

## **Orientação e desenvolvimento pessoal e profissional:** um projeto de apoio psicológico à comunidade do Setor de Educação Profissional e Tecnológica da Universidade Federal do Paraná

Daniele Cristine Nickel<sup>1</sup>, João Felipe Capioto Seelent<sup>2</sup>

### **Resumo**

O projeto de Orientação e Desenvolvimento Pessoal e Profissional tem como objetivo proporcionar orientações e apoio aos alunos do Setor de Educação Profissional e Tecnológica da Universidade Federal do Paraná e à comunidade em geral, no que diz respeito às questões relacionais, pessoais e profissionais que estejam interferindo no bem-estar biopsicossocial. O projeto visa auxiliar o trabalho desenvolvido pelo Núcleo de Orientação Acadêmica de forma a ampliar o campo de intervenção, uma vez que ele possui um enfoque voltado para as questões educacionais de ensino e aprendizagem. A metodologia adotada envolveu a realização de atividades individuais de orientação e apoio. Os instrumentos e as técnicas utilizadas envolveram a aplicação de testes psicológicos para diagnóstico, entrevistas clínicas, vivências e atividades de sensibilização. As ações desse projeto implicam no bem-estar biopsicossocial dos alunos e da comunidade, de forma a refletir na melhoria dos relacionamentos interpessoais tanto no âmbito pessoal como profissional, redução de faltas excessivas, reprovações, desistências e abandono dos cursos.

### **Palavras-chave**

Atendimento psicológico de universitários. Orientação. Desenvolvimento pessoal e profissional. Aspectos biopsicossociais.

---

<sup>1</sup> Doutora em Engenharia de Produção e Sistemas pela Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil; psicóloga e professora da Universidade Federal do Paraná, Brasil. E-mail: danielcristine.nickel@yahoo.com.br.

<sup>2</sup> Graduando em Tecnologia em Gestão da Qualidade na Universidade Federal do Paraná, Brasil. E-mail: joao\_felipe\_capioto@hotmail.com.

**Personal and professional orientation and development:** a psychological support project for the community in the Professional and Technological Education Sector at the Federal University of Parana

Daniele Cristine Nickel<sup>3</sup>, João Felipe Capioto Seelent<sup>4</sup>

### **Abstract**

The Professional and Personal Guidance and Development Project aims to guide and support students of the Technology and Professional Education Sector at the Federal University of Parana, and the general public in what concern professional, personal and relationship issues that interfere in the biopsychosocial well-being. The project aims to assist the work developed by the Academic and Guidance Center in order to expand the area of activity, since the AGC focus in educational issues related to teaching and learning. The methodology adopted involved carrying out individual guidance and support activities. The instruments and techniques used involved the application of psychological tests for diagnosis, clinical interviews, experiences and awareness activities. The actions in this project imply in the biopsychosocial well-being of the students and the general public, in order to reflect in the improvement of interpersonal relationship in both professional and personal extents, reducing absence, flunking, and college dropouts.

### **Keywords**

Psychological care of university students. Guidance. Personal and professional development. Biopsychosocial aspects.

---

<sup>3</sup> PhD in Production and Systems Engineering, Federal University of Santa Catarina, State of Santa Catarina, Brazil; psychologist and professor at the Federal University of Paraná, State of Paraná, Brazil. E-mail: danielecristine.nickel@yahoo.com.br.

<sup>4</sup> Undergraduate student in Technology in Quality Management, Federal University of Paraná, State of Paraná, Brazil. E-mail: joao\_felipe\_capioto@hotmail.com.

## **Introdução**

A ideia do desenvolvimento do projeto de Orientação e Desenvolvimento Pessoal e Profissional surgiu a partir da vivência da realidade do Setor de Educação Profissional e Tecnológica (SEPT) da Universidade Federal do Paraná (UFPR) e do contato com os coordenadores dos cursos de Tecnologia em Gestão da Qualidade (TGQ), Tecnologia em Comunicação Institucional (TCI) e Tecnologia em Secretariado (TSE). Percebeu-se uma dificuldade encontrada pelos coordenadores de intervir em situações de cunho emocional apresentadas pelos alunos do setor, considerando que essas situações tendem a impactar diretamente no desempenho acadêmico do aluno.

