

# **Pesquisa fenomenológica-colaborativa com grupos interventivos de promoção de saúde mental para universitários**

## **Phenomenological-collaborative research with interventional mental health promotion groups for university students**

**Shirley Macêdo**

Doutora em Psicologia Clínica; Professora Associada da Universidade Federal do Vale do São Francisco, Petrolina, PE, Brasil; E-mail: [shirley.macedo@univasf.edu.br](mailto:shirley.macedo@univasf.edu.br)

**José Luís Amorim**

Psicólogo graduado pela Universidade Federal do Vale do São Francisco, Petrolina, PE, Brasil;  
E-mail: [luispsiunivasf@gmail.com](mailto:luispsiunivasf@gmail.com)

**Julio Cesar Nascimento Sol Posto Oliveira**

Graduando em Psicologia pela Universidade Federal do Vale do São Francisco, Petrolina, PE, Brasil;  
E-mail: [julio.solposto@gmail.com](mailto:julio.solposto@gmail.com)

### **Resumo**

Objetivou-se compreender experiências de universitários ingressantes e concluintes ao participarem de grupos interventivos de promoção de saúde mental. Pelo método fenomenológico da hermenêutica colaborativa, facilitaram-se dois grupos, cada um com quatro discentes de diferentes cursos de uma universidade pública, que ocorreram em oito encontros semanais. Utilizaram-se como instrumentos de coleta versões de sentido e prontuários. No grupo de ingressantes, os principais resultados foram: segurança e alívio diante das experiências de vida; reconhecimento de fragilidades. No grupo de concluintes: aprofundamento, questionamento e mudanças nas visões sobre as pressões sofridas; mudança nos modos de enfrentamento das dificuldades pessoais e acadêmicas; ressignificação do sofrimento e de como enfrentar o adoecimento psíquico; priorização de si mesmos para alcançar o futuro almejado; e estabelecimento de metas para o futuro pessoal/profissional a partir da ressignificação das trajetórias acadêmicas e de vida. Concluiu-se, principalmente, a necessidade de institucionalização de políticas públicas de cuidado integral ao estudante universitário.

**Descritores:** Processos Grupais; Saúde Mental; Universidades; Serviços de Saúde para Estudantes.

### **Abstract**

The objective was to understand the experiences of university students entering and completing the program when participating in interventional groups to promote mental health. Using the phenomenological method of collaborative hermeneutics, two groups were facilitated, each with four students from different courses of a public university, which occurred in eight weekly meetings. As instruments, versions of meaning and participant records were used. In the beginners group, the results were: security and relief about life experiences; recognition of fragilities. For graduates group: deepening, questioning and changes in the views about the pressures suffered; change in the ways of facing personal and academic difficulties; re-signification of suffering and how to face psychological illness; prioritizing themselves to reach the desired future; and establishing goals for the personal/professional future from the re-signification of the academic and life trajectories. It concluded the need for institutionalization of public policies of integral care for university students.

**Key Words:** Group Processes; Mental Health; Universities; Student Health Services.

## **1 Introdução**

No Brasil, pesquisas sobre processos de saúde mental entre universitários crescem vertiginosamente, algumas das quais focando fatores de risco e de proteção. São destacados,

entre outros, fatores de risco para além da universidade, como, por exemplo, saída do ensino médio, distância de casa, saudade da família, adaptação ao novo local de morada, e aqueles inerentes à vida acadêmica, tais como estresse e ansiedade diante do excesso de atividades, cobranças por desempenho, expectativas frente ao futuro profissional/mercado de trabalho, competitividade entre colegas, e conflitos entre discentes e/ou docentes (Castro, 2017; Macêdo, 2018; Perez et al., 2019).

Esses fatores perpassam dois momentos que marcam sobremaneira a vida acadêmica dos universitários: o ingresso e a conclusão de um curso de graduação. Nesse sentido, investigar esses momentos da formação discente e realizar intervenções psicossociais nesses períodos torna-se crucial.

Souza, Lourenço e Santos (2016), por exemplo, são autores que destacaram a relevância de pesquisas sobre vivências acadêmicas para compreender questões como o aumento da evasão e a troca de cursos, identificando fatores que facilitam e dificultam a continuidade dos estudos dos universitários, visando prevenção desses problemas e elaboração de intervenções psicoeducativas e psicológicas. Neste sentido, realizaram um estudo com estudantes de Psicologia de primeiro ano do curso e verificaram que o ingresso na vida universitária foi percebido pelos mesmos como um período de grandes e importantes mudanças pessoais, aumento da responsabilidade, desafios de morar sem a família e a necessidade do desenvolvimento de uma postura proativa e autônoma.

Por sua vez, Diniz e Aires (2018) encontraram indicadores semelhantes ao estudo relatado acima, pois referiram que a inserção do universitário no contexto acadêmico é marcada por diversas mudanças e pela necessidade de adaptação ao novo, devido a fatores como mudança de cidade, distância da família/dos amigos, regras da universidade, convivência com outras pessoas e estabelecimento de novos vínculos de amizade que constituirão sua rede de apoio. Neste período de adaptação, o universitário se depara com novos processos de integração, atividades e relações sociais, que podem ou não ser satisfatórias.

Já Lantyer et al. (2016) defenderam que o ingresso na universidade envolve outras mudanças expressivas na vida dos universitários (dúvidas e desilusões com relação à carreira escolhida, longas jornadas de estudo, autonomia nas atividades acadêmicas, responsabilidades diversas, dentre outras), as quais podem levar à ansiedade e ao comprometimento da qualidade de vida. Os autores, então, realizaram um estudo para avaliar esses construtos entre estudantes universitários ingressantes de uma universidade pública de São Paulo e desenvolveram um

programa de intervenção grupal que reduziu significativamente a ansiedade, assim como melhorou a saúde mental dos participantes.

Posteriormente, Silva et al. (2018) argumentaram que, diante de mudanças físicas, psicológicas, sociais e ambientais que envolvem a vida universitária, além de demandas que o ambiente acadêmico passa a exigir, o universitário precisa se adaptar a um novo papel que começa a exercer. Nesta perspectiva, realizaram uma revisão sistemática da literatura sobre fatores de risco e programas de intervenção relacionados à ansiedade, constatando que: a) oferecer atendimentos à saúde mental dos estudantes é uma preocupação recorrente nas universidades, algumas das quais criaram centros especialmente voltados para esta questão; b) são predominantes as propostas de intervenções em grupo. Destacaram, por fim, que a oferta de atendimento em saúde mental para a população universitária promove melhor desempenho acadêmico e previne ou auxilia no tratamento da ansiedade, evitando a incidência de transtornos mais graves e ocorrência de suicídios.

Mais recentemente, Gomes et al. (2023) desenvolveram um estudo em que salientaram que a preocupação com a saúde mental do estudante universitário existe desde os anos 1950 no Brasil, mas que um fórum para estudar o perfil discente e apoiar os mesmos só veio a ser criado em 1987. As autoras defenderam que, mesmo que as políticas de inclusão e assistência estudantil tenham sido criadas e ampliadas, apenas recentemente se começou a debater a relação entre essas políticas e a saúde mental dos estudantes universitários. Assim, ocupadas com a temática, realizaram um levantamento na Universidade Federal de Alagoas, sobre as ações interventivas de promoção de saúde mental desenvolvidas entre 2010 e 2020 naquela instituição, concluindo que essas ações ainda eram escassas, fragmentadas e desarticuladas institucionalmente, desenvolvidas especificamente pelo setor de assistência estudantil e que não constituíam ações preventivas.

Os estudos descritos acima caminham na direção dos posicionamentos de Macêdo (2018): frente a fatores de risco à saúde mental dos universitários, tornam-se urgentes que as Instituições de Ensino Superior (IES) assumam responsabilidade de ofertar atividades interventivas como fatores de proteção, as quais, além de ajudar os universitários na ressignificação do sofrimento, também podem viabilizar desenvolvimento de competências. Se forem ofertadas em grupo, as intervenções também favorecem compartilhamento de experiências e socialização.

Nesta ótica, na última década, produções científicas no Brasil vêm apresentando

intervenções grupais com universitários, a exemplo dos estudos de Ferreira et al. (2014), Diniz e Aires (2018), Vicente e Silva (2021).

