

ATUAÇÃO PSICOLÓGICA NO CONTEXTO UNIVERSITÁRIO: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE ACOLHIMENTO E ACOMPANHAMENTO DE ESTUDANTES

PSYCHOLOGICAL PRACTICE IN THE UNIVERSITY CONTEXT: AN EXPERIENCE REPORT ON STUDENT RECEPTION AND SUPPORT

ACTUACIÓN PSICOLÓGICA EN EL CONTEXTO UNIVERSITARIO: RELATO DE EXPERIENCIA SOBRE LA ACOGIDA Y EL ACOMPAÑAMIENTO DE ESTUDIANTES

Janaina Silva Oliveira¹
Cleiliany Oliveira Santos de Araújo²

RESUMO: Este artigo buscou apresentar a experiência de atuação psicológica no contexto universitário, realizada no Setor da COAPA da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), responsável pela assistência estudantil, entre 2024 e 2026. O objetivo foi promover acolhimento e acompanhamento psicológico breve a estudantes universitários diante de demandas emocionais e acadêmicas. São descritas as atividades desenvolvidas no acolhimento e no atendimento psicológico individual, fundamentado na Terapia Cognitivo-Comportamental, além de ações de orientação e encaminhamento para serviços da rede de saúde, da rede social e para a equipe multiprofissional da COAPA. A experiência evidenciou demandas relacionadas à ansiedade, estresse, dificuldades acadêmicas e de adaptação, vulnerabilidades socioeconômicas e situações de luto. Também foram identificados limites do acompanhamento psicológico breve diante de demandas persistentes ou de maior complexidade, especialmente quanto à continuidade do cuidado e ao acesso a serviços externos. Os resultados reforçam a importância da atuação multiprofissional e intersetorial e da ampliação de estratégias preventivas e coletivas de promoção da saúde mental. Conclui-se que a Psicologia desempenha papel relevante na assistência estudantil, contribuindo para o acolhimento, a orientação e o fortalecimento das condições de permanência acadêmica.

Palavras-chave: Psicologia. Educação Superior. Saúde Mental. Estudantes Universitários. Assistência Estudantil.

¹ Servidora Pública no cargo de Analista Universitário na Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB); Graduada em Psicologia pela Universidade Federal da Bahia (UFBA); Mestre em linguística pela Universidade estadual do sudoeste da Bahia (UESB).

² Servidora Pública no cargo de Analista Universitário na Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB); Servidora Pública na Prefeitura Municipal de Vitória da Conquista no cargo de Psicóloga; Graduada em Psicologia pela Universidade Federal da Bahia (UFBA); Especialização em Atenção Psicossocial no SUS e SUAS pela Unigrad; Especialização em Gestalt-terapia com ênfase na Clínica Ampliada pela Unigrad. Formação em andamento em Terapia Comportamental Dialética.

ABSTRACT: This article aimed to present the experience of psychological practice in the university context, carried out in the COAPA Sector of the State University of Southwest Bahia (UESB), responsible for student assistance, between 2024 and 2026. The objective was to provide reception and brief psychological support to university students facing emotional and academic demands. The activities developed in reception and individual psychological care, based on Cognitive Behavioral Therapy, are described, as well as guidance and referrals to health and social services and to the COAPA multidisciplinary team within the university student assistance context and academic support services. The experience revealed demands related to anxiety, stress, academic and adaptation difficulties, socioeconomic vulnerabilities, and grief. Limitations of brief psychological support were also identified in cases involving persistent or more complex demands, particularly regarding continuity of care and access to external services. The results reinforce the importance of multidisciplinary and intersectoral practices and of expanding preventive and collective strategies for mental health promotion. It is concluded that Psychology plays a relevant role in student assistance by contributing to reception, guidance, and the strengthening of conditions for academic retention.

Keywords: Psychology. Higher Education. Mental Health. University Students. Student Assistance.

