realizados en ambiente virtual, dirigida a estudiantes que tienen un cierto grado de sufrimiento que puede culminar en problemas de salud mental y deserción en este contexto de nivel educativo en el contexto brasileño. El objetivo de esta investigación es describir los procedimientos metodológicos y evaluar sus resultados, considerando la adherencia, el tipo de participación en las diferentes etapas propuestas y la evaluación de una de las participantes en entrevista individual cara a cara. Se encontró que la fase presencial de la investigación representó una dificultad para los estudiantes que aún interesados en participar, no han adherido a la propuesta. En la

1 Universidade Federal do Paraná – UFPR – Curitiba – PR – Brasil; jonaslomba@gmail.com

2 Universidade Federal do Paraná – UFPR – Curitiba – PR – Brasil; miriamagspan@yahoo.com.br

fase virtual, es evidente que la escritura, para algunos estudiantes, puede representar una posible forma de expresar con intensidad sentimientos y pensamientos, promoviendo también el intercambio entre los participantes y la consecuente obtención de logros colectivos.

Palabras clave: Apoyo psicológico; Angustia psicológica; Estudiante universitario ciberespacio; Taller virtual.

Introdução

O processo de transição ao ensino superior produz transformações de ordem subjetiva próprias ao processo de construção das identidades profissionais dos universitários em formação. O choque produzido pelo ingresso nesse nível formativo, contudo, traz consigo um sofrimento que nem sempre se soluciona ao longo da formação, podendo levar a processos psíquicos de sofrimento e de adoecimento, conforme constatado em pesquisas recentes (Santana, Pimentel & Veras, 2020; Granger & Cerqueira, 2019; Arino, & Bagardi, 2018; Andrade, Tiraboschi, Antunes, Viana, Zanoto & Curilla, 2016), contribuindo com o elevado índice de evasão no ensino superior brasileiro (Hengles & Pereira, 2017; Santos Junior & Real, 2017). A necessidade de intervir neste contexto é uma evidência; no caso da Psicologia, é uma questão de urgência.

Estudos sobre a vulnerabilidade dos estudantes universitários que demonstram altos níveis de sintomas para ansiedade, estresse e depressão evidenciam a relação entre adoecimento e fatores acadêmicos e de carreira, indicando a necessidade de se estabelecer instrumentos para sua detecção precoce (Arino & Bagardi, 2018). Também apontam para a necessidade de ampliar a discussão em torno da saúde mental dos universitários e de desenvolver programas de prevenção e intervenção (Granger e Cerqueira, 2019; Tundis & Monteiro, 2018).

A construção de modelos de intervenção psicológica na educação, entretanto, requer trabalhar com categorias específicas desta área, bem como delinear as abordagens que as sustentam e que sejam compatíveis com a esfera educacional, a fim de se evitar abordagens subjetivistas e individualizantes, uma vez que o espaço subjetivo concedido a jovens ingressantes por meio de políticas diferenciadas de acesso pode configurar um tipo de visibilidade destacada pelo fracasso ou pelo excesso de empenho para assegurar resultados positivos em seus estudos, culminando com a produção de sofrimento, de sentimento de incapacidade, de adoecimento. Um modelo de intervenção psicológica que reúne ensino, pesquisa e extensão, delineado sob a perspectiva da Psicologia Histórico-Cultural e alinhado

ao aporte da concepção de linguagem dos teóricos do Círculo de Bakhtin foi criado e implantado em uma universidade pública brasileira em 2013 (Pan, 2013, 2016), e serviu de base para uma proposta de intervenção que contemple o ambiente virtual, inovação aqui proposta.

O sofrimento no cenário acadêmico envolve alto grau de complexidade. Investigar algumas das possíveis razões para o início de algum grau de sofrimento psíquico ou adoecimento torna necessário considerar que, como afirma Sawaia (2001/2014), estas se relacionam às questões éticas e políticas. A autora ressalta a importância de se levar em consideração a afetividade e os aspectos emocionais implicados na questão da exclusão, uma vez que estão sempre relacionados a fatores éticos e sociais. Aspectos psicológicos, sociais e políticos encontram-se radicalmente interligados e oferecem sentido às experiências individuais e coletivas dentro dos contextos formativos das universidades.

Em maio de 2018, período de realização desta pesquisa, o Conselho Federal de Psicologia (CFP) publicou a Resolução nº11/2018 que “regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meio de tecnologias da informação e da comunicação”, com limites no número de atendimentos e em caráter de pesquisa, revogando resoluções anteriores que restringiam a atuação dos psicólogos por meio desses recursos (CFP, 2018). Em 2020, a fim de possibilitar os atendimentos psicológicos *online* no contexto da COVID-19, o trabalho remoto é flexibilizado. Os psicólogos passaram a pensar, discutir e contribuir para o desenvolvimento de novas formas de atuação, agora *online*, que demandam registro e avaliação, bem como um domínio maior e um conhecimento aprimorado sobre a cibercultura. Pensar o ambiente virtual como campo de atuação para o psicólogo demanda uma breve história sobre o tempo e o espaço em que sua prática acontece.