Ferreira et al. (2014), preocupados com as exigências do mercado de trabalho em termos de competências comportamentais, investigaram o efeito a curto e a longo prazo de um grupo de treinamento em habilidades sociais com 34 universitários de uma IES privada do centro-oeste, facilitados por uma psicóloga e estagiários de um serviço escola de Psicologia da referida instituição. Verificaram escores de habilidades sociais antes, depois da intervenção e após um intervalo de três meses a cinco anos de *follow up*, constatando melhoria nesses escores depois do pré-teste e estabilidade dos mesmos ao longo do tempo. Esse estudo também visou o manejo da ansiedade diante de situações de exposição ao público e demonstrou que a mesma diminuiu após o treinamento.

Diniz e Aires (2018), em uma IES pública da Bahia, desenvolveram uma pesquisa com grupos de reflexão em um serviço escola de Psicologia, reconhecendo a necessidade de um espaço para que universitários pudessem falar e refletir sobre o cotidiano da vida acadêmica, para que fosse possível elaborar vivências individuais e grupais. Os autores defenderam que a técnica operativa nesses tipos de grupo promove aprendizagem e mudanças subjetivas frente ao mundo. Com seis integrantes de diferentes cursos, verificaram que o espaço favoreceu a expressão de angústias e medos relativos ao processo de inserção no contexto universitário, bem como permitiu a reelaboração e ressignificação de situações e conceitos por meio da reflexão, da troca de conhecimentos e aprendizagem grupal. Além disso, os universitários participaram ativamente de todos os encontros, estabeleceram vínculo positivo, cooperaram entre si na resolução de situações e construíram saberes coletivos.

Mais recentemente, Vicente e Silva (2021) acompanharam um grupo de psicoterapia breve na abordagem fenomenológica existencial durante seis meses com sete jovens universitários de um curso de medicina veterinária de uma IES pública do Rio de Janeiro. Tentaram observar como se dá o aumento da consciência de si e o ganho de responsabilização que permitissem a superação de crises e a elaboração de angústias. O grupo foi facilitado por duas estagiárias do curso de Psicologia e os autores perceberam que o processo grupal se constituiu em um espaço para compartilhamento de experiências de vida, além de compreensão, aceitação e acolhimento mútuos.

Diante desses estudos, reconhecemos a importância de intervenções nas IES, sejam públicas ou privadas, no sentido de prevenir e intervir frente aos fatores de risco aos quais estão

expostos os universitários ingressantes e concluintes. Assim, o seguinte questionamento levou-nos ao problema da presente pesquisa: a partir de uma abordagem humanista-fenomenológica, como seriam as experiências de universitários ingressantes e concluintes ao participarem de grupos interventivos de promoção de saúde mental?

Acreditamos que uma pesquisa fenomenológica interventiva que objetive responder esse questionamento constitui uma prática sistemática com dimensão política focada na saúde mental, convocando sujeitos e instituições a refletirem crítica e coletivamente sobre o fenômeno estudado, assim como a mudarem suas práticas (Sarmiento & Casagrande, 2014).

Assim, a partir de uma abordagem humanista-fenomenológica, tivemos como objetivo compreender experiências de universitários ingressantes e concluintes ao participarem de grupos interventivos de promoção de saúde mental, descrevendo sentidos dessas experiências; identificando principais demandas que os fizeram participar desses grupos e fatores de risco à saúde mental desses sujeitos; elencando estratégias de enfrentamento utilizadas por eles para manutenção da saúde mental durante a vida acadêmica; e discorrendo sobre possíveis resultados dos grupos interventivos para a saúde mental deles.

## 2 Metodologia

Para alcançar os objetivos acima, a partir de uma abordagem qualitativa, desenvolvemos uma pesquisa fenomenológica interventiva e colaborativa, de cunho exploratório e descritivo. Nesse tipo de estudo, geralmente conduzido por uma equipe de pesquisa, focam-se sentidos compartilhados de uma experiência por sujeitos que estão inseridos em determinados grupos sociais, percorrendo-se o caminho de uma compreensão fundamentada na análise da intersubjetividade (Macêdo et al. 2021).

Utilizamos o método da hermenêutica colaborativa (Macêdo, 2015; Macêdo et al., 2020), no qual o pesquisador articula prática clínica e de pesquisa, buscando promover uma ação intersubjetiva criativa de produção de sentidos, onde os sujeitos se engajam em diálogos, compartilham experiências e constroem coletivamente estratégias de enfrentamento.

Para atender preceitos éticos em pesquisas com seres humanos, submetemos o projeto à Plataforma Brasil, que foi registrado sob CAAE Nº 61457922.8.0000.8267. O projeto foi, então, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Faculdade de Integração do Sertão (CEP/FIS), que emitiu o parecer Nº 5.633.897, datado de 09/09/2022.

Com a aprovação do CEP/FIS, a pesquisa foi divulgada nas redes sociais e para e-mails

de gestores, coordenadores e professores de instituições públicas diversas, visando alcançar potenciais universitários interessados. Após contatos de interessados em participar, formamos dois grupos conforme disponibilidade de dias/horários dos universitários e salas disponíveis de um serviço escola de Psicologia, local em que os encontros dos grupos foram realizados.

Utilizamos também como fontes de informação fichas cadastros de universitários usuários constantes no banco de dados deste serviço escola, e entramos em contato por e-mail e telefone com essas pessoas para sondagem de interesse de participação nos grupos. Aqueles interessados que ainda não estavam cadastrados no serviço escola, tiveram que realizar o cadastro antes dos processos grupais, tendo em vista a necessidade de se constituírem usuários da instituição e terem seus dados e prontuários individuais e grupais armazenados.

Participaram do estudo oito universitários regularmente matriculados, quatro ingressantes nos dois primeiros semestres e quatro concluintes nos dois últimos semestres de diferentes cursos de graduação de IES pública; com idade a partir de 18 anos; independentemente de gênero, nível socioeconômico e turno em que estudavam; que estavam disponíveis para participar voluntariamente da pesquisa assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; e que não estavam sob outro tipo de intervenção psicológica.

Excluir-se-iam do estudo o universitário que tivesse vínculo social de qualquer ordem com os bolsistas de IC; faltasse a mais de 25% dos encontros de grupo interventivo; comprometesse o sigilo estabelecido entre os participantes; ou interrompesse o curso ao longo do período da coleta de dados. No entanto, nenhuma dessas condições foi motivo de exclusão de um interessando em participar dos grupos, incluindo-se na pesquisa todos que se inscreveram.

Conduzimos a pesquisa concomitantemente à realização dos grupos interventivos, facilitados por estudantes de Psicologia que eram bolsistas de Iniciação Científica (IC) devidamente capacitados e supervisionados nas intervenções pela orientadora da pesquisa, um dos quais estava em processo de estágio obrigatório para a conclusão do curso.

Cada grupo teve quatro participantes, o que está de acordo com o proposto por Laville e Dionne (1999): um grupo em pesquisa qualitativa deve ser promovido com poucos sujeitos a fim de permitir que as pessoas se expressem. Os encontros ocorriam uma vez por semana durante duas horas cada. Apesar de se prever no projeto de pesquisa de oito a dez encontros para cada grupo, diante do recesso de final de ano e do término do semestre letivo, o grupo de ingressantes ocorreu em seis encontros, no período de 18 de novembro a 19 de dezembro de 2022, e o grupo de concluintes em sete encontros, entre 02 de março e 17 de abril de 2023.

Os bolsistas de IC, assim como preveem as normas do serviço escola, local do estudo, realizaram os registros das evoluções individuais e grupais em prontuários informatizados, os quais foram validados pela supervisora (pesquisadora responsável pelo estudo).

Como instrumento de coleta de dados, foram utilizados:

- a) Versão de Sentido - VS - (Amatuzzi, 2008): relato breve, escrito imediatamente após um encontro, onde alguém registra o que foi mais significativo para si. Ao ser lida, uma VS favorece que os envolvidos versem e conversem sobre os significados de uma experiência, até que os mesmos cheguem a uma explicitação compartilhada dos sentidos vividos. Para tanto, foi solicitado que cada universitário escrevesse uma VS ao final de cada encontro e a lesse no encontro posterior. Após o primeiro encontro, o tempo dos demais foi dividido em leitura e exploração de VS; atividades do dia; nos cinco minutos finais, escrita da outra VS, que foi lida no encontro posterior (sucessivamente, até o último encontro, quando a VS produzida foi lida nesse próprio encontro). O diálogo suscitado pela leitura das VS foi a base para a compreensão do processo vivido por cada universitário e pelo grupo em cada encontro, assim como no processo continuado vivido por cada um e pelo grupo.
- b) Prontuários dos Processos de Evolução Grupal e Individual: diante de algumas VS que continham palavras soltas escritas por algum universitário como ressignificação do sentido do encontro que acabava de ser realizado, houve necessidade de se utilizar de registros de prontuários eletrônicos realizados pelos bolsistas de IC para enriquecer a compreensão dos processos vividos naquele encontro.

