



PERCEPÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES INGRESSANTES E FINALISTAS DO CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

PERCEPTION OF MENTAL HEALTH OF INCOMING AND FINAL YEAR STUDENTS FROM THE UNDERGRADUATE COURSE IN PSYCHOLOGY
PERCEPCIÓN DE LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE INGRESO Y FINALISTAS DE LA CURSO DE GRADO EN PSICOLOGÍA

Alana Gabriele de Paula Quintero ¹

Danielly Beatriz Moraes Marquez ²

Herika Mascarenhas Gonçalves ³

Ingryd Maria Mello Lima ⁴

Ronaldo Gomes-Souza ⁵

Resumo

O objetivo da pesquisa foi avaliar a percepção que os estudantes universitários de Psicologia, ingressantes e finalistas, possuem com relação aos paradoxos da saúde mental que permeiam tanto a representação social do profissional da psicologia, quanto no processo de formação dos estudantes de psicologia, revelando, dessa forma, as disparidades e semelhanças entre os estudantes ingressantes e finalistas, bem como identificando a forma que esses estudantes se percebem enquanto sujeitos expostos ao ambiente acadêmico e como o processo da formação e a representação social da profissão impactam a saúde mental deles. O método utilizado foi de abordagem

1 Estudante de Psicologia da Universidade Federal do Amazonas, alanagabrielequintero@gmail.com

2 Estudante de Psicologia da Universidade Federal do Amazonas, daniellybeatriz15@gmail.com

3 Estudante de Psicologia da Universidade Federal do Amazonas, rika.mascarenhas@gmail.com

4 Estudante de Psicologia da Universidade Federal do Amazonas, limam.ingryd@gmail.com

5 Professor de Psicologia da Universidade Federal do Amazonas, ronaldopsicologo@ufam.edu.br



qualitativa, a partir de entrevistas semiestruturadas, que permitiram a construção de categorias para análise de dados. Os resultados permitiram interpretações e reflexões sobre as diferenças e similaridades de percepções das fontes de prazer e sofrimento que impactam a saúde mental no processo de formação, permitindo outras comparações entre estudantes ingressantes e finalistas, capazes de romper com imagens mais tradicionais, rasas e equivocadas da formação e atuação dos profissionais da área, avançando na ressignificação da representação social da formação e do trabalho dos psicólogos. Conclui-se que mais estudos e estratégias são necessários para acompanhar as singularidades e complexidade que envolvem a saúde mental de ingressantes e finalistas em psicologia e apontamos a criação de um Núcleo de Apoio Psicopedagógico ao Discente, de forma democrática, coletiva e transdisciplinar, como um caminho mais digno, estratégico e político para mediar as demandas materiais e simbólicas do curso de Psicologia.

Palavras-chave: psicologia; saúde mental; estudantes universitários; psicossocial.

Abstract

The aim of this research was to assess the perception that incoming and final year Psychology students have regarding the mental health paradoxes that permeate both the social representation of the psychology professional and the training process of psychology students, thus revealing the disparities and similarities between incoming and final year students, as well as identifying the way these students perceive themselves as subjects exposed to the academic environment and how their training process and the social representation of the profession impact their mental health. The method used was a qualitative approach, based on semi-structured interviews, which allowed the construction of categories for data analysis. The results allowed interpretations and reflections on the differences and similarities in perceptions of the sources of pleasure and suffering that impact mental health in the training process, allowing further comparisons between incoming and final year students, capable of breaking with more traditional, shallow and mistaken images of the training and performance of professionals in the area, advancing in the resignification of the social representation of the training and work of psychologists. It is concluded that more studies and strategies are needed to monitor the singularities and complexities involving the mental health of new and final year psychology students, and we point to the creation of a Center for Psychopedagogical Support for Students, in a



democratic, collective and transdisciplinary manner, as a more dignified, strategic and political way to mediate the material and symbolic demands of the Psychology course.

Keywords: psychology; mental health; university students; psychosocial.

Resumen

El objetivo de la investigación fue evaluar la percepción que tienen los estudiantes universitarios de Psicología, tanto ingresantes como finalistas, respecto de las paradojas de salud mental que permean tanto la representación social de los profesionales de la psicología como el proceso de formación de los estudiantes de psicología, revelando, así, las disparidades y similitudes entre estudiantes entrantes y de último año, así como identificar la forma en que estos estudiantes se perciben a sí mismos como sujetos expuestos al entorno académico y cómo el proceso de su formación y la representación social de la profesión impactan en su salud mental. El método utilizado fue un enfoque cualitativo, basado en entrevistas semiestructuradas, que permitió la construcción de categorías para el análisis de los datos. Los resultados permitieron interpretaciones y reflexiones sobre las diferencias y similitudes en las percepciones de las fuentes de placer y sufrimiento que impactan la salud mental en el proceso formativo, permitiendo otras comparaciones entre estudiantes entrantes y de último año, capaces de romper con imágenes más tradicionales, superficiales y equivocadas. de formación y desempeño de los profesionales en el campo, avanzando en la redefinición de la representación social de la formación y el trabajo de los psicólogos. Se concluye que son necesarios más estudios y estrategias para monitorear las singularidades y complejidad que involucran la salud mental de estudiantes de primer ingreso y finalistas de psicología y apuntamos a la creación de un Centro de Apoyo Psicopedagógico a Estudiantes, de manera democrática, colectiva y transdisciplinaria, como un camino más digno, estratégico y político para mediar las demandas materiales y simbólicas de la carrera de Psicología.

Palabras clave: psicología; salud mental; estudiantes universitarios; psicosocial.