Pierre Lévy (1999) estudou os movimentos ocorridos na sociedade desde a origem do que chamou de “expansão da cibercultura” (p. 11), que ganha a proporção de um segundo dilúvio – o informacional – fazendo alusão ao bíblico (Souza, 2011, p. 34).

Definiu a cibercultura como um “conjunto de técnicas (materiais e intelectuais), de práticas, de atitudes, de modos de pensamento e de valores que se desenvolvem juntamente com o crescimento do ciberespaço” (Lévy, 1999, p. 17). Em ambiente virtual, as mensagens partilham o mesmo (ciber)espaço, como nos livros com as posições entre um escritor e seu leitor, que se mantêm distantes, mas a transmissão do que escreve pode ser sincronizada com o leitor presente. No mundo virtual, o contato ocorre sincronizadamente ou de modo assíncrono. Essas mensagens, sejam elas textos, vídeos, áudios, imagens ou qualquer outra forma, podem ter seus sentidos múltiplos desvelados, de acordo com os receptores ou respectivos contextos em que elas são visualizadas/recebidas.

Para entender o ciberespaço como uma cultura que possui um tipo próprio de comunicação, de textualidade, de discursividade, pensando em sua dimensão humana e histórica, individual e coletiva, e em permanente movimento, aproximamos o ciberespaço de Levy à concepção de gêneros do discurso delineada por Mikhail Bakhtin, oriunda da observação feita sobre “cada campo da atividade humana estar tramado por uma forma particular da linguagem” e atrelado à necessidade que a humanidade tem de expressar-se.

Uma determinada função (científica, técnica, publicística, oficial, cotidiana) e determinadas condições de comunicação discursiva, específicas de cada campo, geram determinados gêneros, isto é, determinados tipos de enunciados estilísticos, temáticos e composicionais relativamente estáveis.” (Bakhtin, 1979/2011, p. 266)

Uma forma própria de linguagem configura a comunicação no ciberespaço em forma de um “gênero ciberespacial” cuja peculiaridade é a influência que recebe e exerce em um grande número de gêneros primários e secundários. Isso porque nas infovias podem ser encontrados trechos de obras de arte em diversas formas de expressão no mesmo lugar e por vezes mesclados com conversas do cotidiano, atendendo às ideias do sujeito falante/escritor. Essa forma própria de expressão não se limita à palavra da língua, mas são enunciados concretos, posicionados na arena discursiva em um dado espaço-tempo virtual.

A partir do gênero ciberespacial e do modelo desenvolvido pelo Projeto PernaneSendo (Pan, 2013),

em forma de Rodas de Conversa e de Oficinas, a presente pesquisa delineou uma prática de apoio ao universitário em ambiente virtual e propõe-se a analisar e expor uma avaliação quanto ao potencial de um modelo de apoio psicológico ao universitário em ambiente virtual para intervenção sobre o sofrimento psíquico. Pergunta-se, assim: Seria o ciberespaço um campo possível de intervenção junto ao universitário em sofrimento psicológico no contexto acadêmico?

Método

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter interventivo, realizada de modo presencial e remoto, com atividades síncronas e assíncronas. As atividades presenciais foram realizadas no CEAPPE – Centro de Assessoria e Pesquisa em Psicologia e Educação, da Universidade Federal do Paraná (UFPR), onde estão centralizadas as ações de extensão e pesquisa do Projeto PermaneSendo (Pan, 2013, 2016), assim conhecido pela comunidade universitária, que possui sua versão de pesquisa aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (registro na Plataforma Brasil sob parecer 1858494). As atividades não presenciais foram realizadas integralmente em ambientes virtuais, com programas para produção e edição de texto ou conversa *online*.

Participantes

A pesquisa contou com a inscrição de vinte e cinco estudantes de cursos de graduação e pós-graduação da Universidade Federal do Paraná (UFPR). Sete estudantes participaram das atividades. Uma estudante concluiu todas as etapas da pesquisa e foi convidada a realizar a entrevista final de avaliação do processo, tendo assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Para garantir o sigilo sobre sua identidade, ela será identificada como “Rosa”.

Materiais e procedimentos

Foi utilizado um aparelho celular na função de gravador para registrar o áudio das atividades presenciais; atividades realizadas em ambiente virtual ocorreram de acordo com os equipamentos que as participantes dispunham para acessar os aplicativos para conversa e produção de texto: *Whatsapp*, *Google Docs* e suas contas de *e-mail*.

Três etapas foram delineadas: introdutória, de desenvolvimento e de avaliação.