No processo de grupo interventivo, a partir do método da hermenêutica colaborativa, o psicólogo percorre um círculo hermenêutico, onde, parte da exploração do sentido da experiência investigada; tenta favorecer aos sujeitos um resgate de sua consciência histórica; e explora seu contexto social mais amplo. O processo culmina com a elaboração de projetos de enfrentamento da realidade, no sentido de se construir com os sujeitos possibilidades que favoreçam bem estar e qualidade de vida (Macêdo et al., 2020).

Neste sentido, no primeiro encontro de cada grupo, inicialmente os facilitadores fizeram brevemente uma apresentação geral entre os integrantes e foi construído um contrato de convivência. Após isso, foi solicitado que os participantes moldassem individualmente em argila algo que para eles simbolizasse o sentido da experiência de ser estudante universitário ingressante/concluinte. O objetivo foi colocar o sujeito em contato com a realidade em termos

de tempo, espaço e lugar. Após a produção das esculturas, pediu-se para que cada um falasse sobre o que produziu, no intuito de promover um constante refletir e dialogar sobre os sentidos.

No segundo encontro, após a leitura das VS do encontro anterior, as esculturas foram novamente levadas para que os sujeitos refletissem sobre o que havia de comum entre elas. O objetivo era aprofundar mais o sentido da experiência ali tematizada. Também foi lida uma fábula. Ao final desse encontro, foi solicitado que os participantes levassem no terceiro encontro uma foto da infância, um dispositivo que tem ajudado a fazer um resgate da consciência histórica nos grupos interventivos que desenvolvemos.

No terceiro encontro, após as leituras das VS e tecitura de novos sentidos, solicitaram-se que os participantes mostrassem suas fotos uns aos outros e que cada um falasse sobre como foi escolher aquela foto e o que o levou a trazê-la. O objetivo era poder favorecer que os sujeitos, ao resgatarem suas histórias, pudessem viabilizar encontrar no passado formas de lidar com as adversidades presentes.

No quarto encontro, solicitamos que eles construíssem um painel coletivo sobre a vida acadêmica. No quinto, usamos a dinâmica da lixeira, na qual os participantes foram convidados a identificar, a partir da experiência que vinham tendo nos encontros, quais elementos de sua história desejavam manter, reciclar e jogar fora, simbolicamente. O objetivo desses encontros foi que os sujeitos produzissem sentido sobre o seu estar e fazer cotidianos, sobre como sentiam, pensavam e agiam diante de suas realidades.

O sexto encontro foi reservado para que os participantes refletissem/elaborassem estratégias futuras de enfrentamento, processo que se estendeu até o sétimo encontro, no caso dos concluintes. Após a leitura e discussão das VS, foi entregue a cada participante uma “planilha de projeto de vida”, onde eles deveriam, individualmente, traçar objetivos para diversos pilares da vida (social, intelectual, físico, familiar, profissional, afetivo-sexual e financeiro) e como pretendiam conquistá-los.

Durante esses últimos encontros, os facilitadores questionavam, faziam refletir, estimulavam um diálogo grupal gadameriano, a partir do qual os sujeitos argumentavam e contra argumentavam sobre diversas possibilidades de futuro profissional e de vida. Na segunda parte do último encontro de cada grupo, os universitários releeram todas as suas próprias VS produzidas e rememoraram o processo individual e coletivo, assim como avaliaram o grupo interventivo.

O procedimento de análise da pesquisa com esses grupos se constituiu das etapas

descritas a seguir, que são inspiradas nos passos de pesquisa fenomenológica propostos por Giorgi e Souza (2010), Amatuzzi (2008), Macêdo (2015), Macêdo et al. (2020), e Souza e Macêdo (2018):

- a) Leitura integral/Contato com o todo: cada universitário lia sua VS no encontro posterior ao da escrita, para que os membros do grupo e os facilitadores alcançassem os significados da experiência.
- b) Encontro com os significados: exploração dos significados da experiência registrada na VS em diálogo de grupo a cada encontro.
- c) Presentificação do sentido da VS: os bolsistas de IC, juntamente com os universitários participantes de cada grupo interventivo, procuraram entrar em consenso sobre o sentido de cada VS, que apenas era validado pelo sujeito que a escreveu.
- d) Síntese parcial de cada encontro: entre um encontro e outro, havia supervisão com a orientadora da pesquisa, no sentido de se compreender o processo que estava sendo vivido nos grupos e, a partir disso, se realizar uma síntese de cada encontro.
- e) Síntese do processo grupal: após todos os encontros, a equipe de pesquisa realizou uma análise do processo grupal para cada grupo, que se constituiu em um texto escrito encaminhado por e-mail para os respectivos participantes, para que eles confirmassem, alterassem ou mesmo negassem a análise realizada. Todos os participantes de ambos os grupos confirmaram as análises parciais realizadas. Esta análise foi a base para que a equipe de pesquisa compreendesse o processo grupal a partir de Unidades de Sentido (US) relacionadas com os objetivos de pesquisa.

### 3 Resultados e Discussão

Os resultados aqui esboçados serão separados por grupo (ingressantes ou concluintes). O intuito não é comparar as experiências, mas descrever os processos grupais a partir dos objetivos traçados. No entanto, considerando o método utilizado, foi possível identificar resultados semelhantes, principalmente no que diz respeito a como a metodologia interventiva permitiu diálogo construtivo, respeito mútuo, ressignificação da experiência e elaboração de projetos de vida, inclusive para além da vida acadêmica.

No primeiro encontro do Grupo dos Ingressantes (GI) foram moldados: um livro, que representava o sentimento de sufoco que a universidade causava; uma estrada, que simbolizava

a vida ter um sentido de mão dupla; uma pessoa sendo esmagada, que significava para um universitário ele mesmo sendo comprimido pela universidade; e uma esfera toda furada, que era como um dos universitários se sentia.

Já no primeiro encontro do Grupo dos Concluintes (GC), com a participação de três dos quatro universitários, foi moldado um pedestal, que representava o lugar que este estudante ocupava para alguns; uma mala, que simbolizava aquilo que o estudante levaria da universidade; e um conjunto de elementos que um dos participantes produziu (*boomerang*, digital, ninho, ampulheta, óculos e rolo compressor), que representava para ele a universidade.

Percebemos nos primeiros encontros que, por estarem iniciando os cursos, os sentidos atribuídos pelos ingressantes estavam muito mais voltados às experiências do ensino médio/cursinhos, às questões ligadas à motivação da escolha do curso, ao medo e à ansiedade em relação ao curso, devido a terem dificuldades em se adequar às dinâmicas das suas graduações e ainda não possuírem grandes vínculos com os colegas de turma. Assim, eles conversaram mais sobre suas experiências anteriores e para além da academia. Por sua vez, os concluintes referiram o peso da vida acadêmica, a sobrecarga e todas as consequências disso para a sua saúde mental.

Enquanto os ingressantes pareciam se referir à falta de habilidades sociais e de adaptação durante o processo de transição do ensino médio para o ensino superior, e ainda ao não estabelecimento de vínculos no contexto acadêmico (questões também identificadas nos estudos de Bauth et al., 2019, Diniz & Aires, 2018); os concluintes pareciam estar mais voltados às experiências de sofrimento vividas durante a vida universitária, o que também foi ressaltado por Mussi et al. (2019), que, ao compararem o estresse entre ingressantes e concluintes de um curso de saúde, encontraram maiores indicadores nos estudantes do último ano de graduação.