RESUMEN: Este artículo tuvo como objetivo presentar la experiencia de actuación psicológica en el contexto universitario, realizada en el Sector de la COAPA de la Universidad Estatal del Sudoeste de Bahía (UESB), responsable de la asistencia estudiantil, entre 2024 y 2026. El objetivo fue ofrecer acogida y acompañamiento psicológico breve a estudiantes universitarios ante demandas emocionales y académicas. Se describen las actividades desarrolladas en la acogida y en la atención psicológica individual, fundamentada en la Terapia Cognitivo-Conductual, además de las acciones de orientación y derivación a servicios de salud y sociales y al equipo multiprofesional de la COAPA. La experiencia evidenció demandas relacionadas con ansiedad, estrés, dificultades académicas y de adaptación, vulnerabilidades socioeconómicas y situaciones de duelo. También se identificaron límites del acompañamiento psicológico breve ante demandas persistentes o de mayor complejidad, especialmente en relación con la continuidad de la atención y el acceso a servicios externos. Los resultados refuerzan la importancia de la actuación multiprofesional e intersectorial y de ampliar las estrategias preventivas y colectivas de promoción de la salud mental. Se concluye que la Psicología desempeña un papel relevante en la asistencia estudiantil, contribuyendo a la acogida, orientación y fortalecimiento de las condiciones de permanencia académica.

Palabras clave: Psicología. Educación Superior. Salud Mental. Estudiantes Universitarios. Asistencia Estudiantil.

INTRODUÇÃO

A crescente preocupação com a saúde mental dos estudantes universitários tem impulsionado a adoção de ações integradas de promoção, prevenção e atendimento no contexto das universidades públicas brasileiras. As políticas de assistência estudiantil, voltadas à criação de condições para permanência e êxito acadêmico, contemplam ações relacionadas à saúde e ao

suporte psicossocial dos estudantes, especialmente diante das vulnerabilidades sociais e emocionais que podem atravessar o percurso acadêmico (GLATZ ETM, et al., 2024; BLEICHER T e OLIVEIRA RCN, 2016). Nesse cenário, destaca-se o papel do psicólogo no contexto educacional e universitário, que envolve ações relacionadas aos processos de ensino-aprendizagem, à adaptação ao ambiente acadêmico, às relações interpessoais e à promoção da saúde mental. Bleicher e Oliveira (2016) ressaltam a necessidade de modelos de atendimento que ultrapassem uma perspectiva exclusivamente assistencial ou curativa, contemplando também ações de prevenção, promoção da saúde e articulação com a rede de atenção. Embora essa função seja fundamental, observa-se que persiste certa dificuldade na comunidade acadêmica quanto à compreensão plena das atribuições e potencialidades da Psicologia nesse campo.

A literatura aponta a necessidade de ampliar as práticas psicológicas na assistência estudantil para além do atendimento individual, incluindo estratégias coletivas, institucionais e preventivas (SILVA LAP e CARNEIRO VT, 2023). Diante disso, o presente relato de experiência tem como objetivo apresentar a atuação psicológica realizada no Setor da Coordenação de Acesso, Permanência e Ações Afirmativas (COAPA) da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), com ênfase nas práticas de acolhimento e acompanhamento psicológico breve oferecidas aos estudantes, assim como nos desafios enfrentados e nas contribuições identificadas ao longo deste trabalho. Essa reflexão é relevante para o fortalecimento das políticas institucionais voltadas à permanência estudantil e à promoção da saúde mental, especialmente no contexto de uma universidade estadual, ressaltando o papel estratégico da Psicologia na construção de ambientes acadêmicos mais inclusivos, acolhedores e atentos às diferentes dimensões que atravessam a experiência universitária.

MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como um relato de experiência, método qualitativo que tem por objetivo descrever e refletir sobre a prática profissional realizada em contexto específico. A experiência ocorreu no Setor da Coordenação de Acesso, Permanência e Ações Afirmativas (COAPA) da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), entre os anos de 2024 e 2026. Os atendimentos focaram no acolhimento e acompanhamento psicológico breve de

estudantes universitários em situação de vulnerabilidade social, emocional e acadêmica. As intervenções foram realizadas presencialmente, com duração de até quatro sessões individuais, utilizando a abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental para promover escuta ativa, identificar demandas e orientar estratégias de enfrentamento. A ética profissional e o sigilo foram rigorosamente observados durante todo o processo. A análise dos desafios e das contribuições decorreu da vivência direta nas atividades, possibilitando uma reflexão crítica sobre a prática e suas implicações para a saúde mental e a permanência acadêmica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esta seção apresenta e analisa os resultados da atuação psicológica desenvolvida no setor de assistência estudantil da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), no período de 2024 a 2026, articulando as experiências observadas nos atendimentos de acolhimento e acompanhamento psicológico breve com a literatura científica acerca da saúde mental, da assistência estudantil e da permanência no ensino superior.

