

Millenium, 2(ed espec nº1), 145-150.

APOIO PSICOLÓGICO NO ENSINO SUPERIOR: O SERVIÇO DE PSICOLOGIA DO INSTITUTO POLITÉCNICO DE VISEU

PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN UNIVERSITY: PSYCHOLOGY SERVICE OF THE INSTITUTO POLITÉCNICO DE VISEU

APOYO PSICOLÓGICO EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR: SERVICIO DE PSICOLOGÍA DEL INSTITUTO POLITÉCNICO DE VISEU

*Leandra Cordeiro
Maria João Amante*

Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Viseu, Portugal

RESUMO

Introdução: O foco da intervenção psicológica em contexto universitário tem sofrido alterações ao longo do tempo, centrando-se hoje, para além das questões vocacionais e de gestão de carreira, nas vicissitudes ligadas ao desenvolvimento pessoal e ao bem estar intrasubjetivo.

Objetivo: descrever e analisar a atividade do Serviço de Psicologia do Instituto Politécnico de Viseu, no período de 2010 a 2015.

Métodos: Análise descritiva dos pedidos recebidos no SEP (53), num total de 912 consultas prestadas, identificando género, idade, naturalidade, unidade orgânica, motivo do pedido e principais dificuldades.

Resultados: Os estudantes que pedem ajuda são maioritariamente estudantes do sexo feminino (59%), que se encontram deslocados da sua terra natal, permanecendo em Viseu para estudar. Os principais motivos para o pedido de consulta são problemas de ansiedade (41%) e afeto depressivo (21%). No entanto, preocupações com o desempenho académico (15%) e outros problemas afetivos (11%) encetam este pedido de ajuda.

Conclusões: Os indicadores clínicos remetem-nos para uma problemática desenvolvimental, com questões ligadas ao momento de transição para a idade adulta (com a exposição de fragilidades anteriores e a ampliação de ansiedades futuras), o que demonstra a pertinência do serviço na promoção da saúde dos estudantes por forma a potenciar competências académicas e a permitir a consolidação de um trajeto futuro.

Palavras-chaves: Ensino Superior; Estudantes; Psicoterapia

ABSTRACT

Introduction: The focus of psychological intervention in university context have suffered changes through the years, centring itself today, beyond of the vocational issues and the career managing, in the variations connected to the personal development and to the well-being intra-subjective.

Objective: to describe and to analyze the activity of the Psychology Service (SEP) of the Instituto Superior Politécnico de Viseu, in the period of 2010 to 2015.

Methods: Descriptive analysis of the received requests in SEP (n=53), in a total of 912 provided consultations, identifying gender, age, nationality, organic unit, the reason of the request and main difficulties.

Results: The students that ask for help are, mostly, feminine gender students (59%), who find themselves displaced from their birth town, remain in Viseu to study. The main reasons for the request of consultations are: anxiety problems (41%) depressed affection (21%). However, preoccupations with the academic evaluation (15%) and other affective problems (11%) enter into this request for aid.

Conclusions: The clinical indicators forward us to a development problematic, with issues connected to the moment of transition to the adulthood (with a exposure of previous weaknesses and the magnification of future anxieties), such demonstrate the relevance of the service in the promotion of student's health towards to potentiate the academic skills and to allow the consolidation of a future path.

Keywords: University; Students; Psychotherapy

RESUMEN

Introducción: el objetivo de la intervención psicológica en la universidad ha experimentado cambios en el tiempo, centrándose en la actualidad, además de las cuestiones de formación profesional y la gestión de la carrera, en los eventos relacionados con el desarrollo personal y el bienestar intrasubjetivo.

Objetivo: describir y analizar la actividad del Departamento de Psicología del Instituto Politécnico de Viseu, en el período 2010 a 2015.

Métodos: Análisis descriptivo de las solicitudes recibidas en septiembre (53), un total de 912 consultas dada la identificación de género, edad, lugar de nacimiento, unidad orgánica, motivo de la solicitud y de las principales dificultades.

Resultados: Los estudiantes que piden ayuda son en su mayoría mujeres estudiantes (59%), que son desplazados de su tierra natal, permaneciendo en Viseu para estudiar. Las principales razones de la solicitud de consulta son los trastornos de ansiedad (41%) y el afecto depresivo (21%). Sin embargo, la preocupación por el rendimiento académico (15%) y otros problemas emocionales (11%) iniciarán esta petición de ayuda.