No entanto, na supervisão do primeiro encontro de cada grupo, percebemos que os sujeitos estavam muito mais voltados às suas próprias experiências, sem se abrirem para o processo grupal, como também os facilitadores estavam mais focados em uma escuta individual em grupo, o que requereu um alerta da supervisora sobre a diferença entre escuta de processo individual e de processo grupal. Portanto, foi necessário que nos próximos encontros os facilitadores se aprofundassem nas dinâmicas grupais, como forma de capacitação clínica, tendo um maior cuidado para que o processo de escuta fosse voltado ao grupo, sem perder de vista o que ocorria com cada participante isoladamente. Para isso, a equipe de pesquisa se voltou para os preceitos da hermenêutica colaborativa (Macêdo, 2015), explorando mais o que pareciam ser

sentidos compartilhados.

No segundo encontro, enquanto os ingressantes refletiram sobre suas formas de lidar com o sofrimento fora da universidade, os concluintes estiveram mais focados nas experiências universitárias, embora tenham surgido relatos sobre questões familiares. Já no terceiro encontro, com mais clareza dos modos de enfrentamento da realidade presente desses sujeitos, as conversas a partir das fotos da infância puderam favorecer uma ressignificação de modos de enfrentamento do sofrimento.

No quarto e no quinto encontros, valendo-se da coesão grupal que ocorreu nos três primeiros encontros, o diálogo transcorreu com muito mais intensidade. Vieira-Silva (2019) defendem que em um grupo coeso a consciência dos sujeitos é ativada, e que a afetividade, a solidariedade e a identidade coletiva são desenvolvidas. Já Pereira e Sawaia (2020) referendam que em processo grupal ocorre cuidado, diálogo e a potencialização da vida individual e coletiva. Nesse sentido, nos grupos aqui investigados, percebemos que a coesão grupal favoreceu que os participantes entrassem em consenso sobre o que, a partir do que ocorria no processo do grupo, eles jogariam fora, reciclariam e manteriam em suas formas de enfrentar as adversidades e perspectivar o futuro.

Nos encontros finais, a partir da elaboração do projeto de vida, percebemos maior maturidade dos concluintes para isso, talvez pela própria proximidade do ingresso no mercado de trabalho e pelo fato de todos os participantes desse grupo já terem passado por processos psicoterápicos, e, portanto, obtido um maior autoconhecimento nesses processos.

Após uma breve menção ao que ocorreu em cada encontro, nos deteremos agora na análise dos dados contidos nas VS e nos prontuários. Para tanto, a equipe de pesquisa escolheu pseudônimos para os universitários de cada grupo, de acordo com o sentido que, em encontros de supervisão, ela atribuiu às experiências vividas pelos participantes.

No caso do GI, os universitários foram nomeados pelos quatro elementos fundamentais da natureza, visto que estes simbolizam a gênese do nosso planeta, o que parecia se relacionar com o fato dos estudantes estarem em início de ciclo na vida acadêmica em seus cursos de graduação. Assim, os pseudônimos escolhidos foram Fogo, Ar, Terra e Água.

No que diz respeito ao GC, os estudantes foram nomeados por pseudônimos referentes aos peixes que realizam a piracema (fenômeno de reprodução e extremamente dificultoso rio acima), por que eles pareciam compartilhar uma jornada árdua, demorada, cheia de obstáculos,

mas que, ao mesmo tempo, era de muita importância para todos. Os pseudônimos escolhidos foram Piaçu, Curimatá, Matrinxã e Mandi.

A seguir, apresentamos dados sociodemográficos dos dois grupos e tecemos algumas especificidades dessa população:

**Quadro 1** - Dados sociodemográficos dos universitários que participaram do GI. Petrolina, Pernambuco, Brasil, 2023.

Pseudônimo	Gênero	Idade (em anos)	Grande área do curso*	Período
Fogo	Masculino	18	Engenharias	1º
Ar	Feminino	21	Ciências Agrárias	1º
Terra	Masculino	22	Ciências Humanas	1º
Água	Masculino	20	Ciências Humanas	2º

\*Conforme classificação das grandes áreas do conhecimento da Capes (2007)

Fonte: Elaborado pelos autores.

**Quadro 2** - Dados sociodemográficos dos universitários que participaram do GC. Petrolina, Pernambuco, Brasil, 2023.

Pseudônimo	Gênero	Idade (em anos)	Grande área do curso*	Tempo a mais no curso
Piaçu	Masculino	22	Engenharias	6 meses
Curimatá	Feminino	23	Ciências Humanas	6 meses
Matrinxã	Masculino	27	Ciências Agrárias	5 anos
Mandi	Masculino	23	Ciências Agrárias	1 ano e 6 meses

\*Conforme classificação das grandes áreas do conhecimento da Capes (2007)

Fonte: Elaborado pelos autores.

Apesar das faixas etárias dos participantes dos dois grupos serem semelhantes à média de idade identificada em estudos sobre perfil de universitários que costumam procurar serviços escola de Psicologia, nossos dados contradizem esses estudos quando encontramos maior

demanda de estudantes do gênero masculino para participar dos grupos interventivos, enquanto os estudos (por exemplo, Macêdo et al., 2021; Matta et al., 2019; Murakami et al., 2019) apontam maior demanda de público feminino dentre os universitários que buscam intervenções.

No GI, havia apenas uma universitária mulher e um estudante do segundo período. Com idades entre 18 e 21 anos, esses universitários, em sua maioria, estavam na transição da adolescência para a vida adulta, moravam fora da sua cidade natal e longe da família, desenvolveram Transtornos Mentais e do Comportamento (TMC) anteriores à vida universitária, enfrentaram *bullying* durante a vida escolar e tinham dificuldades de adaptação à universidade.

Sobre essas questões, Barbosa, Soares e Pereira (2017) já haviam enfatizado o aparecimento de transtornos de ansiedade, depressão e sentimento de desamparo nas vítimas de *bullying*, consequências que podem se estender por toda a vida e incidir na vivência acadêmica dos sujeitos. Pigozi e Machado (2014), por sua vez, em uma revisão integrativa sobre *bullying* entre adolescentes, destacou que existe uma forte incidência do fenômeno nesse público, sinalizando também correlações entre *bullying* e reverberações emocionais, enquanto Rios et al. (2019) e Matta et al. (2019) denunciaram que a prevalência de TMC é alta em universitários, destacando a maior procura por atendimento de estudantes nos primeiros anos de curso e sinalizando que uma das queixas é justamente a dificuldade de adaptação.

No GC também havia apenas uma estudante mulher, estando a maioria na universidade há pelo menos um semestre a mais que o limite de término de seus cursos (todos com cinco anos de duração). Esses universitários revelaram ter desenvolvido algum TMC ao longo do período de graduação e, apesar de não estarem atualmente sob nenhuma intervenção psicológica, já tinham realizado psicoterapia, participado de alguma modalidade clínica de Psicologia e/ou tomado/estarem tomando medicações. Eles também revelaram que não suportavam a sobrecarga acadêmica e que tanto isso quanto seus abalos emocionais prejudicavam seus desempenhos acadêmicos.

Assim, os relatos dos concluintes sobre sua experiência acadêmica em cursos superiores são semelhantes ao que Matta et al. (2019) destacaram em uma pesquisa em que analisaram as queixas de estudantes universitários em um serviço escola de Psicologia: os problemas acadêmicos são a maior causa de procura de estudantes dessa universidade por atendimento (21%) e universitários sofrem com as pressões acadêmicas, principalmente aqueles de áreas que envolvem as ciências exatas.

Lembremos, também, os dados publicados pelo Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2019), os quais revelaram que as dificuldades que mais impactam na vida e no desempenho acadêmico de universitários são as emocionais. Nessa pesquisa, 83,5% dos universitários brasileiros apontaram essas dificuldades; 81,4% eram nordestinos; e a ansiedade estava no topo dessa lista: 63,6% dos estudantes. Além disso, a sobrecarga das atividades acadêmicas vinha logo depois, como uma das grandes dificuldades que impactavam na saúde mental dos universitários.

Partamos agora para a discussão das US. Visando a descrição dos respectivos processos de grupo, essas unidades serão apresentadas em *itálico*, na ordem dos objetivos e representadas por VS ou recortes dos prontuários.