1. Introdução

O ensino superior requer inúmeras demandas que influenciam diretamente na vida dos estudantes. Esse é um contexto em que surge a necessidade de equilibrar os aspectos acadêmicos com outras áreas da vida, a fim de evitar adoecimentos psíquicos e buscar cuidados com a saúde mental. Essa demanda requer configurações singulares pelos estudantes de psicologia por estarem inseridos cotidianamente no âmbito do zelo pela saúde mental dos indivíduos (Padovani et al., 2014; Sahão; Kienen, 2021). Dessa forma, reflete-se também sobre a percepção que os estudantes de psicologia, futuros psicólogos, possuem acerca de sua própria saúde mental. É crucial abordar essa temática com esse grupo em específico, pois os estudantes de psicologia enfrentam uma pressão significativa durante todo seu processo de formação, mais especificamente sobre seus autocuidados, devido à expectativa social de que, por estudarem saúde mental, não deveriam sofrer de problemas psíquicos (Castro-Silva; Maciel; De Melo, 2021). Isso se deve, segundo os estudos de Praça e Novaes (2004) pela representação social da profissão de psicologia se responsabilizar pela saúde mental dos clientes, mais diretamente correlacionada a uma perspectiva clínica da atuação dos psicólogos, remetendo uma imagem de pessoa equilibrada, que está analisando os outros a qualquer momento, que é capaz de adivinhar o que outros estão pensando, entre outras características que categorizam os psicólogos enquanto um ser livre e autônomo, em uma perspectiva mais individualizante, sem levar em condição as dimensões político-econômicas, sociais, históricas e culturais presentes nas experiências subjetivas são excluídas.

Apesar dessa suposição social que coloca os profissionais de psicologia e, conseqüentemente, os estudantes de psicologia, em um questionável paradoxo negativo e incoerente, é fundamental entender essa autopercepção da própria saúde mental em uma perspectiva positiva. É importante o processo de autopercepção e identificação de como os estudantes se percebem no curso e em relação ao seu estado mental, especialmente pelo fato de que esses indivíduos serão os profissionais que estarão em



contato constante com essas mesmas percepções durante sua atuação profissional. Porém, esse movimento não deve ser aplicado como uma pressão negativa, mas sim como uma busca positiva e benéfica aos estudantes dessa área da saúde (Yamamoto; Da Rocha Falcão; De Sousa Seixas, 2011).

Entretanto, segundo Ramos e Gonzales (2017) o conceito de saúde comumente utilizado se diferencia do que se percebe na realidade, visto que esse significado muda entre as culturas. Tal conceito, se concentrou ao longo do tempo em significações que respondessem à sociedade capitalista, eurocêntrica e colonizadora, o que influencia nos modos de vida e percepções da sociedade, como um todo, e sobre sua saúde mental.

Ademais, o conceito proposto pela OMS considera um estado de bem-estar físico, mental, social e espiritual, sem levar em consideração os atravessamentos históricos, materiais, culturais e político-econômicos dos sujeitos tornando-se desafiador, quase impossível, de ser vivenciado. Nessa perspectiva, Kleinman (1980) considera também que a saúde, enfermidade e cuidados são partes da saúde mental, uma vez que analisá-los separadamente afeta os possíveis benefícios para aquele indivíduo. Assim, segundo Travaglia (2014), o conceito estipulado atualmente sobre saúde mental busca um ser sublime e surreal, que além de valorizar a ausência de doenças e enfermidades, estipula uma espécie de “plenitude”, contrariando o próprio viver e normalidade dos indivíduos.

A saúde mental, portanto, na tentativa de abarcar com a complexidade do fenômeno, refere-se a um constructo subjetivo que engloba as percepções individuais e culturais sobre o bem-estar, considerando as limitações e instabilidades históricas, materiais, políticas e socioeconômicas humanas, como pertencentes dessa significação (Gaino et al., 2018; Lima; De Melo; Perpetuo, 2021).

Nesse sentido, ao adentrar nas significações de saúde mental, entende-se que o ambiente universitário submete os estudantes a muitas transformações e situações estressantes, como a privação de sono, exposições a novas situações geradoras de angústias, medo perante a rotina até então desconhecida, ansiedade diante dos inúmeros projetos avaliativos e a possível necessidade de buscar independência financeira, dentre



outras inúmeras circunstâncias que podem corroborar negativamente na saúde mental dos estudantes universitários (Sahão; Kienen, 2021).

Além desses fatores, segundo Calais et al. (2007), é importante lembrar que o momento da vida no qual se encontram a maioria dos universitários, o período psicossocial de transição da infância para a adultez, é cenário de comum surgimento de fontes estressoras naturais da faixa etária, como falta de identificação pessoal, social, profissional, busca por independência econômica e em muitas vezes necessidade urgente de obtê-la associada a ressignificações pessoais em suas vidas.

Nessa proposta, Fonaprace (2011) mostra que os problemas relacionados a moradias e habilidades acentuam-se no contexto desses estudantes e que 47,7% relataram ter tido uma crise emocional recente. Nesse sentido, compreende-se a presença de aspectos causadores de dificuldades para a saúde mental dos estudantes universitários ingressantes, visto as diferentes necessidades adaptativas presentes em um mesmo momento.

Apesar das vivências dos estudantes serem individuais, elas também se assemelham em muitos aspectos comuns como: adaptação, que pode gerar sofrimentos psíquicos mesmo que transitórios; crises adaptativas, que são desencadeadas por situações e momentos conflituosos; e crises psicopatológicas, que normalmente afetam os estudantes que, como supracitado, são considerados mais vulneráveis emocionalmente e socialmente (Nogueira-Martins, 2018).

Os estudantes universitários finalistas também enfrentam eventos que influenciam em sua saúde mental, já que além das demandas da universidade muitos relatam sobrecarga com trabalhos externos e com a angústia do mercado de trabalho (Ferraz; Pereira, 2002).

Desse modo, é notável que o contexto de ensino superior afeta a saúde mental dos indivíduos, uma vez que interfere nos diferentes construtos subjetivos particulares dos indivíduos considerados como indicadores de uma saúde mental positiva. Portanto, observa-se a necessidade positiva de percepção pelos estudantes de psicologia, dado que, dessa forma, podem reconhecer o estado de sua saúde mental e trabalhar nesse



aspecto visto que se encontram em formação para cuidar desse aspecto do próximo. Assim, a adaptação pode ocorrer de maneira benéfica, a partir das percepções individuais.

A percepção é um processo individual atravessado por mecanismos psicossociais, segundo Leibniz (1992), as questões externas são passivas e o sujeito é a parte ativa, logo o sentir e perceber são fenômenos que decompõem as coisas externas, organizam e classificam. Em uma visão da neurociência (Lent, 2010), a percepção relaciona-se com a capacidade dos indivíduos de associar as informações para orientar comportamentos e concepções pessoais. Estudos também mostram que a percepção dos estudantes sobre sua autoeficácia afeta sua saúde mental, já que crenças positivas quanto a sua própria eficácia atingem as estratégias de enfrentamento utilizadas nesse período, da mesma forma, uma perspectiva negativa da experiência acadêmica em um contexto geral também pode auxiliar para um aumento do adoecimento mental dessa população (Ariño et al., 2018).