1. A etapa introdutória tratou da exploração das possíveis formas de comunicação com a comunidade discente, constituindo-se momento de consulta, divulgação e convocação.
2. A etapa de desenvolvimento consistiu na realização/aplicação das duas Rodas de Conversa presenciais, as quais subsidiaram a elaboração das Oficinas de Escrita subsequentes, aplicadas em ambiente virtual.

A Roda de Conversa é um espaço grupal para que estudantes possam dialogar abertamente com seus pares, reconhecendo-se nos enunciados dos demais, confrontando-se com seus próprios sentimentos e constatações de que não são os únicos a enfrentar questões difíceis no contexto acadêmico. As participantes das Rodas de Conversa compartilham suas conquistas e falam sobre os obstáculos encontrados à sua permanência nos respectivos cursos. Tal espaço permite que coletivamente exerçam a reflexão que pode culminar no encontro com algumas respostas aos seus questionamentos quanto ao que quer que já tenham enfrentado até o momento (Branco & Pan, 2016; Pan & Zonta, 2017, Jacques & Pan, 2018).

As Oficinas constituem-se de espaços semelhantes às Rodas de Conversa, dedicada aos estudantes que buscam apoio para questões que podem ir desde a reflexão sobre as narrativas de vida em contextos acadêmicos, a autoria de textos científicos, até aos processos de leitura/escrita de textos científicos, passando pela mesma troca de experiências e anseios em relação à carreira, cursos e demais temas relacionados à permanência (Pan, 2013, 2016, 2018; Pan & Litenski, 2018).

Para esta pesquisa foram realizadas duas Rodas de Conversa com duração média de uma hora, no formato presencial. As Oficinas de Escrita, diferentemente do que já ocorria no projeto, aconteceram integralmente em ambiente virtual, acessando os espaços de trabalho através do dispositivo eletrônico que a participante dispunha. O ambiente virtual seria o grupo de conversa/chat no *Whatsapp*, os arquivos contendo cabeçalhos com as orientações de cada atividade com possibilidade para conversa/chat e caixa de *e-mail*. Sua realização deu-se em quatro encontros, seguindo as temáticas referentes a: preparação, ingresso e processo de transição; novas relações sociais; expectativa *versus* realidade; construção da autoria, referente à construção de si e da subjetividade.

3. Para a etapa de encerramento foi realizada uma entrevista presencial, em profundidade, para a avaliação do método empregado, com uma hora de duração.

Registro e análise dos dados

O armazenamento dos dados foi realizado no “*Google Drive*”, sendo composto por três arquivos de áudio e suas respectivas transcrições em texto (dois das rodas de conversa inaugurais e um da entrevista de encerramento); sete arquivos de texto produzidos nas oficinas, sendo cinco textos de histórias compartilhadas (construídos pelo grupo) e dois textos individuais; formulários de inscrição com 21 respostas. Reuniram-se também todos os *e-mails*, registro das conversas via *whatsapp* e arquivos ou obras (escritas, cinematográficas, musicais etc.) utilizados como sugestão para reflexão.

Para este estudo, analisa-se a adesão e a participação das estudantes nas atividades propostas nas diferentes etapas da pesquisa como potencial à expressão de suas vivências, bem como a avaliação das oficinas a partir dos enunciados extraídos de diálogos no *Whatsapp* e dos dados da entrevista de avaliação realizada com uma das participantes, a fim de se proceder a uma análise crítica da prática empreendida.

Resultados

A sondagem de interesses, o processo e o manejo de ferramentas virtuais

A pesquisa lançou-se numa investigação sobre o interesse e a possibilidade de engajamento numa atividade dentro de um molde semipresencial, evocando o tema das características sobre a saúde mental no contexto acadêmico.

Para tanto, foram criadas na página “*Canva*” (*canva.com*), com suas ferramentas para criação e edição de imagens, as postagens com imagens/*folders* virtuais e impressos para serem publicadas nas redes sociais (*Facebook*), listas de *e-mails*, aplicativos de conversa (*Whatsapp* e *Telegram*), de modo “orgânico” (gratuito, sem custo algum para publicização dos conteúdos).

O critério nesse momento da pesquisa foi contabilizar o número de pessoas envolvidas com as publicações. Foram quatro ações de divulgação via *Facebook*, possíveis de serem compartilhadas por qualquer

usuário da internet, sem qualquer tipo de restrição ou censura de conteúdo: três imagens acompanhadas por textos informativos, sendo a primeira avisando sobre inscrições para o evento que aconteceria em breve e duas imagens para divulgar o período de inscrição, com uma postagem criando um “evento” na mesma rede social para reunir possíveis interessados.

Além dessas estratégias para alcançar o público-alvo, foi criada uma conta de e-mail especialmente para estabelecer a relação com os interessados, para esclarecer possíveis dúvidas, disparar mensagens de *e-mail*, coletar dados das inscrições, entre as demais tarefas das etapas seguintes, a seguir descritas.