O projeto busca auxiliar nesse aspecto, de modo a proporcionar orientações e apoio aos discentes em relação a questões biopsicossociais que interferem no seu bem-estar. Para tal, o projeto trabalha com orientações individuais, focadas no desenvolvimento pessoal e/ou profissional.

Em contato com as coordenações de cursos do SEPT/UFPR, foram identificadas situações relacionadas ao âmbito biopsicossocial que interferem significativamente no desempenho acadêmico e profissional dos discentes. Essas situações tendem a levar os alunos a apresentarem dificuldades no relacionamento interpessoal, bem como no acompanhamento do curso, a exemplo de faltas excessivas, reprovações e, conseqüentemente, a evasão.

Assim, o projeto visa auxiliar por meio de um processo de acolhimento, orientação e acompanhamento dos alunos e demais membros da comunidade em suas redes de relacionamento. O processo de interação humana é complexo e ocorre permanentemente entre pessoas, sob forma de comportamentos manifestos e não manifestos, verbais e não verbais, pensamentos, sentimentos, reações mentais e/ou físico-corporais” (MOSCOVICI, 2002), o desenvolvimento da competência nas relações é essencial para o bem-estar das pessoas, tanto no âmbito pessoal quanto profissional.

O projeto busca propiciar transformações nos alunos participantes, partindo da premissa que as necessidades de ordem emocional, social, biológica são essenciais ao processo de ensino-aprendizagem no transcurso acadêmico. Nas ações e atividades realizadas, o discente é observado sob uma visão holística, de modo a considerar a interação entre as diversas áreas de saberes numa abordagem interdisciplinar. O projeto busca auxiliar no desenvolvimento das relações interpessoais, aspecto fundamental para a transformação do ser humano em prol de uma convivência social equilibrada e pautada nos princípios da cidadania.

A partir do momento que a pessoa sente-se acolhida em suas necessidades, percebendo a oportunidade de se desenvolver enquanto indivíduo, maiores são as possibilidades da universidade contribuir para uma formação que promova o desenvolvimento da sociedade. É importante ressaltar que a educação vai além do preparo para o mercado de trabalho, envolve, portanto, o ser humano em todas as suas dimensões. Severino (2006) argumenta que a situação do atual momento histórico-social prioriza apenas uma parte da dimensão humana, o que aumenta o desafio da formação humana.

De acordo com Del Prette e Del Prette (2004), as pessoas socialmente competentes tendem a apresentar relações pessoais e profissionais mais produtivas, satisfatórias e duradouras, além de melhor saúde física e mental. Ao oferecer apoio emocional, informações e orientações, há a possibilidade da percepção da real situação que os alunos estão vivendo, ajudando-os no enfrentamento da crise vivenciada. O projeto oportuniza o aprendizado de novos comportamentos, em clima de compartilhamento e aceitação. Os atendimentos individuais são excelentes recursos terapêuticos para lidar com pessoas que vivem situações de crise, tendo como objetivos promover coesão e apoio, elevando a autoestima e a autoconfiança dos envolvidos (OLIVEIRA *et al.*, 2010).

O Núcleo de Orientação Acadêmica (NOA) desenvolve um trabalho em prol do auxílio dos acadêmicos que apresentam dificuldades no processo educacional. A proposta do projeto de Orientação e Desenvolvimento Pessoal e Profissional consiste em auxiliar o NOA, além de ampliar o atendimento à comunidade. Para tal, considera a rede de relações estabelecida pelo aluno, de modo a envolver seus amigos e familiares a partir de um trabalho de caráter preventivo. Dessa forma, propicia o acolhimento, bem como acompanhamento dos acadêmicos em seu ingresso nos cursos do SEPT/UFPR, e em todo o transcorrer do mesmo, de modo a abordar as dificuldades pertinentes às esferas biopsicossociais. O projeto busca proporcionar uma melhoria na qualidade das relações pessoais e profissionais e no bem-estar a partir da intervenção nessas esferas.