Assim, podemos entender que a cada processo da vida em que surgem mudanças é comum a possibilidade do surgimento de angústias e receios pelas adaptações necessárias, assim, a vulnerabilidade de cada indivíduo nos diferentes aspectos da vida influencia nesse momento. Essas adaptações necessárias podem ser caracterizadas por mudanças significativas no ambiente, nas responsabilidades acadêmicas e na vida social, os estudantes universitários podem enfrentar desafios consideráveis.

A pressão para se destacar academicamente, a necessidade de adaptação a um novo cenário e o gerenciamento das expectativas pessoais e familiares são fatores que podem intensificar o sofrimento mental. Por isso, é de extrema importância para os universitários de psicologia reconhecerem essas situações e suas questões psicossociais particulares, a fim de buscar um processo natural de adaptação positivo e saudável conforme sua percepção individual de saúde mental.

Diante desse cenário, questiona-se sobre as singularidades de demandas e expectativas em relação à saúde mental para os estudantes de psicologia ingressantes e finalistas. Portanto, o presente artigo tem como objetivo avaliar a percepção que os



estudantes universitários de Psicologia, ingressantes e finalistas, possuem com relação aos paradoxos da saúde mental que permeiam tanto a representação social do profissional da psicologia, quanto no processo de formação dos estudantes de psicologia, revelando, dessa forma, as disparidades e semelhanças entre os estudantes ingressantes e finalistas, bem como identificando a forma que esses estudantes se percebem enquanto sujeitos expostos ao ambiente acadêmico e como o processo da formação dos deles e a representação social da profissão impactam a saúde mental deles.

2. Metodologia

O presente trabalho é uma pesquisa com abordagem qualitativa que toma a palavra e a experiência vivida como foco da investigação (Sabadini, Sampaio e Koller, 2009), referente a análise da percepção da saúde mental de ingressantes e finalistas da graduação de psicologia de uma Universidade da região norte do país, com base em relatos. Foram utilizadas entrevistas semiestruturadas (Gil, 2008;) para a investigação das formas dos sujeitos pesquisados sentir, pensar e agir, isto é, investigar seus processos de subjetivação (Gomes-Souza, Tramontano, 2023), no qual abre-se um lugar de fala para que os sujeitos possam se expressar e compartilhar suas vivências, experiências intersubjetivas. Para a análise de falas, realizamos recortes que enfatizaram categorias que representam as vivências dos participantes, pela frequência e o número de participantes foi delimitado pela saturação dos dados (Franco, 2020).

De acordo DiCicco-Bloom e Crabtree (2006, p. 315) a entrevista semiestruturada é “organizada em torno de um conjunto de questões abertas pré-determinadas, com outras questões emergindo a partir do diálogo entre entrevistador e entrevistado”, sendo assim, além das perguntas pré-determinadas, as questões complementares têm como objetivo durante a coleta, esclarecer as informações de forma mais detalhada em relação a alguma particularidade do relato do participante (McGrath; Palmgren; Liljedahl, 2019).



Participantes

Foram selecionados para a pesquisa alunos do segundo, quarto e entre o décimo e décimo segundo período do curso de graduação de psicologia de uma universidade da região norte do país com participações voluntárias e anônimas.

Ao selecionar os participantes foram estabelecidos critérios que consideraram se eram estudantes universitários atualmente matriculados no curso de psicologia e, principalmente, buscaram-se iniciantes e finalistas, para categorizar-se como sujeito iniciante o estudante deveria cursar o segundo ou o quarto período e para categorizar-se como finalista, estar cursando o décimo ou décimo segundo período. Essa escolha se deu pelo fato de a pesquisa ser realizada durante um único período e em uma instituição que trabalha com o calendário anual, o que significa que durante um período só existem períodos de números pares em funcionamento e no próximo somente períodos de números ímpares.

Esse critério foi escolhido, uma vez que a pesquisa pretendeu analisar as diferentes percepções dos universitários em diversas etapas da graduação, permitindo uma observação geral do contexto em questão. Além disso, também foram escolhidos estudantes de psicologia, a fim de estudar como os universitários futuros psicólogos reconhecem e percebem sua saúde mental, dado ser sua principal área de estudo durante a graduação.

Os participantes entrevistados foram do gênero masculino (idade mínima de 17 anos e máxima de 43 anos) e do gênero feminino (idade mínima de 17 anos e máxima de 40 anos). Ao total foram entrevistados 15 universitários, sendo 7 ingressantes (6 mulheres e 1 homem) e 8 finalistas (4 mulheres e 4 homens), como pode ser observado abaixo (Tabela 1).



Tabela 01 - Dados base dos entrevistados

Nome	Idade	Gênero	Período
I1	17	Mulher Cisgênero	2º período
I2	18	Mulher Cisgênero	2º período
I3	19	Mulher Cisgênero	2º período
I4	18	Mulher Cisgênero	2º período
I5	19	Homem Cisgênero	2º período
I6	20	Mulher Cisgênero	4º período
I7	18	Mulher Cisgênero	2º período
F1	27	Homem Cisgênero	12º período
F2	40	Mulher Cisgênero	11º período
F3	40	Mulher Cisgênero	11º período
F4	23	Homem Cisgênero	12º período
F5	28	Homem Cisgênero	12º período
F6	43	Homem Cisgênero	12º período
F7	23	Mulher Cisgênero	10º período
F8	27	Mulher Cisgênero	10º período

Fonte: Produção original, elaborado a partir das informações adquiridas durante as entrevistas

Instrumento

Além da entrevista também foi utilizado um formulário no *google forms* para a coleta de informações básicas (nome, idade, sexualidade, gênero, período e telefone) que foi disponibilizado em formato virtual nas salas de aulas das turmas que atendiam aos critérios. Após o preenchimento dos formulários, foram marcadas as entrevistas de acordo com a disponibilidade do estudante e da pesquisadora.

Durante a entrevista foram utilizadas perguntas gerais como base para dar desenvolvimento na entrevista como por exemplo, qual era a forma que esses estudantes percebem sua autoimagem, os motivos que o fazem cursar psicologia, seus níveis de satisfação, realização em outras. Assim, foram realizados observações e comentários sobre as respostas, a fim de obter maior diálogo e informações. Além disso, foram feitos questionamentos sobre as atividades de lazer e como conciliam com a universidade, sobre suas expectativas ao mercado de trabalho, principalmente, no que tange aos finalistas.

