



## **PSICOLOGIA E SAÚDE MENTAL: UM OLHAR PARA O SOFRIMENTO PSÍQUICO DO ESTUDANTE DE PSICOLOGIA**

Lívia Maria Santos Chaves  
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Brasil  
Endereço eletrônico: liviamaria0915@gmail.com

Carmem Virgínia Moraes da Silva  
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Brasil  
Endereço eletrônico: carmem.virginia@uesb.edu.br

### **INTRODUÇÃO**

O ingresso em um curso de ensino superior se constitui, maioritariamente, como momento de entusiasmo, realização e comemoração. Contudo, é observado que no decorrer do curso muitos discentes apresentam queixas e demandas de adoecimento, especialmente psíquico. Esse momento de transição pode afetar a qualidade de vida dos estudantes, visto que a vida universitária, segundo Assis e Oliveira (2012), demanda socialização, responsabilidade, distanciamento do núcleo familiar, conflitos, escolhas, posturas, adaptação, amadurecimento, entre outros. Dessa forma, pode ocorrer o desencadeamento de fatores como: estresse, ansiedade, inibição, desadaptação, isolamento, consumo de álcool e outras drogas, depressão, insônia, insegurança, privação de lazer, evasão e tensão (ANDRADE et al., 2016; ASSIS; OLIVEIRA, 2012; COSTA; LEAL, 2008), gerando problemas em níveis pessoal, social e/ou acadêmico, os quais podem contribuir no desenvolvimento de patologias outras.

Tomamos aqui como exemplo a grande demanda que chega ao Núcleo de Práticas Psicológicas – NUPPSI da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB, serviço escola de Psicologia, o qual oferece atendimento à comunidade em geral. Neste Núcleo temos visto a chegada, cada vez mais constante, de universitários de diversas instituições de ensino superior da cidade, com demandas que, comumente, se relacionam ao ingresso nos cursos de graduação.

Especialmente quando se fala do ingresso em um curso de graduação em Psicologia, prontamente este é reconhecido por características de cuidado à saúde mental e sofrimento psíquico de outrem. Contudo, observa-se que as queixas e demandas acima referidas também se fazem presentes neste grupo.



Além das demandas supracitadas, que advêm com a vida universitária, o discente de graduação em Psicologia depara-se com o contato direto com o sofrimento psíquico e a subjetividade humana, o qual pode potencializar o sofrimento no próprio e aumentar a suscetibilidade a transtornos mentais menores (ANDRADE et al., 2016). De modo geral:

Durante a formação acadêmica, o aluno de Psicologia poderá viver momentos de ansiedade pela carga emocional desencadeada pelo próprio curso. No início da graduação as leituras técnicas e os estudos de caso analisados em sala de aula podem mobilizar alguns alunos. Já nos últimos anos, os estágios e o seu contato com os pacientes tendem a aumentar a ansiedade pelas exigências que este período impõe a eles de que assumam uma postura profissional e integrem o que foi aprendido na teoria com a prática. Na verdade, em ambas as situações - na teoria ou na prática - durante todo o período do curso, existem fatores que podem acarretar angústias e conflitos, associados à história de vida de cada um (FRANCO apud CARLOTTO et al., 2010, p.169).

Logo, objetiva-se nesta produção, apresentar os resultados de uma revisão bibliográfica de artigos que abordam a temática do adoecimento mental do estudante de Psicologia, elencando as principais queixas destes dentro do curso de graduação com o propósito de refletir sobre o processo de cuidado da sua saúde mental.

## **METODOLOGIA**

Com o fim de alcançar os objetivos propostos, foi utilizada o método de pesquisa de revisão de literatura de modo integrativa, com a finalidade de sistematização e organização de resultados de pesquisa acerca do adoecimento mental do estudante de Psicologia, visando aprofundamento nessa temática e conhecimento de suas lacunas (MENDES, SILVEIRA e GALVÃO, 2008).

Para tal foi realizado o levantamento bibliográfico de artigos na *Scientific Eletronic Library Online* – biblioteca eletrônica SCIELO, de acordo com os descritores: adoecimento mental e estudantes de psicologia; saúde mental e estudantes de psicologia; sofrimento psíquico e estudantes de psicologia. Os artigos foram selecionados pelos filtros “coleções: Brasil” e “idioma: Português”.



## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Não foram encontrados artigos no descritor “adoecimento mental e estudantes de psicologia”; foram encontrados 26 artigos no descritor “saúde mental e estudantes de psicologia”; e no descritor “sofrimento psíquico e estudantes de psicologia” foram encontrados dois artigos. Vale ressaltar que os dois artigos encontrados no último estão também entre os artigos encontrados em “saúde mental e estudantes de psicologia”, totalizando 26 artigos.

Com o levantamento realizado, procedeu-se a leitura dos resumos dos artigos encontrados na busca de dados, sendo realizada uma subdivisão acerca de sua temática. Percebeu-se que, desse total, apenas dois tinham a saúde e/ou adoecimento mental dos estudantes de Psicologia como foco. Entre os demais encontramos: dez artigos que tratavam da atuação profissional do psicólogo ou estudante de Psicologia; seis tratando da descrição de temas e/ou conceitos da área psicológica; e oito com o foco em adoecimento/saúde mental no ensino superior como um todo.