A fase das inscrições registrou vinte e cinco participantes. Foi solicitado o registro do nome, curso, número do telefone/*whatsapp*, os melhores horários para participação da etapa inaugural, *e-mail* e a resposta para a pergunta “Quando você é o estudante que a universidade espera?”. A partir das respostas organizou-se um grupo de *e-mail* e *Whatsapp*.

Esses seriam os canais abertos para diálogo entre pesquisador e participantes da pesquisa. Através deles foram combinados os horários para a Roda de Conversa inicial, por onde o material disparador das atividades circulou; também foi marcada a Entrevista de Encerramento.

Constatou-se que o interesse pelo tema foi maior do que a possibilidade de comparecer à roda de conversa presencial, pois, do total, sete estudantes iniciaram as atividades propostas pela pesquisa, sendo a participação flutuante ao longo das oficinas.

A quantidade de dados registrados revela, contudo, a intensidade com que os participantes se expressaram em relação à experiência acadêmica, o que permite afirmar sobre a potencialidade de se criar formas de apoio ao universitário por meio das infovias.

Destacam-se aqui as múltiplas possibilidades de expressão, engajamento e diálogo que a cibercultura oferece tanto para a intervenção quanto para a pesquisa junto a universitários, uma vez que, no contexto desta pesquisa, as estudantes se encontram familiarizadas com as redes virtuais e seus modos de comunicação. Da mesma forma, esse domínio por parte do pesquisador psicólogo em contexto de intervenção psicológica foi fundamental para o sucesso das práticas empreendidas, em especial por tratar-se de práticas grupais que reúnem atividades individuais e coletivas simultâneas, síncronas e assíncronas.

Acesso ao Estudante: o processo de adesão em questão

Ressalta-se que na etapa introdutória deu-se a comunicação virtual inicial com a comunidade discente por meio da sondagem sobre o interesse na temática proposta, da divulgação das atividades e da coleta de inscrições para a pesquisa. No período de convocação, a soma de estudantes que demonstraram interesse pelo tema da pesquisa e que efetivamente realizaram sua inscrição, informando e-mail e número de celular para constituir o grupo no *Whatsapp*, foi de vinte e cinco inscritos. Dezesesseis responderam a pergunta: “Quando você é a/o estudante que a universidade espera?”

A participante aqui identificada como “Rosa” registrou sua posição:

Considerando que para a sociedade em geral, nesses meus dezenove anos de vida – quase vinte –, eu não venho me saindo como o planejado (e então, eu diria, que muito que bem); para a Universidade, se eu sou o que ela espera, não é por mim planejado. E honestamente, espero não ser essa estudante. De qualquer modo, não acho que seja o caso, e que nunca o será. Sou mulher. Mulher negra. São raros os momentos em que as demandas da universidade colocam quaisquer expectativas acadêmicas em mim. Ainda bem. É uma boa coisa que os meus objetivos possam ser sempre ilimitados e imensuráveis. Inesperados.

Rosa registra o duplo sentido das expectativas e a ambivalência de sentimentos em relação a ela (dela própria, da universidade e da sociedade), ao mesmo tempo em que registra sua posição de confronto em relação à sociedade, afirmando “muito que bem!”, diante do se espera dela. Também o faz em relação à universidade: “Espero não ser esta estudante...”, contrapondo-se ao modelo de estudante esperado.

A participante afirma: “Sou mulher negra”. Este enunciado, diante de uma história que tem por prioridade pessoas brancas, deixa a marca das dimensões ética e política da inclusão nas universidades públicas, como aponta Sawaia (2001/2014), pois as populações que ingressam por meio das políticas compensatórias como as cotas raciais não fazem parte do que é planejado/esperado (Machado, & Pan, 2017).

Registra-se assim a presença de vivências desfavoráveis indicando as dimensões sociais e institucionais na produção do sofrimento psíquico no contexto universitário. Esses dados confirmam achados em outras

pesquisas sobre o sofrimento psíquico realizado em um curso de Psicologia, (Andrade, Tiraboschi, Antunes, Viana, Zanoto & Curilla, 2016), que relacionam tais evidências de sofrimento psíquico ao risco aumentado para o desenvolvimento de transtornos mentais, pois representam condições concretas que podem levar ao adoecimento psicológico. Graner e Cerqueira (2019) apontam a discriminação de qualquer tipo (social, de classe, idade, racial, de gênero) entre estudantes, como fator de risco aumentado em até quatorze vezes para sofrimento psíquico. O estudo destaca que entre aqueles que sofreram discriminação, a maior frequência está entre mulheres, quotistas, estudantes com baixa renda e negros/pardos.