Em concomitância, algumas entrevistas tiveram a utilização de gravações de áudio, sempre previamente autorizadas pelo estudante sendo entrevistado. Ademais, nas



entrevistas em que não foram necessárias gravações de áudio por escolha dos pesquisadores foi esclarecido que a entrevista em si não estava sendo gravada, apenas anotada de maneira sucinta e descritiva.

Procedimentos

A participação de todos os indivíduos foi voluntária e anônima, a pesquisa prática ocorreu de modo presencial em uma sala da Faculdade de Psicologia previamente verificada, livre e sem interrupções para garantir o conforto dos participantes.

Para a entrevista não foi delimitado tempo limite ou mínimo, embora as entrevistas tenham durado em média 15 a 20 minutos. Todas as entrevistas foram realizadas no ambiente universitário dos estudantes e após elas, todas as respostas obtidas foram catalogadas e registradas em uma tabela do programa Excel de maneira anônima, sendo analisadas posteriormente de maneira ética.

Procedimentos Éticos

A fim de preservar o conforto e a segurança da identidade dos participantes, as informações anônimas dos estudantes foram seguramente mantidas confidenciais nos dispositivos eletrônicos das responsáveis por esta pesquisa, com uma permanência até a finalização do estudo. Assim como as gravações realizadas que também foram descartadas ao final da pesquisa e estavam registradas de forma anônima nos celulares.

3. Resultados

A partir das entrevistas semiestruturadas foi possível dividir os dados adquiridos em duas categorias (Franco, 2020) para ingressantes e finalistas: percepção de si e percepção de si no ambiente acadêmico, englobando respectivamente a autoimagem, autoestima, atividades de lazer, saúde mental, expectativas, sofrimentos psíquicos e questões como, por exemplo, sobre a satisfação com o curso, a preparação acadêmica e



as fontes estressoras ou de sofrimento, que serão aprofundadas com exemplificação das falas dos participantes.

Ingressantes

Percepção de si

Quando estimulados a observar a si mesmos com ênfase em reconhecer seus aspectos individuais, como saúde mental e autoestima, participantes ingressantes expressaram ter problemas com sua própria imagem, tanto em questões físicas quanto intelectuais. Quando solicitados a dissertar sobre seus sentimentos e pensamentos, muitos deles expressaram honrável bravura e comprometimento com a pesquisa, enriquecendo os dados coletados com uma visão intimista de suas vidas, como pode ser observado nas frases a seguir:

Eu acho que a minha saúde mental é bem 'xoxinha', bem 'caidassa', que ela poderia melhorar, mas que eu tô trabalhando mais nisso, principalmente esse ano. 16

Eu acredito que eu tenha uma percepção boa de mim mesmo, [...] eu acredito que eu tô fazendo meu melhor. 15

Eu tenho alguns problemas de autoestima, autoconfiança, me autossaboto muito [...] tenho dificuldade em reconhecer as minhas qualidades positivas. 17

Em certos questionamentos é possível observar como a individualidade de cada um dos entrevistados está amplamente interligada com sua visão do curso. A motivação para o curso de psicologia e as dúvidas existentes ou inexistentes quanto a escolha expressam características pessoais e objetivos dos sujeitos, e indiretamente proporcionam uma perspectiva inconsciente que têm de si mesmos.

Foi algo que me despertou interesse, a questão de compreender o processamento das emoções [...]. 17

Apesar da psicologia me chamar muita atenção, eu tenho certa dúvida ainda. 12

Partiu de um acontecimento bem pessoal [...] Nesse dia tinha uma psicóloga e aí, meio que ela me inspirou [...]. 14

Percepção de si no ambiente acadêmico



Ao adentrar um aspecto mais acadêmico da entrevista, os participantes contribuíram com suas percepções quanto às suas vivências acadêmicas e as opiniões foram diversas: alguns compartilharam experiências mais positivas do que negativas, enquanto outros, apesar de também dissertarem sobre a dualidade vivenciada no ambiente acadêmico, ressaltaram momentos de sofrimento e angústia ocasionados pela faculdade, como observado nas falas a seguir:

Eu acho que é uma montanha-russa [...] Já sai chorando porque não consegui entregar algo exatamente como eu queria. I6

Até o momento eu acredito que esteja falhando muito como universitário. I5

Eu diria que tá melhor do que eu imaginei que seria[...] eu achava que ia ser um desastre total. I4

Foi requerido aos ingressantes que avaliassem de 0 a 10 quanto sofrimento psíquico a faculdade causava-os:

8; [...] é uma coisa que me cobra muito, me preocupa muito. I2

9; tem matérias que realmente puxa de um jeito que, cara, parece um fantasma, um dementador te sugando e outras não, que tu leva assim, bem de boas. I6

4; porque querendo ou não tem certos momentos no período que é mais tranquilo, você consegue conciliar, só que tem outros momentos em que fica uma situação muito pesada. I5

A média de avaliações relativamente altas (média = 6,5) trazem o questionamento de em que momentos a faculdade pode vir a ser a causa de tantos sentimentos negativos, por isso ao prosseguir na vertente do contexto acadêmico, uma perspectiva que englobasse não somente o indivíduo no ambiente da faculdade, mas também os efeitos da faculdade em seus respectivos ambientes de moradia foram abordados. Os entrevistados foram questionados se conseguem se distanciar de suas realidades acadêmicas ao se ausentar do ambiente da faculdade e se os mesmos se sentem culpados em momentos de lazer por não estarem realizando atividades de suas matérias, tais questionamentos geraram as seguintes falas:



Sim, eu acho que porque, principalmente a nossa geração, ela é muito cobrada [...] então, tipo, quando a gente não tá fazendo nada a gente pensa aquela frase 'enquanto eu tô dormindo outra pessoa tá estudando' e pegando a minha vaga e pegando qualquer coisa que eu poderia ter lá na frente. I6

Consigo fácil até demais. I5

Não consigo me desvincular, é como se, eu tô fazendo uma coisa e no fundo tivesse alguma coisa falando, ou tem que fazer isso, tem que estudar mais, não pode deixar de fazer isso [...]. I4

Ademais, foram questionamento ao longo da entrevista sobre como foi vivenciar esses primeiros períodos:

Foi um pouco desafiador, foi uma mudança muito brusca. Quando a gente começa nesse ambiente acadêmico, a gente tem esse choque de realidade. I2

Foi um pouquinho entediante porque a gente não tinha tanto contato assim com aquilo que a gente chegou aqui pra ter que é psicologia. I7

Tive que estudar por fora, em casa sozinha, lendo livros e tudo mais. I4

Finalistas

Percepção de si

Ao analisar as falas coletadas com os finalistas pode-se observar uma disparidade quanto ao efeito que a faculdade causou nas suas percepções da sua própria saúde mental, alguns indivíduos relatam melhora enquanto outros, admitem ter sentido uma certa piora.