A importância do projeto é justificada pelos resultados obtidos, bem como na grande procura pelos alunos e *feedbacks* positivos quanto aos resultados alcançados. A demanda por este tipo de intervenção está presente cotidiano dos alunos, dos servidores e da comunidade do SEPT/UFPR. Por conseguinte, o projeto apresenta como objetivo geral proporcionar orientações e apoio aos alunos e comunidade do Setor no que diz respeito às questões relacionais, pessoais e profissionais que interfiram no seu bem-estar biopsicossocial. Os objetivos específicos referem-se a: identificar situações de vulnerabilidade relacionadas às

questões relacionais, emocionais pessoais e/ou profissionais que afetem o bem-estar dos alunos vinculados aos cursos ofertados pelo Setor; orientar os alunos que estejam apresentando dificuldades relacionais, pessoais e/ou profissionais diante de situações de vulnerabilidade reveladas no âmbito acadêmico, a fim de auxiliar no restabelecimento do equilíbrio emocional; desenvolver atividades individuais para a orientação e acompanhamento dos alunos que sejam identificados em situação de vulnerabilidade emocional; proporcionar a sensibilização e reflexão relacionadas às questões emergentes identificadas como prejudiciais para o desempenho acadêmico; encaminhar os alunos a outras áreas de atendimento diante da identificação da necessidade de envolvimento de outros profissionais.

### **Saúde Mental e o Ensino Superior**

A preocupação com saúde mental no ensino superior surgiu nos Estados Unidos no início do século 20, a partir do entendimento de que os jovens passam por uma fase vulnerável no período acadêmico sob o ponto de vista psicológico, sendo a obrigação das Instituições de Ensino Superior auxiliá-las nesse processo (LORETO, 1965).

A fase da adolescência, em sua maioria, coincide com o período de transição para o ensino superior, sendo uma etapa marcada por uma revolução biopsicossocial. Essa etapa pode desencadear conflitos e crises, depressões, ansiedade, refletindo em dificuldades no relacionamento interpessoal. Segundo Jorge e Rodrigues (1995), para alguns, essa fase pode gerar o amadurecimento e fortalecimento da identidade, contudo, para outros, pode gerar o desajustamento e até o desencadeamento de doenças.

Assim, a inserção no Ensino Superior muitas vezes é marcada por inúmeros desafios, exigindo o desenvolvimento de novas habilidades pessoais e profissionais. A ausência dessas habilidades poderá contribuir para a evasão ou o atraso na conclusão do ensino superior devido a constantes reprovações. Nesse processo, podem aparecer outras dificuldades, de modo a agravar situações de cunho psicológico (AZEVEDO, 2016; SALES JUNIOR, 2013).

Para Cerchiari (2004) problemas psicossociais, tais como ansiedade, depressão e dificuldades no relacionamento são comuns dentre os estudantes universitários. Caso não sejam tratados adequadamente, podem levar à evasão, gerando prejuízos para o ensino público, para o estudante e para a própria sociedade.

Situações pessoais emocionalmente significativas para a superação de dificuldades comuns a essa etapa do desenvolvimento não encontram espaço

para discussão em sala de aula, nem fazem parte do programa de cursos ou da grade curricular. Quando uma necessidade torna-se agravante de uma dificuldade, por vezes ela representa um dilema para o jovem inexperiente, que fica sem ter a quem recorrer para receber apoio. (OSSE; COSTA, 2011, p. 117).

De acordo com Gama *et al.* (2008), Baptista e Carneiro (2011), Zeferino *et al.* (2015), Vasconcelos-Raposo (2016) e Sousa, José e Barbosa (2013) os principais problemas desenvolvidos em estudantes universitários referem-se a ansiedade, estresse, depressão, ideação suicida, fobias sociais, uso de substâncias lícitas e ilícitas, alimentação inadequada e inatividade física. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), nessa fase da vida, dos 18 aos 25 anos, o jovem é susceptível a comportamentos autodestrutivos, a exemplo do uso de álcool e drogas. Nesse contexto, ele tem dificuldade em buscar ajuda e reconhecer que precisa dela.