A posição de Rosa, contudo, revela também sua recusa, pois tampouco ela pretende se adaptar a essa representação branca que se tem na universidade, ou a esta expectativa de branqueamento junto à população universitária. A maneira como estudantes estão passando a ocupar os espaços nas Instituições de Ensino Superior (IES), contando com a política de inclusão por cotas para populações sub-representadas, gera questionamentos acerca do mérito da conquista desse espaço, implicando conflito e luta pelo reconhecimento (Machado & Pan, 2016). O enunciado de Rosa nos permite dialogar com as contradições de sentimentos e posicionamentos assumidos diante das expectativas contidas nas representações identitárias dominantes no discurso oficial da universidade, revelando as questões sociais e institucionais na produção social do sofrimento psíquico (Sawaia, 2001/2014).

O potencial analítico dos dados iniciais, somados a outros dados produzidos ao longo da pesquisa de modo remoto, síncrono e assíncrono, nos permite pensar que a intervenção poderia ser realizada desse modo nas três etapas, apresentando-se como alternativa ao modo presencial, o que possibilita que novas intervenções se concretizem independente da “coincidência dos tempos”, pela comunicação assíncrona e pelo “relacionamento independente dos lugares geográficos”, ou seja, pelo ciberespaço (Lévy, 1999, p.50).

As Rodas de Conversa delineadas no modo presencial visavam assegurar o contrato para as oficinas, propiciando engajamento e participação das estudantes, oferecendo orientações sobre sua realização virtual e informando as questões éticas da pesquisa. Foram divididas em dois encontros devido à incompatibilidade de agendas entre os inscritos. Ao contrário do que era esperado, dos vinte e cinco inscritos, seis estudantes

conseguem comparecer à atividade inaugural em formato presencial, sendo que uma estudante (a sétima participante) realizou as atividades do primeiro encontro de modo remoto (*online*), o que nos permite inferir sobre a dificuldade com horários, deslocamentos e a sobrecarga presente no cotidiano dos universitários. A rotina acadêmica da qual os estudantes se queixam, por si só, já é cansativa e isso pode ser tomado como mais um “trabalho” para estudantes que buscam por apoio (Pan, Lomba & Machado, 2017).

O que nos parecia inicialmente uma segurança e maior garantia para o início da pesquisa não se confirmou; os dados produzidos nas oficinas nos permitem afirmar que não se trata de garantir a adesão com um contrato presencial, mas de colocar em discussão a rotina acadêmica dos estudantes, que pode obstaculizar a participação em programas como este, questão a ser aprofundada adiante. O que parece assegurar uma boa intervenção, portanto, é a construção necessária de uma relação de confiança com o psicólogo pesquisador que coordena as atividades, virtualmente. O mesmo pode ser colocado em relação à Entrevista Final. Já no primeiro encontro, Rosa fez contato pelo *Whatsapp* para relatar sua dificuldade em comparecer, quando expressa seu constrangimento por ter que adiar por duas ocasiões.

Com base em pesquisa anterior (Pan, et. al, 2017), tanto o uso de questionários quanto o recurso do *chat* podem ser utilizados para orientação e acompanhamento do processo de produção de narrativas ou para esclarecer eventuais dúvidas sobre a prática da oficina, o que pode possibilitar maior adesão, bem como justificar a ausência ou informar as dificuldades de comparecimento às atividades.

A Oficina Online: as narrativas das experiências de sofrimento

Cada uma das atividades *online* seguiu uma organização cronológica das experiências até o momento do encontro com a pesquisa, ou seja, as participantes foram convidadas a falarem abertamente, dentro do que lhes foi possível, sobre suas experiências de vida que as levou até o ingresso na universidade, suas rotinas, relações e descobertas, dificuldades e angústias, soluções, expectativas e perspectivas sobre o futuro e o que mais pudessem relacionar com os temas propostos.

Por conta dessa proposta, foram sugeridos dois enunciados disparadores para a primeira atividade,

considerada modelo, realizada presencialmente nas Rodas de Conversa. “Eu queria ser quando crescer...” e “Se eu pudesse, hoje, me dar um conselho para mim mesma quando pequena, falaria que...”.

Evocando as memórias e sentidos que o adulto dá àquele tempo/lugar de si mesmo quando criança, a forma como as participantes completam tais sentenças culmina no encontro de sua fala/seu texto com o outro, seu interlocutor. O texto traz o pensamento e a vivência para o presente, possibilitando que se tenha o objeto para a pesquisa em seu estado concreto (Bakhtin, 1979/2011, p. 28). Com isso, a pesquisa pode observar as vivências colocadas em forma de discurso pelo grupo de participantes, cada qual contando sua experiência num primeiro momento, para então, de modo conjunto, construir um texto que as represente.

A primeira oficina realizada exclusivamente em ambiente virtual foi intitulada “Preparação e Ingresso: da vida pregressa como estudante, à escolha do curso e seus sentidos particulares até os ritos de passagem”. A primeira atividade disparadora das reflexões sobre o tema foi a construção de um texto coletivo, motivado por frases a serem completadas.