Percebo que me sobrecarrego demais, sinto que preciso estar sempre em rendimento. F2

Meu quadro de saúde mental melhorou muito, a faculdade me ajudou, estar em contato com as pessoas me ajudou. F6.

Eu estou animado nesse momento, sobrecarrego com as coisas de final de curso, mas feliz. F5

Da mesma forma, foi questionado aos finalistas sobre o motivo de terem ingressado na graduação:



Ah, no início as pessoas sempre me procuravam e eu sempre me senti muito disposta a ajudar as pessoas, antes já havia abandonado outras graduações, mas agora na psicologia consegui estar concluindo. F2

A faculdade, pra mim, foi um meio de socialização, precisava de um lugar para me enturmar. F6

Desde a época da adolescência, eu já me interessava bastante por Psicologia. [...] minha mãe era muito interessada em Psicologia; ela tinha os livros de Freud, de Jung. Então, eu fui crescendo com esse interesse no comportamento, nas emoções. F8

Percepção de si no ambiente acadêmico

Os finalistas também apresentaram relatos sobre sua vivência no meio acadêmico, especialmente nos primeiros períodos:

No início é difícil mesmo, não saber como funciona a dinâmica da universidade faz você perder muitas oportunidades e ficar perdido, frustrado, posso colocar meu sofrimento psíquico em 9. F2

Não tive tantos problemas, mas sinto que o maior foi conciliar a faculdade com o trabalho fixo que tenho, posso classificar em 5 (de 10, grifo nosso). F3

Acontece muita coisa, eu surtei muitas vezes mesmo, me sobrecarregando e me colocando cada vez mais em projetos já tendo coisa pra fazer. F1

Os finalistas também foram instigados a refletir sobre o hoje no ambiente acadêmico e suas vivências dentro da universidade, abrangendo não apenas os desafios enfrentados, mas também as dúvidas e questionamentos em relação à escolha de uma área específica de estudo:

Hoje eu sei lidar melhor com algumas questões, mas sofro com as expectativas, as pressões externas por tá terminando o curso, mas considero meu sofrimento em 8. F2

Apesar de tá finalizando, é muito cansativo e, ao mesmo tempo que me sinto realizada, ainda tenho muitas dúvidas: será se é isso mesmo? Mas eu acho que é mais por conta desse final de curso, ter que escolher uma área específica. F7

Durante a graduação, houve momentos em que me arrependi e questionei se havia feito a escolha certa, se estava no lugar certo. Mas conforme fui praticando a Psicologia, comecei a entender se tinha feito a escolha certa, e acredito que sim. Hoje, sinto-me muito feliz em fazer o que faço pelos outros. F8



Além disso, foi citada sobre suas redes de apoio dentro do ambiente universitário, explorando como os estudantes utilizam esse suporte, tanto emocional quanto acadêmico, para enfrentar os desafios durante o curso:

Foi muito difícil, não tinha muito, se restringiam mais aos amigos da faculdade mesmo. F2

Como eu vim de outro Estado, é complicado, quando você viaja mesmo que esteja preparado, sua rede de apoio se desmancha, então se resume mais a poucos amigos dentro e fora da faculdade. F6

Tenho meus amigos e minha família depende da questão, mas é mais amizade [...] boa parte do tempo é cansativo vir para cá, mas por conta da minha rede de apoio fica um pouco mais leve. F7

De forma complementar, os finalistas também relataram a diferença que a estabilidade financeira gera no decorrer da universidade, uma vez que promove uma segurança financeira e consequentemente psicológica.

Quando questionados em escala de 0 a 10 sobre seu sofrimento psíquico, os ingressantes possuem 7 de média e os finalistas 8, a partir dos 15 que foram entrevistados.

No que tange aos momentos de lazer percebidos, foram relatados pelos finalistas atividades como ir em espaços públicos diferentes do acadêmico, como shows, restaurantes, bares, ouvir músicas, participar de grupos com interesses em comum ou até mesmo estar em casa em repouso.

4. Discussão

Frente aos elementos históricos, políticos, econômicos, culturais e psicossociais que constituem a formação em psicologia dos estudantes pesquisados e que atravessam o fenômeno e questões de saúde mental dos participantes, os resultados permitiram algumas reflexões, interpretações, discussões.



As experiências na formação do curso de psicologia, seja para ingressantes, ou finalistas, podem corroborar negativamente para a saúde mental dos estudantes, principalmente frente a estressores singulares para cada grupo. Um desses estressores, fonte de angústia, para ambos os grupos, foi o processo de identificação com o curso, mas por caminhos diferentes: enquanto as disciplinas iniciais, para os ingressantes, ora parecem desafiadoras, ora entediadas, para os finalistas, a fonte estressora e/ou de angústia reside mais na escolha da área de atuação em psicologia. Em ambos os grupos, o fato de questionar-se sobre a “escolha certa”, permeia seus pensamentos, desdobrando-se em sentimentos negativos e de insegurança, impactando sobre a imagem de si e sobre a própria saúde mental.

De acordo com Lent (2010) a percepção sobre as experiências na formação está relacionada com a capacidade dos indivíduos de associar as informações para orientar comportamentos e concepções pessoais. O estudo revelou que mais da metade dos ingressantes apresentam uma percepção negativa de si mesmo, estando dentre os principais problemas citados: baixa autoestima e autoconfiança, revelando também, a partir da sua percepção uma média de 6,5 com relação ao sofrimento psíquico que a faculdade os proporciona, tendo como queixas as altas demandas de algumas matérias, entretanto, apresentam ter uma percepção de como podem encontrar a solução para essas dificuldades.