No processo de compartilhamento de experiências tanto do GI quanto do GC, os sentidos da experiência de participação nos processos grupais revelados pelos participantes foram, sempre, de *reconhecimento de um clima dialógico e acolhedor do grupo*. Houve, para eles, um clima agradável de aceitação, escuta e união, de cuidado e sem julgamentos, como escreveu Matrinxã em 02/03/2023: “O encontro foi importante para externar algumas coisas que parecem que estavam guardadas em algum lugar. Ouvir alguns companheiros e entender que o ponto de vista de terceiros pode ser o meu também”. Assim como Ar:

O grupo me deixa segura para debater sobre o que eu sinto e como me sinto sem me sentir julgada e "anormal". Me traz uma sensação de alívio a verbalização do que eu sinto e ainda me dá a oportunidade de enxergar partes do mundo de outros pontos de vista (18/11/2022).

Reconhecemos, portanto, a abordagem através da qual os grupos foram conduzidos, a humanista-fenomenológica, pois, segundo Correia e Moreira (2016), ofertar para o grupo um clima de acolhimento e não julgamento, onde os colaboradores podem expressar o que sentem livremente, aproxima os sujeitos de quem eles são, na medida em que se permitem entrar em contato com suas fragilidades, sentimentos e sofrimentos, uma vez que são tolhidos de expressar em outros ambientes. Contudo, também, é importante reconhecer, como ressaltam Souza et al., (2021), que, talvez, por se tratar de grupos interventivos voltados especificamente para universitários, possuindo um caráter terapêutico comprometido com mudanças em modos de sentir, pensar e agir dos participantes, os universitários puderam compartilhar suas questões de maneira livre e acolhedora pelos seus pares.

Neste clima, foi significativo para os ingressantes a *gratidão pela participação no grupo*, mesmo que, ao mesmo tempo, houvesse *percepção de diferentes modos de*

*enfrentamento de conflitos*. Em outras palavras, eles ficaram gratos pelos encontros, mesmo percebendo que cada um sofria, pensava e sentia os problemas de forma diferente, muitas vezes diante de histórias que pareciam ser comuns a alguns deles. Percebemos que eles deixavam transparecer, nos diálogos mantidos nos encontros, suas diferentes perspectivas e discordâncias diante dos problemas de vida que enfrentavam, sem deixar, no entanto, de ouvir e compreender a perspectiva do outro, embora no início do processo tenha ocorrido maior embate diante de posicionamentos diferentes.

Isso pode ser compreendido pela VS de Fogo no dia 18/11/2022, escrita após um encontro com muitos embates: “Mentalidades diferentes, algumas ações iguais, mas sentimentos diferentes”. E na de Terra neste mesmo dia: “Durante o encontro, poder compartilhar minha experiência trouxe uma sensação de leveza, pois eu me senti escutado pelo grupo, apesar de haver certas discordâncias em relação a como lidar com determinados problemas”.

No GC, percebemos que diversas US podem estar articuladas entre si, pois foi significativa para eles a *possibilidade de compartilhar, confrontar, refletir e aprender sobre as diferentes experiências acadêmicas e de vida*, o que foi dinamizado por *validação, reconhecimento e reverberação das mútuas experiências*, além da *interação e coesão grupal em clima de bem estar*, quando compartilharam *lembranças de momentos bons da vida acadêmica* e ressignificaram a experiência, a partir do momento que passaram a não focar apenas nas experiências negativas. Tudo isso se materializou a partir do confronto entre diferentes visões de mundo e perspectivas futuras dos concluintes na reta final da jornada acadêmica. Ao escrever sobre o encontro do dia 09/03/2023, Curimatá escreveu:

Foi significativo e me fez refletir sobre ressignificação, semelhanças e diferenças em enfrentamentos durante o período da graduação. Pensar sobre o que moldar na argila me trouxe lembranças boas, não consegui (no momento), pensar nas coisas que não me fizeram bem! Também me identifiquei com os moldes dos companheiros de grupo.

No dia 03/04/2023, Matrinxã escreveu em sua VS: “Encontro com uma boa dinâmica que foi possível encarar novos pontos de vista sobre determinadas perguntas. E, com base na vivência dos colegas, retomar exemplos que podemos seguir. Foi muito bom!”.

Parece que o incentivo dos facilitadores para o diálogo em ambos os grupos foi coerente com a proposta da hermenêutica colaborativa, que encontra na conversação proposta por Gadamer sua fundamentação epistemológica: no confronto de tradições, os sujeitos se engajam

em um diálogo e mudam na medida em que suas suposições iniciais são desafiadas e surpreendidas no encontro dialógico, que força os envolvidos a virem as coisas sob novas perspectivas. Nesse sentido, “ouvir é solidarizar-se com o outro: no diálogo emerge um acordo e os parceiros se dão por satisfeitos com seu dialogar, mesmo que ao final tenham posições completamente opostas” (Macêdo, 2015, p. 205).

Percebemos, também, que no decorrer dos encontros do GI, mesmo que os universitários não tenham identificado quais as demandas os fizeram participar do grupo, aos poucos, ao se abrirem à experiência de forma segura e suportiva, eles viveram um processo dialético entre pressão/tensão/incômodo *versus* satisfação/prazer/alívio por revelarem-se. Vejamos a VS de Ar, em 16/12/2022:

Já começo dizendo que estou muito triste que o grupo está acabando. Por mim, poderia ser até o fim da faculdade, e nem é piada! Da atividade completamente desconfortável, vislumbro o futuro, inclusive, por que a maioria das áreas da minha vida estão incertas e mal resolvidas. Entretanto, a evolução não se faz na zona de conforto.

Vejamos, também, a VS de Fogo nesse mesmo dia: “Foi divertido, diferenciado”. Rossato e Scorsolini-Comin (2019), em relato de experiência realizada com grupos de ingressantes, perceberam que, ao compartilhar diferentes realidades perpassadas por questões familiares e relacionais, o grupo viveu um interjogo dialético em que houve aprendizagem decorrente de confrontos, manejo e solução de conflitos, o que é importante para a saúde mental. Neste sentido, podemos dizer que o processo grupal vivido pelos universitários ingressantes participantes da nossa pesquisa teve alcance considerável para promover a saúde mental deles.

Já os concluintes informaram o que os levou a se inscreverem no grupo interventivo: *busca de rede de apoio e sofrimento/adoecimento psíquico provocados pela academia*, o que é representado pelos seguintes registros de prontuários: “O participante relatou que o motivo da procura pelo grupo foi a solidão do curso, por entender a importância do diálogo e pelo interesse na dinâmica bem como em compreender as diferentes realidades” (Trecho do prontuário de Piaçu, 02/03/2023).

A participante buscou no grupo um fortalecimento da sua rede de apoio dentro da universidade e também por um anseio de falar sobre seu sofrimento de longas datas [...], que agravou suas crises que levaram a um diagnóstico de depressão, ansiedade e transtorno bipolar” (Trecho do prontuário de Curimatá, 02/03/2023).

Talvez por terem conhecimento prévio de como eram afetados em sua saúde mental pela academia, os concluintes, diferentemente dos ingressantes, já tinham mais clareza sobre as

realidades que enfrentavam, assim como, possivelmente, por serem mais velhos, tenham desenvolvido mais maturidade para identificar suas vulnerabilidades, ou mesmo mais habilidades sociais para buscar uma rede de apoio.

Ingressar em e concluir um curso universitário resguarda suas especificidades. O estudo de Bauth et al. (2019), que caracterizou e comparou o repertório de habilidades sociais de universitários iniciantes e concluintes de diferentes cursos de graduação, pode ajudar a perceber algumas dessas diferenças: os concluintes possuem um repertório mais desenvolvido que os iniciantes.

Já Mussi et al. (2019) ressaltaram que universitários ingressantes podem estar expostos a níveis de estresse diferentes dos concluintes. Enquanto os primeiros vivenciam estresse no processo de adaptação ao novo ambiente e às condições escolares, os segundos, também expostos a fatores semelhantes, vivenciam mais situações estressoras por lidarem com a competitividade dos colegas de turma e/ou por estarem mais preocupados com o futuro mercado de trabalho, o que pode explicar uma maior necessidade momentânea de buscar a rede de apoio e o cuidado ao sofrimento/adoecimento psíquico provocado pela academia.