A segunda oficina foi então intitulada “Novas relações sociais, rotas e o Rodo Cotidiano – a constituição dos vínculos com colegas, professores e a instituição”. Foi também conduzida com frases que induziam reflexões sobre expectativas e a realidade vivida nas relações sociais.

A terceira atividade foi a oficina intitulada “Vícios e Virtudes – Expectativa X Realidade”. Os participantes foram orientados a compartilhar seus textos sobre os atores do cenário acadêmico e sobre as fantasias *versus* a realidade vivenciadas nas relações com eles. Foram induzidos a narrar sobre as amizades e os grupos de trabalho; professores/as; carga horária, carga de estudo e cotidiano; notas e rendimento.

A quarta e última oficina foi nomeada “Eu, Autor de Mim”, com o objetivo de propor que o grupo pensasse sobre como as escolhas nos formam, como um (dis)curso nos afasta ou nos aproxima de quem desejamos ser, nos tornar e/ou fazer. Completaram frases como: *Me sinto... Aprendo... Me (trans)formo... Quando sair daqui serei...*

As produções das oficinas possibilitaram as reflexões sobre as identificações e frustrações com o curso escolhido, as estratégias de estudo e o apoio de familiares, as dificuldades financeiras, acadêmicas, relacionais, comunicacionais, dentre outras. As emoções e suas

nuances aparecem num misto de alegria e desespero pelo medo do desconhecido contexto acadêmico, a indiferença, ansiedade, impotência e esperança.

No cerne da pesquisa, por causa do uso do ambiente virtual como forma de promover a atenção psicológica no contexto acadêmico, pôde ser observado movimento semelhante do grupo participante: das sete estudantes que chegaram a iniciar, com a atividade introdutória da história compartilhada, nas atividades seguintes, a participação flutuou, com duas, no máximo três estudantes dando suas contribuições nas quatro oficinas subsequentes das histórias compartilhadas. Além da proposta coletiva, houve uma atividade individual, em que duas estudantes atenderam e enviaram narrativas individuais. A atividade de encerramento contou com a presença de uma participante que avaliou em profundidade o método virtual de oficinas como modelo potencial de apoio psicológico:

Na verdade, antes da terapia, eu sempre tive muita dificuldade em me relacionar. Enfim... O social. Até mesmo na terapia, às vezes eu não me sentia à vontade com o meu terapeuta. Ela é psicanalista. Eu estava com ela há mais de um ano, mas tinha momentos que eu não me sentia confortável. Até mesmo a escolha de palavras, enfim... Mas acho que através dessa rede, nesse momento de escrita eu me senti bem confortável... acho que foi muito bom.

Rosa associa as possibilidades de expressão de suas experiências nas oficinas ao seu processo terapêutico. Tanto a construção das narrativas escritas quanto o ambiente virtual ofereceram confiança e conforto, avaliação convergente com os dados produzidos pelas outras participantes, embora sua participação fosse flutuante.

No entanto, uma avaliação mais aprofundada sobre o que trouxe Rosa à pesquisa também revela o que pode prejudicar a permanência do estudante na Educação Superior e ressoa nas demais vezes das participantes já no primeiro encontro, ou seja, o sofrimento psíquico produzido por vivências desfavoráveis pode ser entendido como mediado pela formação em uma instituição universitária, a qual assume dois papéis: possibilitar o conhecimento e a reflexão sobre a formação, ao mesmo tempo em que favorece o adoecimento (Santana, Pimentel & Veras, 2020). A pesquisa de Granger e Cerqueira (2019) sobre sofrimento psíquico em escopo internacional identificou sua prevalência

entre universitários, sendo mais elevada que a população geral, demonstrando semelhança entre países. Os autores concluem que as características da vida acadêmica são as que mais se associam à presença de sofrimento psíquico.

Ao ser indagada sobre a atividade de escrever num arquivo de história compartilhada e sobre a relação que teve com as demais participantes na criação de uma história coletiva, Rosa responde:

Acho que eu fui a segunda ou a terceira a escrever em algumas histórias e achei bem... Eu sei que eu fui me guiando pelo formato da escrita das pessoas pra não fugir muito, mas aí depois eu acabei ficando com uma forma de escrever mesmo... Mas achei interessante a vivência, né? Realidades muito distintas da minha. Achei muito interessante... Foi até uma aproximação, seja lá com quem tenha escrito! Achei muito interessante, muito enriquecedor!

Entender mais sobre a comunidade em que se vive pode ser mais simples ao tomar o relato sobre a experiência do vivente, seja ele um colega de turma ou veterano. Tal resposta de Rosa conflui com o pensamento dos ganhos que as relações podem trazer aos usuários desde ciberespaço, com o mundo virtual tornando-se um “vetor de inteligência e criação coletivas” (Lévy, 1999, p.75). Assim como presencialmente, o ambiente virtual possibilitou produzir memórias e narrativas de si, de trajetórias e escolhas realizadas. Ao passar o rodo no cotidiano das práticas formativas possibilitou também a tomada de consciência coletiva das vivências produtoras de sofrimento. A construção de narrativas coletivas, autorais, mostrou-se uma ação potente na promoção do bem-estar estudantil. Mostrou-se também um potente meio de produção de dados para a pesquisa na construção de uma voz coletiva.