Segundo Nogueira-Martins (2018) a adaptação é um dos aspectos geradores de sofrimento psíquico e crises adaptativas, tornando-se uma perspectiva comum entre os grupos de estudantes, sendo enfatizado principalmente pelo grupo de ingressantes, nos quais os resultados mostram que devido às cobranças e as altas demandas de atividades, provenientes da mudança de ambiente, faz-se necessária uma adaptação rápida e desafiadora.

Quanto à percepção de si e da saúde mental vivida pelos estudantes, entendem-se os desafios, as principais fontes de sofrimento, angústia e anseios presentes nos dois grupos de estudantes entrevistados. Nesse sentido, para os ingressantes são notáveis desafios com a baixa autoestima e baixa confiança em si mesmo, em que alguns deles



relataram não se observarem com alta autoestima e terem insegurança sobre suas capacidades e potenciais, o que fica em evidência no ambiente acadêmico de acordo com suas percepções, uma vez que possuem dificuldades de confiar em si mesmo perante as situações iniciais e novas da universidade. Esse cenário é resultante, além das questões psicossociais de cada estudante, do momento de transição que os ingressantes devido sua faixa etária média enfrentam mediante sua transição de etapa de vida como exposto por Calais et al. (2007).

Tal discussão vai ao encontro da pesquisa de Polonia et al. (2022) e De Souza et al. (2024) ao enfatizarem a necessidade da criação e manutenção de diferentes atividades psicossociais a partir de um Núcleo de Apoio ao Discente e/ou Psicopedagógico. O núcleo deve ocupar posição estratégica na Instituição de Ensino Superior (IES), ao planejar ações e criar políticas e programas psicopedagógicos no intuito realizar um acompanhamento da formação do discente, que envolve todo o colegiado. Trata-se de ações democráticas, coletivas e transdisciplinares (Ortíz et al., 2023); isto é, que envolvam a interação e integração de diferentes instituições – estado, família, universidades..., saberes e métodos diversos –, formais (científico-acadêmicos) e informais, em prol de mais dignidade, suporte social, organização e gestão do tempo e questões acadêmico-pedagógicas do curso, impactando não somente em melhores desempenhos, mas em mais sentimento de pertença, vínculo com a IES e ao curso, relações interpessoais mais dinâmicas, estímulo à criatividade e autonomia, reverberando significativamente no bem-estar e saúde mental de todos.

O núcleo não está centrado a atendimentos individualizados, apesar de não ser um problema fazê-lo. Entretanto, o foco é a mediação da comunidade externa e colegiado, dando-se conta de diferentes dinâmicas que atravessam e constituem a realidade acadêmica e as singularidades de cada curso, estimulando o exercício da cidadania, da cooperação e colaboração, em prol da transformação da sociedade. Transformação essa que, no caso do curso de psicologia, diz respeito à saúde mental e outras demandas psicossociais que diferentes comunidades que integram a sociedade, e que consta, de alguma maneira, na formação dos estudantes, recaindo, sobre eles, a



corresponsabilidade de cuidar, também, da sua própria saúde mental, para lidar com as demandas psicossociais da sociedade.

Tal pressão de tomar para si a grande responsabilidade de cuidar da própria saúde mental como condição para cuidar da saúde mental do outro, somado à representação social do trabalho e atuação do psicólogo (Praça e Novaes, 2004), geram tanto tensões nos estudantes (Andrade et al., 2016), professores e profissionais de psicologia (De Melo; Raupp, 2020), quanto reflexões e questionamentos sobre essa tônica. Ora, todos são humanos e têm suas próprias demandas e limitações que constituem suas realidades materiais e simbólicas, histórica, cultural, político-econômica, psicossocial.

É fato que a formação no curso de psicologia transforma todos os envolvidos, ao ponto de tornar os estudantes mais aptos e capazes tecnicamente para lidar com as demandas psicossociais e de saúde mental do outro, não é uma garantia que, ao se formar em psicologia, já blinda o estudante de sofrimento psíquico, como se ele, automaticamente, tivesse o controle emocional de tudo, tivesse um equilíbrio pleno e inquestionável, ou que é capaz de adivinhar e/ou “analisar” as pessoas a todo tempo ou se analisar em todos os contextos da vida, tendo o autocontrole e poder de todas as dimensões da vida. Portanto, cabe refletir sobre as representações sociais da formação e profissão da psicologia, ao ponto de não chegar a conclusões rasas e/ou equivocadas sobre os estudantes, professores e/ou profissionais, como se fossem pessoas “perfeitas” e/ou imunes a questões, problemas, provocações e demandas psicológicas.

Na mesma perspectiva de análise, os finalistas demonstram a angústia da sobrecarga em atividades obrigatórias e em atividades optativas além do que poderiam lidar que resulta em um cansaço exacerbado causador de problemas físicos, psíquicos, sofrimentos e ansiedade sobre as outras áreas de sua vida também. Em alguns entrevistados finalistas essa sobrecarga é acompanhada por um relato de satisfação por estarem realizados e felizes com sua graduação, o que não é observável nos ingressantes pois não demonstram em maioria essa satisfação com o curso, seja pelo pouco tempo de graduação se posto em comparação ou por outras questões não exploradas.



Os finalistas também relatam a angústia em relação às expectativas sobre suas decisões futuras como a área em que seguirão, abordagens e campo de atuação. Foi possível observar o notável anseio com o mercado de trabalho e as preocupações relativas a esse campo como apresentado por Andrade et al. (2016); Nogueira-Martins (2018) e De Melo e Raupp (2020) que citam as mudanças psicossociais, estresse, angústias e anseios que momentos transitórios resultam nos indivíduos em situações novas como a universidade para os ingressantes e o mercado de trabalho para os finalistas.

Nesse sentido, de maneira comparativa, os ingressantes e finalistas assemelha-se nos sentimentos de medo e nas tendências a autocobrança e insegurança perante alguns aspectos da universidade. Nos ingressantes, as lacunas, paradoxos e contrates na formação educacional do ensino básico e médio para o superior e suas múltiplas e novas configurações parecem ser os maiores obstáculos que impactam a saúde mental deles, enquanto para os finalistas, o desconforto, angústia e insegurança que impactam negativamente na saúde mental deles, referem-se, principalmente, para o futuro mercado de trabalho como psicólogo e inserções em mestrados ou doutorados que se aproximam com a finalização da graduação. O cansaço e sobrecarga mediante a rotina conjunta de trabalho e estudos também é perceptível nos dois grupos de estudantes, assim como a presença de uma rede de apoio mostrou-se de extrema importância para o enfrentamento dos desafios da universidade e da vida pessoal enquanto estudantes de psicologia, especificamente para aqueles estudantes que vinham de outra região para estudar na universidade.