Apesar de não terem identificado os motivos para buscarem o serviço escola, durante o processo grupal, além de terem *ressignificado experiências passadas*, os ingressantes revelaram fatores de risco à sua saúde mental, como *tensão e incômodo diante de pressões da vida, sobrecarga acadêmica e adoecimentos psíquicos pregressos*. Assim, esses participantes informaram ter experienciado, antes de entrarem na universidade, solidão, comportamento suicida, depressão, ansiedade, esquizofrenia paranoide, comportamentos antissociais (como desejo de matar pessoas na escola) e conflitos interpessoais na família e na sociedade mais ampla, questões que ainda perpassam sua vida na academia.

Veja-se VS de Fogo: “aprender a controlar sentimentos/ações, inclusive histórias [...] o suicídio nunca foi uma solução” (25/11/2022). E a de Ar: “[...] lidar com a pressão e a dor só pode resultar em força. Não é sobre o quanto você aguenta bater. É sobre o quanto você aguenta apanhar (19/12/2022).

Além de compreendermos alguns desses dados como referendados pela pesquisa do FONAPRACE (2019), que apontou 63,3% de universitários com ansiedade, 45,6% com desânimo, 23,5% experienciando solidão e 19,3% com comportamento suicida; eles caminham na mesma direção de um estudo realizado por Aguirre et al. (2017) no Escritório de Saúde Mental da Universidade de São Paulo. A partir de uma pesquisa qualitativa fenomenológica,

longitudinal, empírica e clínica, baseada na filosofia da vida de Michel Henry, os autores acompanharam 17 jovens universitários e compreenderam que não havia queixas significativas em relação às pressões ou políticas universitárias, mas sim queixas especificamente de experiências vividas na infância e na pré-adolescência, as quais ainda interferiam nas vivências cotidianas e no rendimento desses sujeitos enquanto estudantes universitários.

Segundo Aguirre et al. (2017), os universitários apresentavam os sintomas logo no início de cada encontro, e à medida em que ouviam com atenção e acolhiam sem julgamento o que diziam, os psicólogos podiam acessar outros fatos importantes de suas vidas. Assim, os primeiros relatos apontavam para adoecimentos anteriores à vida acadêmica, mas também revelavam sobrecarga acadêmica que já estava prejudicando os ingressantes. Os autores revelaram que essas informações ajudavam na compreensão de como cuidar desses aspectos a partir da proposta interventiva.

Percebemos, na nossa pesquisa que, diante das situações difíceis, algumas estratégias de enfrentamento e de manutenção da saúde mental ao longo da vida pessoal e escolar podem ter se constituído em fatores de risco para os ingressantes, tais como o silenciamento do sofrimento, a opção pela solidão e a não confiança nas relações interpessoais. Vejamos a VS de Terra em 02/12/2022: “A conversa girou em torno da solidão e como cada um lida com ela. Independentemente de cada relato, percebo que esse sentimento não é o único, e pensar sobre a infância pode ser um auxiliador para o presente”.

Macêdo (2018), ao relatar sua experiência com intervenções com universitários, alertou para o potencial danoso da ausência de uma rede de apoio para favorecer ao estudante lidar com o sofrimento que se apresenta no ambiente acadêmico, uma vez que a impossibilidade de comunicar a angústia e compartilhar a dor de maneira saudável resulta, algumas vezes, em processos psicossomáticos ou TMC. No caso dos ingressantes do nosso estudo, parece que o silenciamento do sofrimento se externava, também, sob a forma de ansiedade, depressão, transtorno bipolar, comportamento autolesivo e ideação suicida. Sem amparo, tempo e espaço para refletir sobre suas respectivas condições de existir e vivenciar a universidade, os estudantes continuavam a adoecer.

Por sua vez, os universitários do GC apresentaram uma gama maior de fatores de risco à sua saúde mental, denotando estarem muito fragilizados em um momento em que estavam prestes a concluir o curso e adentrar o mercado de trabalho. Isto porque compreendemos de suas experiências outras US: *esforço e tempo despendido diante da sobrecarga acadêmica,*

*fragilização diante das emoções reprimidas, conflito de identidade diante do tempo delongado da formação universitária, pressões acadêmicas e de vida familiar, experiências negativas, falta de confiança, e ressentimentos nas relações interpessoais dentro e fora da universidade.*

Vejamos os registros de uma VS e de um prontuário a seguir:

No encontro de hoje muitos pontos que eu não esperava vieram à tona. Muitos pontos relacionados à minha vida pré-universidade, e como o ambiente familiar a que estive exposto se mostrou positivo, mas que também dificultaram a chegada a alcançar a independência. Além de também ver os relatos de como o ambiente no qual eles estiveram expostos afetou a vida acadêmica deles. Tanto nos pontos positivos quanto nos negativos. Um ponto que não pode deixar de ser levantado é sobre a reflexão do filho do jardineiro. Que me fez pensar como eu tive mudanças significativas ao longo da graduação (VS de Mandi, 09/03/2023).

Ao discutir o traço grupal das esculturas, ele relatou ter se colocado no próprio pedestal diante da necessidade de reconhecimento dos seus esforços, pois sente que foi esquecido pela família, especialmente pela mãe, pois desde quando consegue se lembrar, sempre se responsabiliza por tudo sozinho sem a ajuda de ninguém, enquanto via outras pessoas sendo cuidadas e compartilhando suas responsabilidades. Disse que os pais o ajudaram apenas com o que foi estritamente necessário e que, por ter conseguido sobreviver ao abandono, sente essa necessidade de ser validado (Prontuário de Matrinxã, 09/03/2023).

Compreendemos que, já nos primeiros encontros, os concluintes parecem ter se mobilizado para ressignificar as suas trajetórias em seus cursos, ampliando as suas visões para buscar formas de enfrentar as dificuldades pessoais e da vida acadêmica para se libertarem da situação. Com o passar dos encontros, a partir do já evidenciado processo mútuo de validação, reconhecimento e reverberação das experiências de cada um e de todos, puderam compartilhar e mudar suas visões sobre as pressões sofridas em suas vidas, histórias, famílias e relacionamentos inter/intrapessoais.

Eles também reconheceram como, muitas vezes, essas pressões os fragilizaram, mas puderam rememorar o contexto familiar e como a vida acadêmica permitiu sair de uma zona de conforto. Assim, refletiram que passaram por mudanças significativas ao longo da graduação, apesar das experiências negativas e dos ressentimentos vividos ao longo dos seus cursos. Vejamos trechos das VS de Curimatá e Mandi, respectivamente:

“[...] trazer fotos e falar sobre elas foi um momento para relembrar que tenho a parceria da minha família e que sigo sendo uma pessoa sonhadora. Considero que sonhar faz com que fuçamos da realidade que, às vezes, é tão doída” (16/03/2023); “[...] pensando agora, vejo como muitos dos pontos negativos ao longo da graduação, ou já foram aceitos, ou já deixam de incomodar ao ponto que chega a ser difícil de lembrar” (23/03/2023).

Essa resignificação da experiência pode ser considerada terapêutica e diretamente relacionada ao método da hermenêutica colaborativa, considerando-se outros estudos já realizados com o método, que identificaram como o resgate da consciência histórica viabiliza mudanças em modos de subjetivação (Macêdo et al., 2020; Souza & Macêdo, 2018).

Todavia, pudemos elencar estratégias de enfrentamento utilizadas pelos concluintes para manutenção da saúde mental durante a vida acadêmica, compreendidas pelas US: *amadurecimento pessoal diante das experiências negativas durante a formação universitária que os tiraram da zona de conforto, evolução e crescimento pessoal diante das experiências acadêmicas positivas, e apoio de alguns parentes*. No entanto, esses universitários só tomaram consciência dessas estratégias, ao longo do processo grupal, o que denota a importância do grupo interventivo e da metodologia adotada. Vejamos:

A releitura das VS antigas mostra a evolução ao longo das semanas de um grupo distinto, com pessoas de cursos e momentos do curso diferentes compartilhando suas realidades, com expectativas de não serem julgados e foi o que realmente aconteceu. Foi o momento semanal de redescobertas, resignificados, novas visões sobre o passado, presente e futuro profissional e até pessoal, já que, esses dois pontos se atrelam numa mesma mente (VS de Matrinxã, 10/04/2023).

Apesar de termos identificado estratégias utilizadas anteriormente ao processo grupal investigado, compreendemos que, no caso dos ingressantes, o grupo interventivo foi necessário para que os participantes vivessem como resultados do processo as seguintes US: *segurança e alívio diante das experiências de vida, reconhecimento de fragilidades, e aprendizagem de novos modos de enfrentamento de problemas*. Vejamos as VS de Água em diferentes encontros: “Foi conflitante encontrar novamente com minhas fraquezas” (25/11/2022); “Sinto leveza. Uma nova perspectiva” (02/12/2022). E a de Fogo: “Relembrar momentos de desafios e agradecer por ter passado” (02/12/2022).