Padovani *et al.* (2014) consideram alarmantes a alta prevalência de sintomas depressivos, ansiosos e de estresse nos estudantes. Essas questões psicológicas não afetam somente a saúde, o desempenho e a qualidade de vida dos estudantes, mas podem trazer consequências importantes nos âmbitos familiar, institucional e com pares, o que mostra a necessidade de um trabalho de intervenção e prevenção no contexto universitário (BAYRAM; BILGEL, 2008).

Por conseguinte, o suporte social é essencial para propiciar o apoio emocional para que o indivíduo se sinta compreendido e respeitado. Contudo, não basta apenas ter esse suporte emocional, é essencial que a pessoa tenha a percepção de que ele existe para que cumpra com a sua função (FELDMAN *et al.*, 2008).

Estados emocionais intensos podem interferir na atenção, concentração e na capacidade de aprendizagem; assim, para alguns estudantes, os principais obstáculos para um bom desempenho escolar não são dificuldades de natureza cognitiva, mas de ordem emocional, que podem ser contornadas à medida que o estudante aprenda a lidar melhor com elas, por meio da adoção de estratégias de enfrentamento eficazes. (RAMOS *et al.*, p. 62).

A partir da ideia de que os estudantes universitários são considerados como um grupo especial de investimento social do país, é essencial a realização de estudos focados nessa área, a fim de identificar os fatores que predisõem a ocorrência do estresse emocional nessa fase e, conseqüentemente, sua influência na saúde mental dos estudantes, uma vez que o sofrimento psicológico pode ter implicações importantes no processo de aprendizagem e formação do futuro profissional (PADOVANI *et al.*, 2014).

Tendo em vista que os dados apresentados podem ser corroborados com as demandas apresentadas nos atendimentos realizados pelo projeto de Orientação e Desenvolvimento Pessoal e Profissional, acredita-se que o suporte fornecido é de suma importância para que o aluno consiga administrar suas emoções e relacionamentos inter e intrapessoais.

## **Metodologia**

O projeto teve como público-alvo os estudantes do SEPT/UFPR, contudo, é importante ressaltar que também foram atendidos servidores do setor, amigos e familiares de alunos e de servidores, abrangendo a comunidade de forma mais ampla. No projeto, encontra-se envolvida sua coordenadora, que possui formação na área de Psicologia. Diante da identificação da necessidade, após uma avaliação inicial, foram realizados encaminhamentos para outros profissionais da área de Psiquiatria ou Psicologia, nesse último caso, quando a situação requeria um acompanhamento psicoterápico.

Os instrumentos e as técnicas utilizadas envolveram a aplicação de testes psicológicos para diagnóstico, entrevistas clínicas, vivências, atividades de sensibilização. A implantação do projeto ocorreu da seguinte forma:

Etapa 1 – Divulgação do projeto entre os cursos ofertados pelo SEPT/UFPR, a fim de identificar os interessados em participar do planejamento, implantação e execução do mesmo.

Etapa 2 – Cadastro dos alunos interessados em participar do planejamento, implantação e execução do projeto.

Etapa 3 – Orientação a respeito da realização das atividades e preparação dos alunos que atuarão no projeto.

Etapa 4 – Identificação dos discentes que se encontram em situação de vulnerabilidade emocional, por intermédio de encaminhamentos realizados por professores, coordenadores ou por iniciativa do próprio aluno.

Etapa 5 – Contato com o aluno para o agendamento de uma entrevista.

Etapa 6 – Contato com as demais pessoas da comunidade que fazem parte da rede de relacionamento do aluno, de acordo com as necessidades identificadas.

Etapa 7 – Realização das entrevistas para a identificação das demandas.

Etapa 8 – Elaboração do relatório.

Etapa 9 – Classificação da demanda: a) orientação e acompanhamento individual; b) encaminhamento a outras áreas profissionais (psiquiatria, psicologia, neurologia, psicopedagogia, entre outros) para avaliação.

Etapa 10 – Elaboração do plano de orientação e acompanhamento com a definição do objetivo, agendamento das atividades e prazo para a execução.