A partir da prática direta nos atendimentos, observou-se que as demandas apresentadas pelos estudantes foram plurais e envolveram diferentes dimensões da experiência universitária. Entre as demandas identificadas, destacaram-se sintomas de ansiedade, dificuldades acadêmicas, estresse relacionado à rotina de estudos, dificuldades de adaptação ao ambiente universitário, vulnerabilidades socioeconômicas e situações de luto. Esses achados sugerem que o sofrimento vivenciado pelos estudantes não pode ser compreendido exclusivamente a partir de características individuais, devendo ser considerado também em relação às condições acadêmicas, sociais e institucionais que atravessam a experiência universitária.

Essa compreensão encontra respaldo na literatura. Sahão e Kienen (2021), em revisão sistemática sobre adaptação e saúde mental de estudantes universitários, identificaram o nível de exigência acadêmica e os relacionamentos interpessoais como importantes dificultadores da adaptação, enquanto a rede de apoio, o fornecimento de informações e a integração acadêmica apareceram como fatores facilitadores. As autoras também identificaram ansiedade, estresse e depressão entre as manifestações relacionadas às dificuldades de adaptação ao ensino superior.

Em relação à ansiedade, os resultados observados nos atendimentos também encontram correspondência na literatura. Bernardelli, et al. (2022), ao investigarem estudantes universitários, identificaram provável ansiedade em parcela expressiva da amostra e

observaram relação entre ansiedade e determinadas habilidades sociais, como a capacidade de pedir ajuda e de interagir em situações sociais. Esses achados contribuem para compreender a recorrência de demandas relacionadas à ansiedade identificadas nos atendimentos realizados na COAPA/UESB.

De maneira semelhante, Fragelli e Fragelli (2021), em revisão de estudos longitudinais, identificaram fatores ambientais, sociais e pessoais associados ao estresse, à ansiedade e à depressão entre estudantes universitários. Os autores destacam que experiências adversas, fragilidade das relações sociais, crenças pessoais e cognições disfuncionais podem estar relacionadas ao sofrimento psíquico nessa população. Nesse sentido, os resultados observados na experiência relatada reforçam a importância de considerar a interação entre fatores individuais e contextuais no acompanhamento psicológico dos estudantes.

A presença de dificuldades acadêmicas e de estresse relacionado à rotina de estudos também encontra respaldo na literatura. Sahão e Kienen (2021) apontam que a adaptação à universidade envolve diferentes demandas, incluindo exigências acadêmicas, construção de relações interpessoais, necessidade de autonomia e desenvolvimento de novos repertórios para lidar com a rotina universitária. Dessa forma, a pressão por desempenho, a sobrecarga acadêmica e as dificuldades de adaptação podem constituir elementos relacionados ao sofrimento psicológico apresentado por estudantes.

Além das demandas emocionais e acadêmicas, foram identificadas situações relacionadas à vulnerabilidade socioeconômica. Esse aspecto é particularmente relevante porque a experiência universitária está relacionada a condições materiais e sociais que podem favorecer ou dificultar a permanência. Andrade e Teixeira (2017), ao analisarem áreas da assistência estudantil, destacam que fatores contextuais, pessoais, relacionais e acadêmicos participam da experiência universitária e discutem a relação entre políticas de apoio, permanência, desempenho acadêmico e desenvolvimento psicossocial.

Nesse sentido, a saúde mental dos estudantes deve ser compreendida a partir de uma perspectiva ampliada, considerando a interação entre fatores psicológicos, sociais, econômicos e institucionais. A assistência estudantil, portanto, não deve ser compreendida exclusivamente como concessão de benefícios materiais, mas como parte de um conjunto de ações destinadas a favorecer condições adequadas para a permanência e o desenvolvimento acadêmico.

Essa perspectiva também é discutida por Glatz, et al. (2024), que analisaram as políticas de assistência estudantil e sua relação com a saúde mental no ambiente universitário. Os autores destacam a importância das políticas institucionais de suporte psicológico e apontam que o atendimento em saúde mental precisa ser compreendido em articulação com as condições sociais e educacionais dos estudantes.