Como argumenta Scherer (2007), o momento de inserção no ensino superior exige desses estudantes não só uma reorganização do seu aparato teórico e técnico, mas também uma gama de habilidades sociais e emocionais. Assim, um processo de grupo voltado para explorar a experiência de universitários ingressantes se mostra um importante fator de proteção à saúde mental, desde que pode se constituir em um espaço de abertura para se falar sobre inseguranças, angústias e ansiedades, bem como revisar estratégias para enfrentar a realidade acadêmica de cada curso e/ou instituição.

Compreendemos, também, outras US interligadas no GI: os participantes passaram por um *processo de fortalecimento e crescimento mútuos*, que favoreceu, individualmente,

*autocompreensão, autoconhecimento, reconhecimento de si mesmo e orgulho pelo modo como enfrentaram desafios e foram vitoriosos ao longo das suas diferentes trajetórias de vida; e coletivamente, bem estar, melhoria do humor, diminuição da sobrecarga acadêmica e novas perspectivas e estratégias para alcançar objetivos futuros. Vejamos, como exemplo, a VS de Terra do último encontro: “É bom compartilhar. Participar do grupo tem sido uma experiência gratificante. Ver todos crescerem juntos é interessante” (19/12/2022).*

No caso dos concluintes, no percurso do processo grupal, eles foram se entusiasmando, se divertindo com as atividades de cada encontro, interagindo e passaram a encarar a vida e a vislumbrar novas perspectivas que faziam sentido para eles. Assim, pudemos identificar como resultados do GC, outras US: *aprofundamento, questionamento e mudanças nas visões sobre as pressões sofridas; mudança nos modos de enfrentamento das dificuldades pessoais e acadêmicas; ressignificação do sofrimento e de como enfrentar o adoecimento psíquico; priorização de si mesmos para alcançar o futuro almejado; e estabelecimento de metas para o futuro pessoal/ profissional a partir da ressignificação das trajetórias acadêmicas e de vida. Vejamos as seguintes VS:*

[...] Os encontros são um ponto de paz na correria desse mundo doido (Piaçu, 10/04/2023).

Encontro significativo, me mostrando mais uma vez a importância de me priorizar, me colocar em primeiro não, em um sentido egoísta ou maldoso, mas como forma de pensar em mim primeiro. Apoiar e me apoiar em pessoas que realmente estiveram comigo (Matrinxã, 16/03/2023).

Nesse último encontro, falamos sobre os projetos de vida nos três pilares que mais me incomodam: a relação afetivo-sexual, financeira e profissional. Que eram as que mais me preocupam, visto que são as quais eu tenho menos perspectivas de como alcançar meus objetivos. Mas após a discussão em grupo, pelo menos me sinto esperançoso para encontrar o caminho para a realização dos meus objetivos em conseguir emprego fora do Brasil em uma área que me interesse, e que possa dar segurança financeira à minha família, que faz tanto por mim. Repassando sobre as VSs, percebi que inicialmente eu estava me procurando em mim mesmo, mas, depois de um tempo, passei a experimentar propriamente o grupo (Mandi, 17/04/2023).

A VS de Mandi acima indica a efetividade do grupo interventivo, tanto para a vida acadêmica quanto para a carreira dos participantes, como também aponta para a importância de articular pesquisa e extensão para avaliar os resultados de uma proposta interventiva, como frisam Torres et al. (2023), para os quais atividades de extensão universitária possibilitam transformação, melhorando as condições sociais e de vida de uma comunidade.

Neste sentido, podemos dizer que tanto o GI quanto o GC na perspectiva interventiva aqui adotada, puderam favorecer um espaço para ampliar a autonomia pelo desenvolvimento

da capacidade reflexiva dos participantes, como propõem Rossato e Scorsolini-Comin (2019) para processos grupais com universitários. Assim, somos levados a reconhecer a viabilidade dos grupos para a promoção de saúde mental de universitários ingressantes e concluintes, pois eles se mostraram efetivos como uma possibilidade de cuidado aos fatores emocionais dos participantes, conforme defendem Souza et al. (2021) sobre a importância das intervenções grupais como preventivas para a saúde mental em IES, principalmente em caso de universitários que tenham diagnóstico ou presença de sintomas como depressão, ansiedade, transtorno de ansiedade social, entre outros.

#### 4 Considerações Finais

Ao final da pesquisa, pudemos concluir que alcançamos todos os objetivos do estudo, pois os participantes reconheceram o clima dialógico e acolhedor do grupo, sentindo-se gratos pela participação, percebendo seus diferentes modos de enfrentar os conflitos ao terem a possibilidade de compartilhar, confrontar, refletir e aprender sobre as diferentes experiências acadêmicas e de vida de cada um. Nos processos grupais de ambos os grupos, eles validaram e reconheceram as experiências uns dos outros. Em um clima de interação, coesão grupal e bem estar, compartilharam lembranças de momentos significativos da vida, ressignificando experiências.

Enquanto no grupo de ingressantes, houve, principalmente, segurança e alívio diante das experiências de vida, reconhecimento de fragilidades e aprendizagem de novos modos de enfrentamento de problemas; no grupo de concluintes, houve aprofundamento, questionamento e mudanças nas visões sobre as pressões sofridas, mudança nos modos de enfrentamento das dificuldades pessoais e acadêmicas, ressignificação do sofrimento e de como enfrentar o adoecimento psíquico, priorização de si mesmos para alcançar o futuro almejado e estabelecimento de metas para o futuro pessoal/profissional a partir da ressignificação das trajetórias acadêmicas e de vida.

Diante desses resultados, apesar de não termos conseguido identificar as principais demandas que fizeram os universitários ingressantes participarem dos grupos interventivos, defendemos que intervenções em grupo com universitários ingressantes ou concluintes podem ser favorecedoras para não só se pesquisar a experiência desses sujeitos em momentos iniciais e finais de seus cursos, mas promover-lhes saúde mental e, respectivamente, uma adaptação à vida acadêmica mais realizadora e prazerosa, ou uma finalização de curso menos angustiante.

Reconhecemos alguns limites ao longo da nossa pesquisa, como dificuldades enfrentadas pelos facilitadores dos grupos (administração do tempo de fala dos colaboradores e mediação de alguns conflitos que surgiram, principalmente no grupo de ingressantes), como também os encontros terem concorrido com o calendário acadêmico da universidade, pois houve recesso de final de ano e término do semestre letivo em que a pesquisa foi realizada, o que concorreu para que os processos grupais precisassem encerrar com uma quantidade menor de encontros que o previsto inicialmente, já que todos os participantes tinham compromissos outros a assumir. Mesmo assim, encaminhamos demandas individuais para o serviço escola e encerramos os grupos de forma ética, sempre amparados por processo de supervisão, o qual reconhecemos como fundamental para pesquisas interventivas em grupo.

Portanto, sugerimos novos estudos que foquem o processo de supervisão em pesquisas interventivas, além dos desafios enfrentados por facilitadores ainda em processo de formação graduada em serviços escola de Psicologia. Pesquisas dessa ordem podem ser uma alternativa para que essas instituições, resguardando o amparo técnico e ético da supervisão, possam ir além da sua missão de formação de psicólogos e promoção de saúde e qualidade de vida da comunidade atendida, favorecendo que as IES nas quais se localizam possam cumprir seu papel de responsabilidade social frente ao percurso acadêmico de seus discentes.

Por fim, acreditamos que os resultados deste estudo possam favorecer reflexões sobre a necessidade de se criar redes de apoio ao universitário, assim como contribuir para a implementação não só de ações e pesquisas realizadas em serviços escola de Psicologia, mas também de atuais e futuros programas de assistência psicossocial em IES, resultantes da institucionalização de políticas públicas de cuidado integral ao estudante universitário.