Etapa 11 – Apresentação do plano de orientação e acompanhamento ao discente e estabelecimento do contrato psicológico, com o objetivo de gerar seu comprometimento.

Etapa 12 – Início das orientações e acompanhamentos de acordo com o cronograma do plano de orientação.

Etapa 13 – Apresentação semestral dos relatórios de evolução e dos objetivos alcançados aos atendidos pelo projeto. I) Acompanhamento: semanal, quinzenal ou mensal; II) Avaliação: ao final de cada semestre; III) Periodicidade: atendimentos individuais semanais ou quinzenais, de acordo com a necessidade; IV) Forma de atendimento: individual; V) Carga horária de atendimento: individual – 1 hora.

Os atendimentos são realizados nas próprias dependências do SEPT numa sala privativa. Os relatórios das orientações e acompanhamento podem ser utilizados como informações a serem trianguladas com os dados relacionados ao desempenho acadêmico do discente, de forma a identificar se têm proporcionado melhorias no seu bem-estar no que tange aos aspectos biopsicossociais. Os *feedbacks* recebidos dos envolvidos no processo também são importantes instrumentos de avaliação, além da percepção do próprio discente e da coordenadora do projeto.

## **Resultados**

Os dados apresentados são referentes aos últimos três anos de existência do projeto de extensão. Os dados tratam do perfil dos alunos e pessoas da comunidade do SEPT/UFPR que foram atendidas nos anos de 2017, 2018 e 2019. Os dados coletados não necessariamente representam o perfil do Setor como um todo, uma vez que descrevem somente o perfil das pessoas atendidas pelo projeto. A seguir são apresentados os gráficos com a quantidade de atendimentos ao longo dos anos.

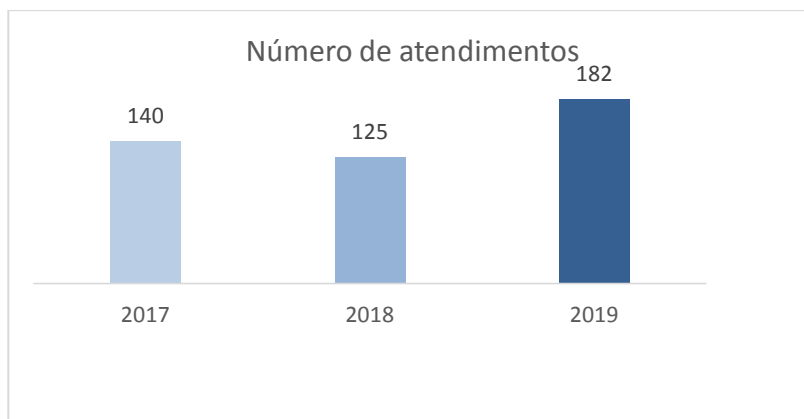
Observa-se que a quantidade de atendimentos aumentou significativamente ao longo dos anos. Foram 29 alunos atendidos em 2017, ocasião em que o projeto foi implantado, 32



em 2018 e 57 em 2019. A grande procura dos alunos pelos atendimentos reflete a importância e o impacto do projeto no cotidiano dos mesmos.

Atualmente não existe nenhuma forma de divulgação sistemática do projeto. Os alunos que já foram atendidos divulgam o projeto para seus colegas de classe e amigos ou a divulgação se dá por intermédio de alguns professores e coordenadores de curso.