A leitura completa dos artigos que adotam o estudante de psicologia como foco fazem a relação desse público com o desenvolvimento de transtornos mentais menores (ou transtornos psiquiátricos menores), “manifestações de mal-estar psíquico, de caráter inespecífico, com repercussões fisiológicas e psicológicas que podem gerar limitações” (ANDRADE et al., 2016, p.833), indicando que estes podem ser elevados de acordo com o contato com o sofrimento psíquico e/ou subjetividade humano de forma direta ou em conteúdos acadêmicos.

Os estudantes de Psicologia apresentam, no estudo realizado por Andrade *et al.* (2016), percepções favoráveis e positivas em relação ao curso, principalmente em relação ao relacionamento com os pares e com os professores, e atividades extracurriculares. Contudo, são explicitados indicadores voltados ao mal-estar no ambiente universitário e vivências de sofrimento psíquico, tais como em relação a carga horária, currículo, avaliações, aulas, relação teórico-prática e adaptação (indo desde a organização da vida pessoal até às questões universitárias). Foi evidenciado que as atividades desenvolvidas pelos alunos que cursam Psicologia podem desencadear algum tipo de sofrimento psíquico devido a carga horária excessiva, natureza do curso,



exigência emocional, demandas para alto desempenho, necessidade de apoio, etc. (ANDRADE et al., 2016).

Já Gastaud et al. (2006) afirmam, que apesar de os estudantes de Psicologia serem vistos como os mais voltados às questões de significado da vida e da razão de viver de outras pessoas, são os que menos as percebem como satisfatórias. Estudantes e profissionais da área da saúde mental, como Psicologia, estariam menos propensos a questões espirituais, existenciais e religiosas, consideradas fatores de proteção em relação ao suicídio, abuso de álcool e outras drogas, sofrimento psicológico, diagnósticos de psicoses funcionais, entre outros, visto que tais questões funcionam na organização da experiência subjetiva, com atribuição de sentido a existência e podem influenciar a psicodinâmica da saúde mental humana (GASTAUD et al., 2006).

É crescente a literatura que se refere aos centros de atendimento psicológico aos universitários. Todavia, os estudantes de Psicologia aparecem como os que atendem a população, parte obrigatória da graduação, sendo negligenciado seu próprio atendimento.

## CONCLUSÕES

As pesquisas que têm como tema a relação entre sofrimento psíquico e estudantes universitários tomam a Psicologia, em geral, como quem investiga, atua e atende.

É grande a demanda por atendimento entre os que cursam Psicologia e do mesmo grau se constitui a falta de atenção para tal. A apresentação de demandas pessoais e acadêmicas exigem atendimento, contudo, há falta de oferta e condições financeiras para o acesso a esse serviço. À exemplo, presenciamos que tais necessidades propiciaram a construção do projeto de extensão “Atendimento Psicológico a Estudantes de Psicologia - PROEPSI” da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB, no ano de 2017, o qual visa o atendimento à estudantes de Psicologia do município, que conta atualmente com cinco instituições de educação superior que ofertam o curso de Psicologia.

O contato direto com a subjetividade e sofrimento humano pode aumentar a prevalência dos transtornos mentais menores, sintomas psicossomáticos, dependência química, absenteísmo e evasão em estudantes do curso de Psicologia (ANDRADE et al.,



2016). Apesar disso, literaturas, estudos e pesquisas que tratem sobre o adoecimento universitário com enfoque no curso de Psicologia ainda são escassos. Como, então, pensar a saúde/adoecimento mental de quem é reconhecido pelo cuidado da mesma, mas que constantemente se vê em queixa para com seu próprio adoecimento, enquanto estudante de Psicologia. É como o clichê: “quem cuida do cuidador?”.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adoecimento Mental; Estudantes de Psicologia; Saúde Mental; Sofrimento Psíquico.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, A. S. *et al.* Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 36, n. 4, p. 831-846, out./dez. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v36n4/1982-3703-pcp-36-4-0831.pdf>. Acesso em 24 mar. 2019.

ASSIS, A. D.; OLIVEIRA, A. G. B. Vida universitária e saúde mental: atendimento às demandas de saúde e saúde mental de estudantes de uma universidade brasileira. **Cadernos brasileiros de saúde mental**. Florianópolis, v.2, n. 4-5, p. 159-177, 2010. Disponível em: <http://incubadora.periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/1113/1305>. Acesso em: 24 mar. 2019.

CARLOTTO, M. S. *et al.* Síndrome de Burnout e *coping* em estudantes de Psicologia. **Boletim de Psicologia**, São Paulo, v. 59, n. 131, p. 167-178, dez. 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v59n131/v59n131a04.pdf>. Acesso em 24 mar. 2019.

COSTA, E. S.; LEAL, I. Um olhar sobre a saúde psicológica dos estudantes do ensino superior – Avaliar para intervir. **Actas do 7º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde**. Organizado por Isabel Leal, José Luís Pais Ribeiro, Isabel Silva e Susana Marques. Porto: Universidade do Porto, 2008. Disponível em: <http://www.isabel-leal.com/Portals/1/PDFs/7congresso/vii-congresso-saude-pp-213-216.pdf>. Acesso em: 24 mar. 2019.

GASTAUD, M. B. *et al.* Bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores em estudantes de Psicologia: estudo transversal. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Rio Grande do Sul, v. 28, n. 1, p. 12-18, jan./abr. 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rprs/v28n1/v28n1a03.pdf>. Acesso em: 15 abr. 2019.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. de C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto- enferm**. Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, dez. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n4/18.pdf>. Acesso em: 15 abr. 2019.