Conclusiones: Los indicadores clínicos nos llevan a unos problemas de desarrollo, las cuestiones relacionadas con el momento de la transición a la edad adulta (con la exposición de las debilidades y la expansión de las futuras ansiedades anteriores), que demuestra la relevancia del servicio de promoción de la salud estudiantes con el fin de mejorar las habilidades académicas y para permitir la consolidación de un futuro camino.

Palabras Clave: Enseñanza Superior, Estudiantes, Psicoterapia

INTRODUÇÃO

O foco da intervenção psicológica em contexto universitário tem sofrido alterações ao longo do tempo, centrando-se hoje, para além das questões vocacionais e de gestão de carreira, nas vicissitudes ligadas ao desenvolvimento pessoal e ao bem-estar intersubjetivo (Herr, 1998; Leitão & Paixão, 1999; Taveira et al., 2000).

Em Portugal, a investigação produzida acerca dos estudantes do ensino superior, enquanto grupo com características próprias e problemáticas específicas tem vindo a ser maior nos últimos vinte anos, centrando-se acima de tudo nas temáticas da adaptação ao ensino superior, nos fatores que se relacionam com o sucesso e insucesso académicos e na adaptação e desenvolvimento psicossocial dos estudantes (Gonçalves, 2012). Neste âmbito e, tendo em conta, a reestruturação que o próprio ensino superior tem sofrido, as novas formas de comunicação e mobilidade que marcam definitivamente os processos de aprendizagem e que obrigam naturalmente a adaptações mútuas, faz sentido parar para pensar em todas as mudanças ocorridas e de como estas também se podem manifestar nos processos de transição e adaptação. A par, não é possível ficar alheio a um conjunto de circunstâncias socioeconómicas muito específicas que motivaram nos últimos anos a problemas acrescidos e maiores ajustamentos. Pois, se considerarmos que a mudança é um fator recorrente na vida dos indivíduos, e a este nível, normativa, sabemos que quando associada a experiências perturbadoras, pode resultar em efeitos adversos sobre a saúde física e psicológica. Costa e Leal (2008) consideram que a transição e a adaptação à universidade pode constituir um evento potencialmente ameaçador.

O presente trabalho procurou integrar todos estes pressupostos nas motivações dos pedidos de acompanhamento psicológico do Serviço de Psicologia do Instituto Politécnico de Viseu, procurando uma análise descritiva do volume de casos nos últimos cinco anos [2010 – 2015], de modo a encontrar correspondências ou denominadores comuns para se poderem ajustar práticas clínicas e psicopedagógicas e se compreenderem melhor as dificuldades dos estudantes da instituição.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Vários modelos de desenvolvimento psicossocial (Erickson, Sullivan, Freud) chamam atenção para o período de mudança que a adolescência encerra e de todas as consolidações que lhe são exigidas para uma transição adaptada para a idade adulta. Sabe-se que a integração de competências cognitivas, sociais e emocionais obriga a uma ginástica difícil mas ao mesmo tempo desafiante que irá permitir ao jovem adulto afirmar a sua identidade. Neste contexto, os jovens terão que lidar com aspetos precursores de dificuldades nas fases desenvolvimentais posteriores, como a capacidade de assumir responsabilidades e o estabelecimento de um sistema de valores próprio (Dias, 2006). Deste modo, para a mesma autora, trata-se de um período em que não só o conceito sobre si próprio tem que ser revisto e consolidado, mas também tem que ser reorganizado todo um conjunto de valores correspondentes a novas tarefas e ao estabelecimento de um plano de vida futuro.

De acordo com Ferraz e Pereira (2002), a transição para a universidade coloca em destaque todas estas condicionantes e os diferentes problemas dos alunos, contribuindo para o desenvolvimento de níveis mais elevados de ansiedade e stress. Considerando que, nesta fase de transição, o jovem adulto é confrontado com tarefas muito específicas: estabelecimento de relações mais íntimas, a autonomização em relação à família, a gestão do tempo e do dinheiro, o contacto social mais alargado (Caires & Almeida, 1998), sabe-se que da sua resolução ou não, resultará não só a qualidade da adaptação mas também o seu bem-estar psicossocial, indicador da saúde mental do indivíduo.