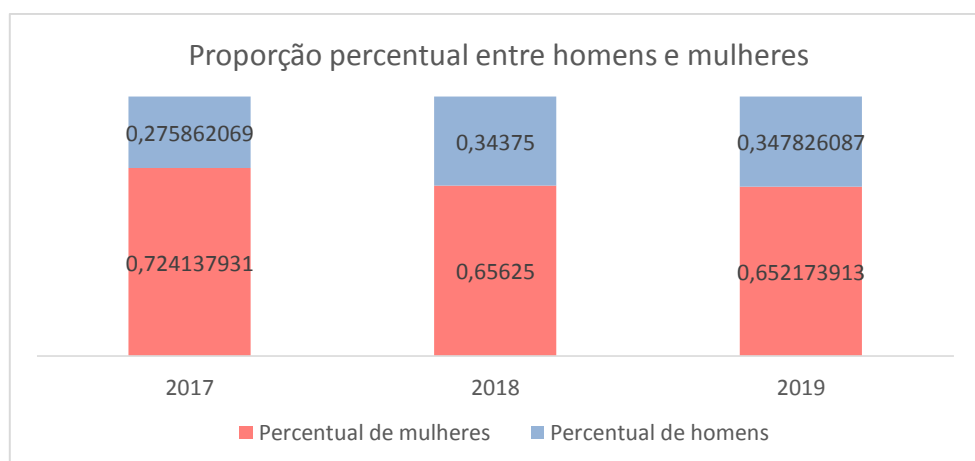
**Figura 1** – Número de atendimentos em 2017, 2018 e 2019



Fonte: Os autores (2019).

Foram realizados 140 atendimentos em 2017; 125 em 2018; 182 em 2019. A figura 2 apresenta o gráfico com a distribuição percentual de homens e mulheres atendidos pelo projeto ao longo desses anos.

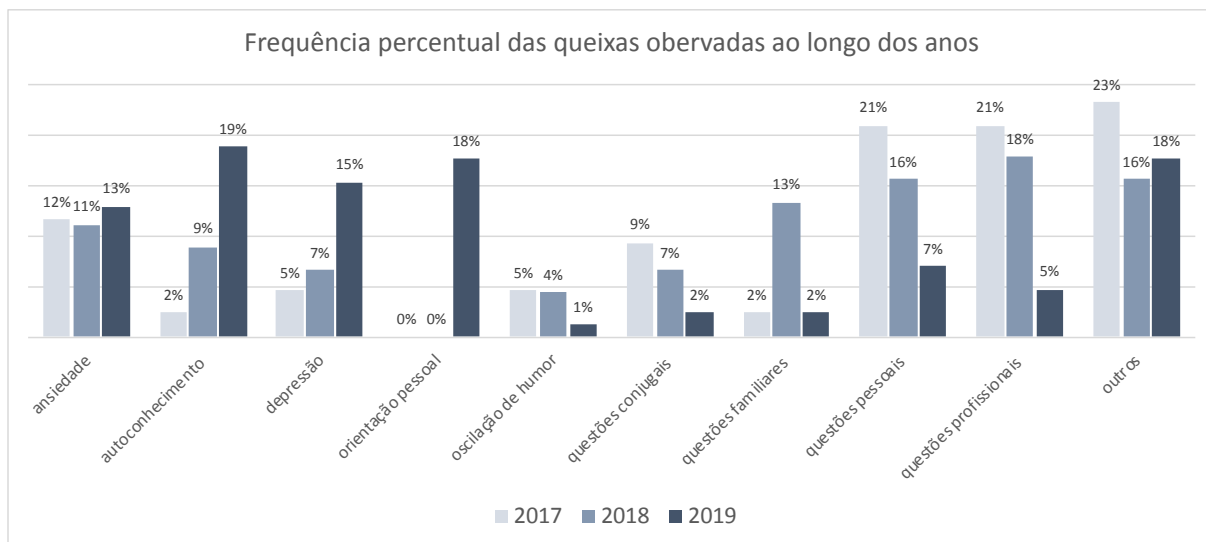
**Figura 2** – Percentual de mulheres e homens atendidos em 2017, 2018 e 2019



Fonte: Os autores (2019).

A participação percentual dos homens vem aumentando de forma lenta, mas constante nos últimos anos. Na sequência, a Figura 3 apresenta o gráfico com as queixas observadas nos alunos ao longo dos anos.