Discussão

Desenvolver um projeto de Apoio Psicológico ao universitário não implica meramente a sua transposição de um modelo presencial para o contexto remoto. Ainda que as práticas psicológicas, no contexto atual da pandemia da COVID-19, tenham caráter emergencial, não podem acontecer de modo improvisado. As experiências anteriores, os fundamentos e métodos já consolidados são de especial ajuda para o planejamento das atividades *online*, mas considera-se fundamental

que se explicita também a concepção sobre o ciberespaço, que não só se concretiza em nuvens, mas constitui um marco cultural com suas próprias formas de significação, seu hibridismo de gêneros, seus distintos e múltiplos aparatos técnicos. Desconhecer o ciberespaço é como agir no escuro. O domínio de conhecimentos sobre o espaço virtual, de suas textualidades e gêneros, deve fazer parte de qualquer proposta nesse formato, inclusive, das orientações éticas.

E foi numa iniciativa para a criação de um método de apoio psicológico que favoreça a construção coletiva entre estudantes, compartilhando, cada um, as suas respectivas trajetórias acadêmicas, que se retomou o conjunto de contribuições dadas por Lévy (1999), na medida em que suas obras refletem sobre as novas possibilidades abertas à humanidade pela cibercultura e proporcionam uma infraestrutura teórica à psicologia para traçar planos de atenção a este público.

Em ambiente virtual, a proposta foi tornar viável que estudantes da Educação Superior tivessem voz, enunciando de seus lugares na arena acadêmica, seus silenciamentos e posicionamentos diante das respectivas instituições de ensino, contrapondo e compondo a tensão diante do discurso oficial com seus editais, resoluções, disciplinas e avaliações, para que compartilhassem opiniões semelhantes ou mesmo contrárias entre si e diante da Universidade, reafirmando resultados já consolidados pelo modelo utilizado em forma presencial (Branco & Pan, 2016; Pan & Litenski, 2018).

Ocupar uma posição silenciadora sem colocar em palavras, sem escrever ou falar de sua perspectiva, seria a morte do sujeito, de acordo com Bakhtin (1979/2011). Como afirmam Machado e Pan (2016), “enunciar é posicionar-se na linguagem, pressupondo o constante e tenso diálogo entre vozes sociais que se reflete e refrata na singularidade do sujeito”. Eis a possibilidade de apoio psicológico no gênero ciberespacial.

Esta pesquisa possibilitou apresentar uma avaliação do potencial de um modelo de apoio psicológico ao universitário em ambiente virtual para intervenção sobre o sofrimento psíquico. Residiu na pesquisa o possível embrião para se instituírem múltiplas possibilidades de expressão ao público-alvo, já que, como afirma Souza (2011) “a *web* é, fundamentalmente, espaço de expressão de subjetividades, de individualidades” (p. 38). Dentre suas limitações, destaca-se a impossibilidade de investigar se a falta de adesão pode estar relacionada ao ambiente virtual.

As condições impostas pela Pandemia da COVID-19 levaram a diferentes iniciativas de ensino remoto e semipresencial nas universidades brasileiras. Nossa pesquisa permite inferir sobre um possível aumento das condições de sofrimento psíquico nesse período, com as medidas como o isolamento social, ensino remoto e as novas condições de ensino presencial com a manutenção do distanciamento social na pós-pandemia, o que requer uma atenção redobrada por parte dos gestores, professores e em especial dos Serviços de Atenção ao Estudante. Apesar dos limites deste estudo, espera-se contribuir com futuras pesquisas que intencionem investigar e desenvolver práticas grupais de apoio ao universitário, que visem ao seu bem estar, sua aprendizagem efetiva e o sucesso em sua formação. É o que recomendam os estudos revisados aqui, que tratam da temática do sofrimento psíquico em espaços universitários.