No entanto, como salientam Almeida e Ferreira (1999 cit in Leal & Costa, 2008), o desafio que está por trás da entrada para a universidade, é percebido diferenciadamente pelos alunos, podendo variar consoante a história de desenvolvimento, as capacidades e as características pessoais dos alunos. Para os mesmos autores, quando o desafio é percebido como muito elevado, pode provocar respostas de inibição ou de desadaptação, gerando problemas a nível das atividades académicas, pessoais e sociais, e a nível do desenvolvimento vocacional do estudante. Por sua vez, quando percebido como relativamente pequeno, pode suscitar sentimentos de segurança, de continuidade, de estabilidade, pouco favoráveis ao próprio desenvolvimento em face do nível mínimo de confronto e de exigência adaptativa que colocam ao estudante.

É neste contexto, e com o objetivo de dar resposta a todas estas condicionantes e dificuldades que os serviços de psicologia ou centros de aconselhamento universitário, como é vastamente designado na literatura, surgem nas instituições de ensino superior acompanhando o aumento da população universitária e as preocupações com o bem-estar psicossocial e holístico dos estudantes.

O Serviço de Psicologia (SEP) do Instituto Politécnico de Viseu (IPV) cumpre o objetivo principal de promover o bem-estar psicológico da população do Instituto Politécnico de Viseu, destinando-se maioritariamente aos alunos, mas abrangendo toda a comunidade académica, isto é, funcionários e professores. Compreende a este nível diversas áreas de intervenção: (i) aconselhamento; (ii) psicoterapia; (iii) apoio psicopedagógico; (iv) apoio a alunos com necessidades educativas especiais e por fim, (v) sensibilização e promoção do desenvolvimento psicossocial – prevenção primária. Neste sentido, cumpre-se a diretiva da RESAPES (Rede de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior) quando enquadra estes serviços com intervenção nas áreas da

prevenção, desenvolvimento e remediação no Ensino Superior, nomenclatura utilizada e devidamente explanada por Gonçalves e Cruz (1988).

2. MÉTODOS

O presente estudo, de cariz exploratório, procurou através de uma análise descritiva dos pedidos recebidos no SEP (n=53), num total de 912 consultas prestadas, identificar prevalências e correspondências no que concerne ao género, idade, naturalidade, unidade orgânica, motivo do pedido e principais dificuldades. Na análise e tratamento dos dados foi utilizado o Software Estatístico – SPSS 21.0.

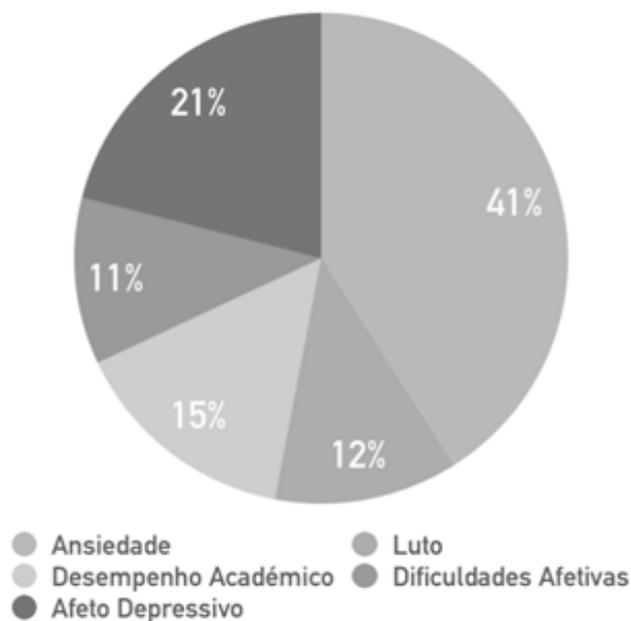
3. RESULTADOS

Entre os anos de 2010 e 2015, foram prestadas no SEP 912 consultas num total de 53 casos acompanhados, com uma variabilidade anual estatisticamente não significativa ($p > 0,05$). Neste sentido, verifica-se uma constância do número de pedidos anuais, na análise efetuada neste período.

Na análise dos dados, é inequívoco que os estudantes que pedem ajuda são maioritariamente estudantes do sexo feminino (59%), que se encontram deslocados da sua terra natal, permanecendo em Viseu para estudar (79%).