No contexto da experiência desenvolvida na COAPA/UESB, essa perspectiva mostrou-se especialmente relevante, uma vez que as demandas apresentadas pelos estudantes frequentemente ultrapassavam a dimensão exclusivamente psicológica. Em determinadas situações, as necessidades identificadas estavam relacionadas a questões socioeconômicas, acadêmicas ou pedagógicas, exigindo encaminhamento e articulação com outros profissionais da COAPA. Assim, a atuação psicológica não se restringiu ao atendimento individual, mas envolveu também a identificação das necessidades e a construção de estratégias compartilhadas de cuidado.

A articulação multiprofissional, com encaminhamentos para profissionais das áreas do Serviço Social e Pedagogia, mostrou-se importante para responder às demandas específicas e favorecer uma compreensão mais integral das necessidades dos estudantes. Essa prática está alinhada à compreensão de que a permanência universitária envolve múltiplas dimensões e não pode ser assegurada exclusivamente por ações financeiras ou clínicas.

Bleicher e Oliveira (2016) destacam justamente a necessidade de articulação entre as ações de saúde estudantil e a rede de saúde, bem como a importância da ampliação de ações de promoção e prevenção. No mesmo sentido, Silva e Carneiro (2023), ao analisarem a produção sobre a atuação do psicólogo escolar relacionada à permanência estudantil, identificaram a necessidade de ampliar as práticas psicológicas para além de intervenções exclusivamente individuais, incluindo estratégias coletivas, institucionais e políticas.

O modelo de acolhimento e acompanhamento psicológico breve, fundamentado na Terapia Cognitivo-Comportamental, mostrou-se pertinente para o atendimento de demandas pontuais e para a identificação de estratégias de enfrentamento. Durante os atendimentos, foram utilizadas estratégias de psicoeducação, identificação de pensamentos e emoções, orientação para organização da rotina e desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, de acordo com as necessidades apresentadas pelos estudantes.

Entre as estratégias utilizadas, destacou-se a prática de mindfulness ou atenção plena, especialmente diante de demandas relacionadas à ansiedade, dificuldade de concentração e necessidade de maior autorregulação. A utilização de estratégias breves e de fácil aplicação pode ser pertinente em contextos institucionais caracterizados por elevada demanda e necessidade de intervenções focalizadas. Nesse contexto, a escolha das estratégias foi realizada considerando as necessidades apresentadas em cada atendimento e os limites do acompanhamento psicológico breve.

Entretanto, embora o acompanhamento psicológico breve tenha se mostrado pertinente para determinadas situações, a experiência também evidenciou seus limites. Alguns estudantes apresentaram necessidades que ultrapassavam a possibilidade de manejo em um número reduzido de encontros, demandando continuidade do cuidado psicológico ou acompanhamento especializado na rede de saúde. Em algumas situações, observaram-se dificuldades de acesso a serviços externos, ausência de vagas ou resistência do próprio estudante em dar continuidade ao acompanhamento.

Essa limitação merece atenção, uma vez que a continuidade do cuidado constitui elemento importante diante de demandas persistentes ou de maior complexidade. Glatz, et al. (2024) destacam desafios relacionados à implementação e à sustentação das políticas de assistência estudantil em saúde mental, reforçando a necessidade de ações articuladas e institucionalizadas.

7

A literatura também evidencia a necessidade de que os serviços de apoio psicológico universitário sejam articulados a estratégias mais amplas de promoção e prevenção. Bleicher e Oliveira (2016) defendem a construção de modelos de atenção que considerem as especificidades das instituições e dos estudantes, incluindo ações de promoção da saúde, prevenção e articulação com a rede de saúde.

A experiência relatada também evidencia a importância da atuação preventiva e coletiva da Psicologia. Embora o acolhimento individual seja fundamental, a diversidade das demandas observadas indica a possibilidade de ampliar as ações para grupos, rodas de conversa, oficinas, atividades psicoeducativas e intervenções voltadas à promoção da saúde mental. Essa perspectiva é coerente com a necessidade de superar uma atuação restrita ao atendimento individual e fortalecer práticas institucionais, preventivas e coletivas (BLEICHER T e OLIVEIRA RCN, 2016; SILVA LAP e CARNEIRO VT, 2023).