Validando as fontes de angústia e sofrimento de ambos os grupos, ingressantes e finalistas se diferenciam, uma vez que os ingressantes possuem um anseio e insegurança evidenciado pela falta de certeza em relação ao curso de graduação, seja por motivações pessoais ou porque a universidade não disponibiliza oportunidades que o façam perceber a afinidade clara com a graduação em psicologia, o que não é observado em grande média com os finalistas pela vivência desse grupo ter tido contato com atividades práticas e vivências gerais com a psicologia, que permitiram essa identificação e mais certeza de



escolha e, assim, maior sensação de segurança individual no ambiente acadêmico e futuro trabalho, apesar de alguns finalistas apresentarem também as incertezas em relação a graduação, porém em menor quantidade. Por outro lado, um aspecto positivo a se destacar em ambos os grupos, podendo ser interpretado como fonte de prazer, é o suporte social vindo dos amigos fora e dentro do próprio curso.

Adentrando, no contexto dos finalistas, Ferraz e Pereira (2002) reiteram que esses estudantes também enfrentam eventos que influenciam em sua saúde mental, já que além das demandas da universidade muitos relatam sobrecarga com trabalhos externos, com a angústia do mercado de trabalho e da escolha de qual área seguir, o que corrobora com relatos de estudantes entrevistados que pontuaram a percepção de sofrimentos psíquicos a partir da necessidade de conciliar o trabalho e a faculdade foi um processo exaustivo e mesmo durante o final do curso, as dúvidas sobre a escolha de uma área permaneciam.

Assim como temos a máxima que viver é sofrer, trabalhar, é sofrer; isto é, todas as experiências humanas estão em uma tensão entre vivências de prazer e sofrimento, no qual o sofrimento não necessariamente será algo negativo, e sim um desafio criativo para darmos o próximo passo, reverberando em estratégias não somente para a nossa sobrevivência, mas para a nossa existência e resistência aos desafios reais e simbólicos do cotidiano (Sato, 2009). O trabalho acadêmico, que consiste, entre outros aspectos, a relação de ensinagem (Anastasiou; Alves, 2015; Santana; Abrão, 2022) incitará diferentes fontes de sofrimento. Assim, as diferentes fontes de angústia, desamparo, estresse, entre outras fontes de sofrimento que podem adoecer e/ou impactar negativamente a saúde mental dos estudantes de psicologia, não serão resolvidas, de forma unilateral e linear, com ações individuais centrados, somente, na psicoterapia. E, sim, em um sistema e estratégias capazes de mobilizar coletivos que considerem questões mais profundas e estruturais da sociedade para formação desses futuros profissionais e, a criação do Núcleo de Apoio Psicopedagógico, com o papel mediador do psicólogo, parece ser um bom começo.



5. Considerações Finais

Neste estudo, propusemos analisar as percepções dos estudantes de psicologia sobre a saúde mental ao longo do curso de graduação, com foco particular nas preocupações dos estudantes em se integrarem neste contexto, destacando a complexidade dos desafios vivenciados e enfrentados em ambientes acadêmicos, a partir das experiências de ingressante e finalistas. Os resultados revelaram uma variedade de perspectivas, que vão desde um sentido de propósito e realização até preocupações relacionadas com o estresse e a pressão de cumprir o papel do psicólogo.

O estudo nos mostra que a percepção da saúde mental dos estudantes ingressantes é complexa e multifacetada, uma vez que enfrentam uma série de desafios que geram múltiplas tensões, tais como a adaptação a um novo ambiente e, em alguns casos, a distância da rede de apoio familiar. Destaca-se também que, apesar das dificuldades, os estudantes mostram uma consciência sobre a possibilidade de encontrar soluções para seus problemas, como o suporte social a partir dos amigos, refletindo uma capacidade de enfrentamento, no entanto, ainda há a prevalência de uma percepção negativa em relação à saúde mental desses indivíduos.

Os resultados também revelam que, apesar dos finalistas enfrentarem diversas tensões, como a sobrecarga de demandas acadêmicas e externas e a necessidade de tomar decisões sobre o futuro profissional, eles demonstram uma perspectiva positiva quanto à saúde mental ao longo do curso, indicando também uma melhora no entendimento e manejo do estresse e das dificuldades psicológicas, beneficiando-se de redes de apoio e de atividades de lazer para manter o bem-estar.

É importante ressaltar que apesar de contribuir consideravelmente, dentro do rigor da abordagem qualitativa, que se preocupa em aprofundar sobre fenômenos a partir da fala dos sujeitos participantes, a presente pesquisa investigou somente 12 (doze) indivíduos de uma localidade específica não permitindo, portanto, generalizar os dados obtidos. Além disso, um outro recorte que denota limitações deste estudo, diz respeito à questão da categorização dos participantes como ingressantes e finalistas, ou seja, que



se encontravam no segundo, quarto, décimo e décimo segundo períodos da faculdade. Embora o estudo tenha limitações, como uma amostra limitada e o uso apenas de entrevistas, os resultados fornecem informações valiosas sobre a promoção do bem-estar entre estudantes de psicologia e destacam a necessidade de futuras pesquisas longitudinais e intervenções específicas para fortalecer o apoio e a autoajuda dos estudantes de psicologia, principalmente na criação de Núcleo de Apoio ao Discente, conforme detalhado.

Conclui-se que a análise dos relatos sobre a percepção de saúde mental destaca uma diversidade de experiências e perspectivas que abrangem o bem-estar humano, buscando compreender a subjetividade e complexidade desses relatos e como podem afetar o indivíduo inserido no contexto universitário, a fim de proporcionar uma sensibilização às necessidades materiais, simbólicas, políticas, econômicas, culturais e sociais desses estudantes em relação a sua saúde mental, enfatizando a importância de pesquisas nesse campo que explorem novas percepções e promovam intervenções que possam auxiliar os estudantes a promover mais transformações sociais em prol de dignidade, cidadania e saúde mental não somente para eles próprios mas, principalmente, para diferentes contextos e comunidades.