No que concerne aos motivos do pedido de consulta, como se pode ler no gráfico 1, verifica-se que são maioritariamente problemas de ansiedade (41%) e afeto depressivo (21%) as razões primeiras do pedido de ajuda. No entanto, e apesar de expressão menor, contabilizam-se preocupações com o desempenho académico (15%) e outros problemas afetivos (11%) como dificuldades apresentadas.

Gráfico 1 – Motivo dos pedidos das consultas



Convém esclarecer a este nível que nem sempre o motivo do pedido corresponde à verdadeira dificuldade, assumindo-se na clínica sintoma de uma situação clínica latente. Isto é, a manifestação da dificuldade pode ser expressa de diferentes formas, assumindo-se uma complementariedade e reciprocidade entre o desenvolvimento cognitivo e o desenvolvimento afetivo.

Não obstante, constata-se que são de facto, questões ligadas ao bem-estar intersubjetivo e psicológico, as principais razões dos pedidos.

4. DISCUSSÃO

Confirma-se que as mulheres tendencialmente pedem mais facilmente ajuda médica e/ou psicológica do que os homens (Marcondes, 2011). No entanto, a pesquisa tradicional em psicologia e saúde mental, não é clara nem consensual à explicitação das diferenças no funcionamento mental comparativamente entre géneros. Para Rabasquinho e Pereira (2007), numa tentativa de explicar o fenómeno, os estudos apontam vários indicadores psicossociais, no sentido de corroborarem a ideia do género como uma construção psicossocial que influenciará inevitavelmente a expressão da saúde mental. Assim, parece que mulheres são mais socializadas no sentido de internalizar o distress do que os homens, o que contribui para desordens associadas à depressão, ansiedade e ideação suicida. Por seu turno, os homens são encorajados a agir, a expressar o seu distress, externalização que pode apresentar alguma ligação com comportamentos antissociais, uso de substâncias e suicídio, sendo esta uma das teorizações de Canetto (1997 cit in Rabasquinho & Pereira, 2007, p. 439). Esta constatação suporta o resultado encontrado, verificando-se de facto uma correspondência entre as dificuldades apresentadas (perturbações do humor) e o género feminino (mais prevalente).

A análise realizada confirma as conclusões suportadas na literatura, na medida em que é assumido que os estudantes que pedem ajuda psicológica apresentam-se geralmente deprimidos e/ou ansiosos, com a autoconfiança e a autoestima abaladas, confusos quanto ao seu futuro (Dias, 2006). O despoletar do pedido de ajuda é frequentemente: a quebra de um relacionamento amoroso, ou a dificuldade em o estabelecer; as reprovações nos exames e a ansiedade face a estes; as dificuldades na concentração nos estudos e consequentes dúvidas sobre as suas capacidades; problemas nas relações com os pais geralmente devido ao sobre controlo e às expectativas destes, ou à sua falta de apoio, ao afastamento de casa, etc. (Dias, 2006). Estes indicadores clínicos remetem-nos para uma problemática desenvolvimental, com questões ligadas ao momento de transição para a idade adulta (com a exposição de fragilidades anteriores e a ampliação de ansiedades futuras), sendo naturalmente maiores nos estudantes deslocados que têm que gerir a separação, a distância sendo-lhes exigido maior capacitação no movimento autónomo que é esperado.

Neste sentido, ao nível da intervenção, o acompanhamento clínico tem foco nas dificuldades atuais e na resolução das tarefas desenvolvimentais, estabelecendo as ligações possíveis de continuidade entre a história de vida do paciente e as suas expectativas, preconizando-se uma maior compreensão do seu funcionamento interno e de possíveis padrões relacionais.

CONCLUSÕES

Embora em determinados casos, tenham sido identificadas necessidades especiais educativas e apoio psicopedagógico, as motivações dos pedidos de ajuda encetam na sua maioria uma intervenção clínica especializada e um aconselhamento psicológico orientado. Segundo Dias (2006) parece vantajoso focalizar o aconselhamento, sempre que possível, nas dificuldades atuais e na resolução das tarefas desenvolvimentais, estabelecendo as ligações possíveis e continuidade existentes relativamente à história de vida e às relações no passado, o que permite ao estudante uma melhor compreensão do seu funcionamento psíquico interno.