## Referências

- Aguirre, A., Ossa, J., Bido, L., & Albuquerque, S. (2017). Saúde mental em jovens universitários: relatos da infância. *Acta Psicológica Peruana*, 2(2), 269-286. <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/79>
- Amatuzzi, M. M. (2008). *Por uma psicologia humana*. Alínea.
- Barbosa, A. A. D., Soares, M. S., & Pereira, J. M. (2018). Características associadas a vítimas de *bullying* nas escolas brasileiras. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde*, 15(2), 791-799. [http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/3231/pdf\\_741](http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/3231/pdf_741)

- Bauth, M. F. F., Rios, A. C., Lima, D. C., & Resende, K. I. D. S. de. (2019). Avaliação das habilidades sociais de universitários ingressantes e concluintes. *Contextos Clínicos*, 12(1), 104-123. <http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2019.121.05>.
- Castro, V. R. (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, 9, 380-401. [http://unifia.edu.br/revista\\_eletronica/revistas/gestao\\_foco/artigos/ano2017/043\\_saude\\_mental.pdf](http://unifia.edu.br/revista_eletronica/revistas/gestao_foco/artigos/ano2017/043_saude_mental.pdf)
- Correia, K. C. R., & Moreira, V. (2016). A experiência vivida por psicoterapeutas e clientes em psicoterapia de grupo na clínica humanista-fenomenológica: uma pesquisa fenomenológica. *Psicologia USP*, 27(3), 531–541. <https://doi.org/10.1590/0103-656420140052>
- Diniz, N. F. P. S., & Aires, S. (2018). Grupo de escuta e reflexão com estudantes universitários. *Vínculo*, 15(1), 61-75. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S180624902018000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180624902018000100007&lng=pt&nrm=iso)
- Ferreira, V. S., Oliveira, M. A., & Vandenberghe, L. (2014). Efeitos a curto e longo prazo de um grupo de desenvolvimento de habilidades sociais para universitários. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, [S. l.], 30(1), 73–81. <https://periodicos.unb.br/index.php/revistaptp/article/view/17631>
- FONAPRACE (2019). *V Pesquisa do perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das Instituições Federais de Ensino Superior brasileiras*. Andifes. <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>
- Giorgi, A., & Souza, D. (2010). Método Fenomenológico de Investigação em Psicologia. Fim de Século.
- Gomes, L. M. L. S., Leitão, H. A. L., Santos, K. M. C., & Zanotti, S. V. (2023). Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. *Educação em Revista*, 39, e40310. <https://doi.org/10.1590/0102-469840310>
- Lantyer, A. S., Varanda, C. C., Souza, F. G., Padovani, R. C., & Viana, M. B. (2016). Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção. *Revista Brasileira De Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2), 4–19. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v18i2.880>

Laville, C., & Dionne, J. (1999). A construção do saber. Manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas. Artmed.

Macêdo, S. (2015). *Clínica humanista-fenomenológica do trabalho. A construção de uma ação diferenciada diante do sofrimento no e por causa do trabalho*. Juruá.

Macêdo, S. (2018). Sofrimento psíquico e cuidado com universitários: Reflexões e intervenções fenomenológicas. *ECOS: Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, 8(2), 265-277. <http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/2844/1566>

Macêdo, S., Nunes, A. L.P., & Souza, M. P. G. (2020). Hermenêutica colaborativa na pesquisa fenomenológica interventiva com universitários em sofrimento psíquico. *Phenomenology, Humanities and Sciences*, 1(2), 349-372. <https://phenomenology.com.br/index.php/phe/article/view/33>

Macêdo, S., Souza, M. P. G., & Nunes, A. L. P. (2021). Experiências de estudantes de psicologia ao conduzir grupos com outros universitários. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 27(2), 147-158. <https://dx.doi.org/10.18065/2021v27n2.2>

Macêdo, S., Sudário, N. D., Souza, M. P. G., & Souza, M. A. T. P. (2021). Universitários em Sofrimento Psíquico: estudo em serviço escola do interior pernambucano. *Revista do NUFEN*, 13(2), 1-14. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2175-25912021000200002&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912021000200002&lng=pt&tlng=pt)

Matta, A. H. A., Câmara, V. M. S., Bonadiman, H. L. (2019). Análise do mal-estar do estudante universitário na perspectiva do perfil da clientela e das queixas acolhidas no atendimento psicológico de uma universidade federal. *Humanidades & Inovação*, 6(8), 48-58. <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1249>

Murakami, K., Barros, G. C., Peres, C. M., Flauzino, R. H., Colares, M. F. A. (2018). Atuações de um centro educacional e psicológico junto a estudantes universitários. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 19(1), 109-119. <http://dx.doi.org/1026707/1984-7270/2019v19n1p109>

Mussi, F. C., Pires, C. G. S., Carneiro, L. S., Costa, A. L. S., Ribeiro, F. M. S e S., & Santos, A. F. (2019). Comparison of stress in freshman and senior nursing students. *Revista da Escola de Enfermagem da USP, [S. l.]*, 53, e03431. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2017023503431>

Pereira, E. R., & Sawaia, B. B. (2020). Práticas grupais: espaço de diálogo e potência. Pedro & João Editores.

- Perez, K. V., Brun, L. G., & Rodrigues, C. M. L. (2019). Saúde mental no contexto universitário: desafios e práticas. *Trabalho (En)Cena*, 4(2), 57-365. <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/8093>
- Pigozi, P. L., & Machado, A. L. (2015). *Bullying* na adolescência: visão panorâmica no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20, 3509-3522. <http://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/bullying-na-adolescencia-visao-panoramica-no-brasil/15073?id=15073>
- Rios, M. D. G. V., Mascarenha, L. V. R., Souza, K. S., Olebar, D. T. C. R., Paiva, M. C. E., & Silveira, A. O. (2019). Adoecimento e sofrimento psíquico entre universitários: estado da arte. *Humanidades & Inovação*, 6(8), 23-31. <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1259>
- Rossato, L., & Scorsolini-Comin, F. (2019). Chega mais: o grupo reflexivo como espaço de acolhimento para ingressantes no ensino superior. *Revista da SPAGESP*, 20(1), 1-8. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702019000100001&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702019000100001&lng=pt&tlng=pt)
- Sarmiento, D. F., & Casagrande, C. A. (2014). Processos constitutivos das políticas educacionais no âmbito municipal: a pesquisa-ação colaborativa como postura epistemológica, metodológica e política. *Práxis Educativa*, 09(2), 531-552. [http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-43092014000200012&lng=es&nrm=iso](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-43092014000200012&lng=es&nrm=iso)
- Scherer, Z. A. P., Scherer, E. A., & Carvalho, A. M. P. (2007). Group therapy with nursing students during the theory-practice transition. *Revista Latino-americana de Enfermagem*, 15(2), 214-223. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000200005>
- Silva, D. R., Panosso, I. R., & Donadon, M. F. (2018). Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções – uma revisão crítica da literatura. *Psicologia - Saberes & Práticas*, 1(2), 1-10. <https://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/psicologiasaberes&praticas/sumario/64/16012019150843.pdf>
- Souza, G. W., & Macêdo, S. (2018). Grupo interventivo com genitores(as) de crianças vítimas de violência sexual. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 24(3), 265-274. <http://dx.doi.org/10.18065/RAG.2018v24n3.1>

Souza, L. K., Lourenço, E., & Santos, M. R. G. (2016). Adaptação à universidade em estudantes ingressantes na graduação em psicologia. *Psicologia da Educação*, 42, 35-48.

<https://doi.org/10.5935/2175-3520.20150023>.

Souza, D. C., Favarin, D. B., & Scorsolini-Comin, F. (2021). Estratégias grupais para promoção de saúde em universitários. *Educação*, 46(1), e72/1–24. <https://doi.org/10.5902/1984644442800>

Torres, M. S., Marinho, P. C., Silva, R. L., Alves, V. H. L., Macedo, S. O. S. F., & Resende, G. C. (2023). Promoção de saúde mental no ensino superior no norte do Brasil na pandemia da COVID-19. *Perspectivas em Psicologia*, 26.

<https://seer.ufu.br/index.php/perspectivasempsicologia/article/view/65567>

Vicente, C. C., & Silva, B. C. L. (2021). A consciência do jovem universitário: o grupo ampliando possibilidades de ser. *Psicologia Clínica*, 33(2), 257 – 275.

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v33n2/04.pdf>

Vieira-Silva, M. (2019). A potência do processo grupal. *Psicologia em Revista*, 25(2), 671-688.

<https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2019v25n2p671-688>