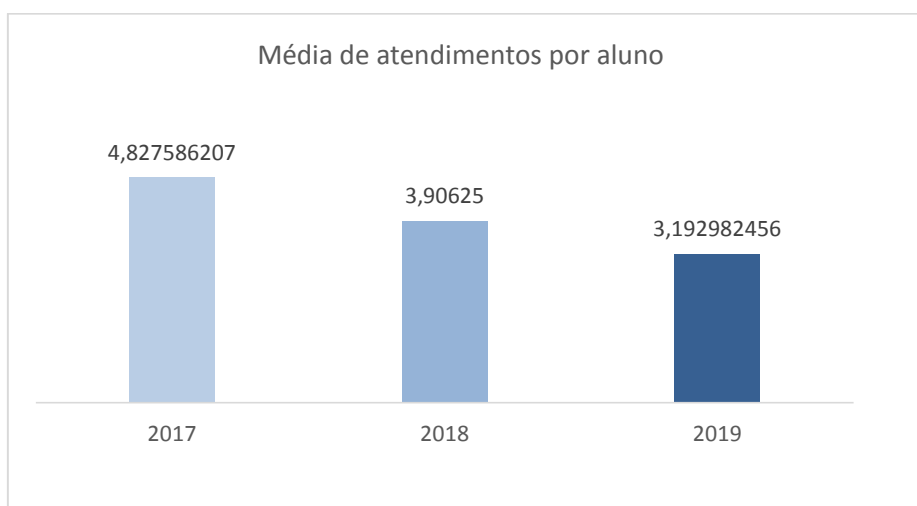
**Figura 3 – Queixas observadas em 2017, 2018 e 2019**



Fonte: Os autores (2019)

Na sequência, a Figura 4 apresenta o gráfico com a média de atendimentos por aluno nos anos de 2017, 2018 e 2019.

**Figura 4 – Média de atendimentos em 2017, 2018 e 2019**



Fonte: Os autores (2019).

Em termos percentuais as queixas que mais se destacam referem-se a ansiedade, autoconhecimento, depressão, orientação pessoal, questões pessoais e profissionais. Os atendimentos realizados devido à ansiedade mantiveram-se constantes ao longo dos anos. Houve um aumento significativo nos casos de depressão entre os alunos atendidos pelo projeto. O mesmo pode ser observado no que diz respeito aos casos de busca por autoconhecimento. Ocorreu um aumento significativo dos atendimentos relativos à orientação pessoal comparando-se 2017 e 2018 com 2019. Tratando-se das questões pessoais, percebe-se uma diminuição percentual comparando-se 2017 com 2019. O mesmo ocorreu com as questões profissionais.

### **Considerações finais**

Os atendimentos aos alunos e à comunidade, no que diz respeito ao apoio psicológico diante de situações de vulnerabilidade, basearam-se em orientações e apoio aos alunos e à comunidade do SEPT/UFPR no que diz respeito às questões relacionais, pessoais e profissionais que estavam interferindo no seu bem-estar biopsicossocial.

Desde a implantação do projeto já foram realizados 447 atendimentos para 118 pessoas. A média do número de atendimentos por estudantes é variável. Alguns estudantes passaram por um único atendimento, enquanto outros já passaram por mais de 30 intervenções ao longo desses anos. O encerramento dos atendimentos pode ocorrer tanto por parte do proponente do projeto, quando percebe que o objetivo já foi cumprido ou por parte dos atendidos, quando sentem que as suas demandas já foram sanadas.

As orientações ocorreram de forma individual com duração em média de uma hora cada atendimento, de acordo com a metodologia proposta. Foram implementadas todas as etapas previstas. As orientações realizadas durante os atendimentos auxiliaram os alunos nas suas questões de ordem pessoal e profissional, contribuindo para a melhoria do desempenho acadêmico, o que pôde ser verificado por intermédio da aplicação de um questionário e a partir de *feedbacks* informais.

A principal dificuldade enfrentada pelo projeto consiste na disponibilização de um espaço físico exclusivo para a realização dos atendimentos, assim como a grande demanda por atendimentos e só haver uma pessoa para a realização das intervenções, que no caso, é a coordenadora do projeto.