Referências

- Andrade A. S., Tiraboschi G. A., Antunes N. A., Viana P. V. B. A., Zanoto P. A., Curilla R. T. (2016). Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 36(4), 831-846. doi: 10.1590/1982-3703004142015
- Ariño, D. O. & Bardagi, M. P. (2018). Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. *Psicologia em Pesquisa*, 12(3), 44-52. <https://doi.org/10.24879/2018001200300544>
- Bakhtin, M. M. (2011) *A Estética da Criação Verbal* (P. Bezerra, trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Obra original publicada em 1979).
- Branco, P. I. & Pan, M. A. G. S. (2016) Rodas de conversa: uma intervenção da psicologia educacional no curso de medicina. *Psicologia: Teoria e Prática*, 18(3), 156-167. <http://dx.doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v18n3p156-167>
- Conselho Federal de Psicologia, Resolução nº 11/2018. Recuperado em: 16 jul. de 2019, de: <https://e-psi.cfp.org.br/resolucao-cfp-no-11-2018/>
- Granger, K. M. & Cerqueira, A. T. A. R. (2019) Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva* 24 (4). <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>
- Hengles, A. C. V & Pereira, M. V. (2017) Um estudo sobre evasão e permanência em instituições de ensino superior no Rio Grande do Sul: um estudo com características do tipo do estado do conhecimento. *Revista Eletrônica Científica da UERGS*, 3(1), 95-128, Recuperado em: 23 ago. de 2017, de: <http://revista.uergs.edu.br/index.php/revuergs/article/view/509/123,10.21674/2448-0479.31.95-128>.
- Jacques, M. T. & Pan, M. A. G. S. (2018) Política de acesso e identidade: Rodas de Conversa Produzindo Sentidos entre Universitários. *Psicologia Argumento*, 36(94), 437-457. <http://dx.doi.org/10.7213/psicolargum.36.94.AO02>
- Lévy, P. (1999) *Cibercultura*, (C. I. Costa, trad.). São Paulo: Ed. 34.
- Machado, J. P. & Pan, M. A. G. S. (2016). Direito ou benefício? Política de assistência estudantil e seus efeitos subjetivos aos universitários. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 21(4), 477-488. <https://dx.doi.org/10.5935/1678-4669.20160046>
- Pan, M. A. G. S. (2013). *PermaneSENDO: Intervenção da Psicologia nas Políticas de Permanência da Universidade*. Curitiba, PR: UFPR. (DEPSI-UFPR – Projeto de Extensão, Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da UFPR – 807/13). Projeto concluído. Curitiba, PR, Brasil.
- Pan, M. A. G. S. (2016) Identidade, Políticas Inclusivas e Universidade Contemporânea: desafios à Psicologia Brasileira (2ª edição). Curitiba, PR: UFPR. 22 p. (PRPPG-BANPESQ/THALES: 2013015686).
- Pan M. A. G. S. & Zonta, G. A. (2017). Acolhimento por pares como prática de formação de Psicólogos: Plantão Institucional e Rodas de Conversa. In: M. A. G. S. Pan, L. Valore & N. L. Ferrarini (Orgs). *Psicologia & Educação: Formação e(m) Prática* (pp.35-54). Curitiba: Juruá. ISBN: 78-85-362-7280-1.
- Pan, M. A. G. S., Lomba, J. C. & Machado, J. P. (2017). Oficina de Informação: a Des-in-formação Produzindo Demandas ao Psicólogo na Educação Superior In: M. A. G. S. Pan, L. Valore, & N. L. Ferrarini (Orgs). *Psicologia & Educação: Formação e(m) Prática* (pp.35-54). Curitiba: Juruá. ISBN: 78-85-362-7280-1.
- Pan, M. A. G. S. (2018). Letramento e a produção subjetiva da anormalidade. In: D. Camargo, & P. M. Faria (Orgs.). *Vigotski e a Inclusão* (pp. 159-180). Curitiba: Travessa dos Editores.
- Pan, M. A. G. S. & Litenski, A. C. L. (2018) Letramentos e identidade profissional: reflexões sobre leitura, escrita e subjetividade na universidade. In: *Psicologia Escolar e Educacional*, 22 (3), 527-534. <https://dx.doi.org/10.1590/2175-35392018032403>

- Sawaia, B. (2014) *As Artimanhas da Exclusão: Análise Psicossocial e Ética da Desigualdade Social*, 14ª Edição. Petrópolis: Ed. Vozes (Obra originalmente publicada em 2001).
- Santana E. R., Pimentel A. M. & Vêras R. M. (2020). A experiência do adoecimento na universidade: narrativas de estudantes do campo da saúde. *Interface (Botucatu)*, 24. <https://doi.org/10.1590/Interface.190587>
- Santos Junior, J. S. & Real, G. C. M. (2017). A evasão na educação superior: o estado da arte das pesquisas no Brasil a partir de 1990. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)*, 22(2), 385-402. <https://dx.doi.org/10.1590/s1414-40772017000200007>
- Souza, F. P. (2011) Pensamentos sobre Cibercultura a partir das experiências de ensino no Campus Sertão da UFAL. In: *Educação Superior e Produção de Conhecimento – Convergências entre Ensino, Pesquisa e Extensão*. (pp 34-44) Maceió: Ed. UFAL.
- Tundis, A. G. O. & Monteiro, J. K. (2018). Ensino superior e adoecimento docente: um estudo em uma universidade pública. *Psicologia da Educação*, (46), 1-10. Recuperado em 03 de set. de 2019, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141469752018000100001&lng=pt&tlng=pt

Recebido em: 03 Ago. 2019

Aprovado em: 07 Dez. 2021