A prestação deste apoio é essencial para o bem-estar individual, trazendo obviamente ganhos holísticos para a própria instituição uma vez estar estudada a relação entre o impacto dos serviços de aconselhamento psicológico nas instituições de ensino superior e os resultados positivos no rendimento académico dos utentes (estudantes), que se traduz numa melhoria nas classificações obtidas, numa diminuição do número de anos que os estudantes levam para finalizar o seu curso e ainda numa redução do abandono académico (Gonçalves, 2012; Welling & Vasconcelos, 2008; Ferreira, 2009).

Neste contexto, parece estar demonstrada a importância do serviço de psicologia no contexto de ensino superior, não só pelas necessidades identificadas mas sobretudo, na promoção da saúde dos seus estudantes, por forma a potenciar todas as suas competências e a permitir a consolidação de um trajeto, rentabilizando o momento presente – a vida académica – como marco transitivo fundamental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Caíres, S., & Almeida, L. (1998). Estágios curriculares: Avaliação das vivências e perceções na transição do meio académico para o mundo de trabalho. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 3, 83-96.
- Costa, E. S., & Leal, I. (2008). Um olhar sobre a saúde psicológica dos estudantes do ensino superior: Avaliar para intervir. In 7º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde, *Intervenção em psicologia e saúde: Atas* (pp. 213-216). Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada.
- Dias, G. (2006). Aconselhamento psicológico a jovens do ensino superior: Uma abordagem psicodinâmica e desenvolvimentista, *Análise Psicológica*, 24(1), 39-50.

- Dias, G. F., & Fontaine, A. M. (2001). *Tarefas desenvolvimentais e bem-estar de jovens universitários*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian e Fundação para a Ciência e a Tecnologia.
- Ferraz, M. F., & Pereira, A. S. (2002). A dinâmica da personalidade e o homesickness (saudades de casa) dos jovens estudantes universitários. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 3(2), 149-164.
- Ferreira, C. A. M. (2009). *Intervenção psicológica no ensino superior: Efeito da psicoterapia no rendimento académico* (Dissertação de mestrado, Universidade de Lisboa). Acedido em <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/880>
- Gonçalves, I. (2012). A psicologia no ensino superior: Intervenções clínicas e não clínicas. In II Congresso Nacional RESAPES-AP, *Apoio psicológico no ensino superior: Um olhar sobre o futuro: Atas*. Porto: ISCAP.
- Gonçalves, O., & Cruz, J. (1988). A organização e implementação de serviços universitários de consulta psicológica e desenvolvimento humano. *Revista Portuguesa de Educação*, 1, 127-145.
- Machado, C., & Almeida, L. (2000). Vivências académicas: Análise diferencial em estudantes dos 1º e 4º anos do ensino superior. In J. Tavares, & R. A. Santiago (Orgs.), *Ensino superior: (In) sucesso académico* (pp. 133-145). Porto: Porto Editora.
- Marcondes, G. (2011). La normalización jurídica de la familia, vida conyugal y reproducción en Brasil. In G. Binstock, & J. M. Vieira (Orgs.), *Nupcialidad y familia en la America Latina actual* (pp. 255-280). Rio de Janeiro: Asociación Latinoamericana de Población.
- Pinheiro, M. R. M., & Ferreira, J. A. A. (2002). Suporte social e adaptação ao ensino superior. In A. S. Pouzada, L. S. Almeida, & R. M. Vasconcelos (Eds.), *Contextos e dinâmicas da vida académica* (pp. 137-146). Braga: Universidade do Minho.
- Rabasquinho, C., & Pereira, H. (2007). Género e saúde mental: Uma abordagem epidemiológica. *Análise Psicológica*, 35(3), 439-454.
- Rebelo, H., & Lopes, H. (2001). *Vivências académicas e bem-estar psicológico dos alunos no primeiro ano: Resultados de um projeto de investigação*. Porto: Universidade do Porto.
- Schwitzer, A. M., Grogan, K., Kaddoura, K., & Ochoa, L. (1993). Effects of brief mandatory counselling on help-seeking and academic success among at risk college students. *Journal of College Student Development*, 34(6), 401-405.
- Turner, A. L., & Berry, T. R. (2000). Counselling center contributions to student retention and graduation: A longitudinal assessment. *Journal of College Student Development*, 41(6), 627-636.
- Welling, H., & Vasconcelos, S. (2008) O efeito da psicoterapia sobre o rendimento académico. *Análise Psicológica*, 26(4), 651-661.