Os alunos do SEPT/UFPR passam por diversos conflitos e crises em seus cotidianos, o que pode ser observado a partir da procura pelos atendimentos e pelas queixas identificadas. O crescimento da demanda é uma das evidências que comprova a relevância do projeto, assim como pela baixa desistência, o que pode ser corroborado simultaneamente pelos dados coletados nos atendimentos, pelos relatórios de atendimentos, os quais possuem um caráter sigiloso, além da bibliografia consultada.

Pelas peculiaridades do Setor, o qual não trabalha exclusivamente com adolescentes, as demandas são variadas. Assim sendo, independente do aspecto que motive a procura pelo atendimento, o projeto tem como premissa a escuta e o acolhimento, aspectos que são essenciais para o desenvolvimento dos aspectos biopsicossociais de todo ser humano em evolução. E, nesse sentido, tem cumprido com êxito os seus objetivos. Em função dos resultados alcançados, o que tem comprovado a relevância do projeto, haverá continuidade nos próximos anos.

## Referências

AZEVEDO, S. L. A eficácia do Programa de Assistência Estudantil (PROAES) na Universidade Federal do Espírito Santo para redução dos índices de evasão para alunos de graduação. **Revista Guará**, Vitória, n. 6, p. 7-20, 2016. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/index.php/guara/article/view/15113>. Acesso em: 15 jan. 2020. Doi: 10.30712/guara.v1i6.15113.

BAYRAM, N.; BILGEL, N. The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, v. 43, n. 8, p. 667-672, 2008. Disponível em: Acesso em dezembro de 2019. Doi: 10.1007/s00127-008-0345-x.

CERCHIARI, E. A. N. **Saúde mental e qualidade de vida em estudantes universitários**. 2004. 243 f. Tese (Doutorado em Ciências Médicas) – Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2004.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia das relações interpessoais: vivências para o trabalho em grupo**. Petrópolis: Vozes, 2004.

FELDMAN, L. *et al.* Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. **Universitas Psychologica**, Colombia, v.7, n. 3, p. 739-751, 2008. Disponível em: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/406>. Acesso em: 19 jan. 2020.

JORGE, M. S.; RODRIGUES, A. R. F. Serviços de apoio ao estudante oferecidos pela Escola de Enfermagem no Brasil. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 3, n.2, p. 59-68, 1995. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11691995000200005&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11691995000200005&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em: 18 dez. 2019. Doi: 10.1590/S0104-11691995000200005.

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

MOSCOVICI, F. **Desenvolvimento interpessoal: treinamento em grupo**. 12. ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2002.

OLIVEIRA, L. M. A. C. *et al.* Grupo de suporte como estratégia para acolhimento de familiares de pacientes em Unidade de Terapia Intensiva. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 44, n. 2, p. 429-436, jun. 2010.

OSSE, C. M. C.; COSTA, I. I. Saúde mental e qualidade de vida na morada estudantil da Universidade de Brasília. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 28, n. 1, p. 115-122, jan./mar. 2011. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2011000100012&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2011000100012&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em 18 dez. 2019. Doi: 10.1590/S0103-166X2011000100012.

PADOVANI, R. C. *et al.* Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 2-10, jun. 2014. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 10 dez. 2019. Doi: 10.5935/1808-5687.20140002.

RAMOS, F. P. *et al.* Desafios na trajetória acadêmica e apoio psicológico ao estudante universitário: contribuições de dois projetos de extensão. **Revista Guará**, Vitória, v. 6, n. 9, p. 57-67, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/guara/article/view/15783>. Acesso em: 15 jan. 2020. Doi: 10.30712/guara.v6i9.15783.

SALES JUNIOR, J. S. Uma análise estatística dos fatores de evasão e permanência de estudantes de graduação presencial da UFES. 2013. 113 f. **Dissertação (Mestrado)** – Programa de Pós-Graduação em Gestão Pública, Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2013.

SOUSA, T. F.; JOSÉ, H. P. M.; BARBOSA, A. R. Conduas negativas à saúde em estudantes universitários brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 12, p. 3563-3575, dez. 2013. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232013001200013](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013001200013). Acesso em: 18 jan. 2020. Doi: 10.1590/S1413-81232013001200013.

Submetido em 2 de fevereiro de 2020.

Aprovado em 21 de abril de 2020.