Referências

- ARINO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Psicol. pesq.**, Juiz de Fora , v. 12, n. 3, p. 44-52, dez. 2018 .
- ANASTASIOU, Léa da Graças Camargos; ALVES, Leonir Pessate. **Processos de Ensino na universidade: pressupostos para as estratégias do trabalho em aula**. 10ª ed. Joinville, SC: Editora Univille, 2015.
- ANDRADE, Antônio dos Santos et al. Vivências acadêmicas e sofrimento psíquico de estudantes de psicologia. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 36, p. 831-846, 2016.



- CALAIS, S. L. et al. Stress entre calouros e veteranos de jornalismo. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 24, n. 1, p. 69-77, 2007.
- CASTRO-SILVA, Igor Luco; MACIEL, Jacques Antonio Cavalcante; DE MELO, Marcelo Miranda. Saúde mental e vida universitária: desvendando burnout em estudantes de Psicologia. **Revista Sustinere**, v. 9, n. 1, p. 5-22, 2021.
- DE MELO, Mirele Rodrigues; RAUPP, Luciane Marques. O autocuidado da saúde mental de psicólogos: uma revisão bibliográfica. **Revista Perspectiva: Ciência e Saúde**, v. 5, n. 1, 2020.
- DE SOUZA, Amaxwell Davi Barros et al. Intervenções à luz da psicologia escolar na universidade: uma experiência de estágio. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 28, p. 1-6, 2024.
- DICICCO-BLOOM, Barbara; CRABTREE, Benjamin. The qualitative research interview. **Medical Education**, v. 40, n. 4, p. 314-321, 2006.
- DSM-IV. **JAMA**, v. 282, n. 4, p. 387, 28 jul. 1999.
- FERRAZ, Fernanda; PEREIRA, Anabela Souza. "A dinâmica da personalidade e o homesickness (saudades de casa) dos jovens estudantes universitários". **Psicologia, Saúde & Doenças**, 2002, p. 149-164.
- FÓRUM NACIONAL DE PRÓ-REITORES DE ASSUNTOS COMUNITÁRIOS E ESTUDANTIS. **Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior: relatório final da pesquisa**. Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis, 2011.
- FRANCO, Maria Laura Puglisi Barbosa. Análise de conteúdo. Autores Associados, 2020.
- GAINO, Loraine Vivian et al. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. SMAD, **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018.
- GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2008.



- GOMES-SOUZA, Ronaldo; TRAMONTANO, Marcelo Claudio. Subjetivação e riscos psicossociais da uberização do trabalho nas dinâmicas territoriais. **Cadernos Metrôpole**, v. 26, n. 59, p. 143-167, 2023.
- KLEINMAN, Arthur. **Patients and Healers in the Context of Culture**. USA, University of California Press, 1980.
- LEIBNIZ, Gottfried Wilhelm. **Novos ensaios sobre o entendimento humano (Coleção Os Pensadores)**. São Paulo: Nova Cultural, 1992
- LENT, Roberto. **Cem bilhões de neurônios?: conceitos fundamentais de neurociência** (2 ed.). São Paulo: Atheneu. 2010.
- LIMA, Jeniffer Leite; DE MELO, Angela Buffetti; PERPETUO, Claudia Lopes. Pandemia e a exacerbação das vulnerabilidades sociais: impactos na saúde mental. **Akrópolis-Revista de Ciências Humanas da UNIPAR**, v. 29, n. 1, 2021.
- MCGRATH, Cormac; PER J, Palmgren.; LILJEDAHN, Matilda. Twelve tips for conducting qualitative research interviews. **Medical Teacher**, v. 41, n. 9, p. 1002-1006, 2019.
- NOGUEIRA-MARTINS, Luiz Antonio; NOGUEIRA-MARTINS, Maria Cezira Fantini. Saúde mental e qualidade de vida de estudantes universitários. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 7, n. 3, p. 334-337, 2018.
- ORTÍZ, José Félix Brito et al. Transdisciplinaridade entre psicologia e saúde pública, engajamento acadêmico na modalidade remota em época de pandemia. **Rev. Psicol., Divers. Saúde**, v. 12 n. 1, p. 1-17, 2023.
- PADOVANI, Ricardo da Costa; et al. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 10, n. 1, p. 02-10.
- POLONIA, Ana Costa et al. Núcleo de apoio ao discente e docente: panorama interventivo no ensino superior. EDU REVIEW. **International Education and Learning Review/Revista Internacional de Educación y Aprendizaje**, v. 10, n. 3, p. 219-238, 2022.
- PRAÇA, Kátia Botelho Diamico; NOVAES, Heliane Guimarães Vieites. A representação social do trabalho do psicólogo. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 24, p. 32-47, 2004.



RAMOS, Carolina Nunes; GONZALEZ, Zuleika Köhler. **Interseccionalidade e saúde mental**: um olhar para a raça e gênero [no Caps] pelos caminhos do pensamento descolonial. In: Anais do 11o Seminário Internacional Fazendo Gênero & 13th Women's Worlds Congress. 2017.

SABADINI, Aparecida Angelica Zoqui Paulociv.; SAMPAIO, Maria Imaculada Cardoso.; KOLLER, Silvia Helena. **Publicar em Psicologia: um enfoque para a revista científica**. São Paulo: Associação Brasileira de Editores Científicos de Psicologia e Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 2009.

SAHÃO, Fernanda Torres; KIENEN, Nádia. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 25, p. e224238, 2021.

SANTANA, Martin Dharlle Oliveira; ABRÃO, Ruhena Kelber. O lazer e saúde como elemento influenciador do processo de ensinagem de docentes: uma revisão sistemática. **Humanidades & Inovação**, v. 9, n. 2, p. 332-340, 2022.

SATO, Leny. Trabalho: sofrer? Construir-se? Resistir? **Psicologia em Revista**, v. 15, n. 3, p. 189-199, 2009.

TRAVAGLIA, Aline Alves da Silva. **Psicanálise e saúde mental: uma análise através da clínica com crianças**. 2014. 108 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2014.

YAMAMOTO, Oswaldo Hajime; DA ROCHA FALCÃO, Jorge Tarcísio; DE SOUSA SEIXAS, Pablo. Quem é o estudante de psicologia do Brasil? **Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment**, v. 10, n. 3, p. 209-232, 2011.