Nesse sentido, a atuação psicológica no contexto da assistência estudantil pode assumir diferentes níveis de intervenção, incluindo acolhimento, acompanhamento breve, prevenção, promoção da saúde mental, identificação de situações de risco, orientação e encaminhamento para outros serviços. Essa multiplicidade de funções exige profissionais capacitados para atuar de maneira ética, contextualizada e articulada com os demais setores da universidade.

Outro aspecto relevante identificado a partir da experiência é a necessidade de que a avaliação das políticas e dos serviços de assistência estudantil incorpore a percepção dos próprios estudantes. Embora os registros institucionais possibilitem identificar quantitativamente atendimentos e demandas, a compreensão sobre a efetividade das ações também depende da análise de como os estudantes vivenciam e significam esses serviços.

A escuta destes pode revelar aspectos que não são necessariamente identificados pelas profissionais ou pelos indicadores institucionais. Nesse sentido, a perspectiva dos próprios estudantes pode contribuir para identificar potencialidades, dificuldades e lacunas na oferta dos serviços, favorecendo o aprimoramento das políticas institucionais.

Dessa forma, a experiência desenvolvida na COAPA/UESB aponta para a necessidade de novas pesquisas que investiguem a percepção dos estudantes acerca da assistência estudantil, da saúde mental e dos serviços psicológicos disponibilizados pela instituição. Estudos dessa natureza podem contribuir para compreender de que maneira os estudantes percebem os serviços oferecidos, quais necessidades permanecem não atendidas e quais estratégias podem ser ampliadas para favorecer a permanência e o bem-estar acadêmico.

CONCLUSÃO

O presente relato evidenciou a relevância da atuação psicológica articulada às políticas de assistência estudantil no contexto universitário, a partir da experiência desenvolvida na COAPA/UESB entre 2024 e 2026. Os atendimentos realizados demonstraram que as demandas apresentadas pelos estudantes são diversas e atravessadas por diferentes dimensões da vida acadêmica e pessoal, incluindo ansiedade, estresse, dificuldades acadêmicas e de adaptação, vulnerabilidades socioeconômicas e situações de luto. Esses achados reforçam a compreensão de que a saúde mental no ensino superior não deve ser analisada de forma isolada, mas considerando as condições sociais, econômicas, acadêmicas e institucionais que participam da trajetória universitária. O acolhimento e o acompanhamento psicológico breve mostraram-se

estratégias importantes para a escuta qualificada, identificação das necessidades e oferta de intervenções diante de demandas pontuais. A utilização de estratégias fundamentadas na Terapia Cognitivo-Comportamental, incluindo psicoeducação, técnicas de enfrentamento, organização da rotina e práticas de atenção plena, possibilitou abordar aspectos relacionados à ansiedade, concentração e autorregulação. Entretanto, a experiência também evidenciou que o acompanhamento breve apresenta limites diante de demandas persistentes ou de maior complexidade. Nessas situações, torna-se necessária a continuidade do cuidado por meio de serviços especializados e da articulação com a rede de saúde e assistência social. As dificuldades de acesso aos serviços externos observadas durante a experiência reforçam a necessidade de fortalecimento dos fluxos de encaminhamento e da articulação entre os serviços institucionais e a rede de atenção. Os resultados também reforçam que a assistência estudantil não deve ser compreendida exclusivamente como oferta de benefícios materiais, mas como parte de uma política mais ampla de promoção de condições para a permanência e o desenvolvimento acadêmico. As vulnerabilidades socioeconômicas identificadas nos atendimentos demonstram que as condições materiais de vida podem se relacionar às experiências acadêmicas e ao sofrimento psíquico, demandando respostas institucionais que considerem o estudante em sua integralidade. A experiência destacou, ainda, a importância da atuação multiprofissional e intersetorial. Os encaminhamentos e a articulação com profissionais das áreas de assistência social e pedagogia possibilitaram o atendimento de demandas que ultrapassavam o campo exclusivamente psicológico, favorecendo uma compreensão ampliada das necessidades dos estudantes. Dessa forma, o fortalecimento dos fluxos entre os diferentes setores da universidade e a articulação com a rede externa constituem elementos importantes para favorecer a continuidade e a integralidade do cuidado. Apesar das contribuições observadas, permanecem desafios relacionados à ampliação dos serviços, à disponibilidade de recursos, à continuidade do acompanhamento e à necessidade de capacitação permanente das equipes. Nesse contexto, recomenda-se o fortalecimento das equipes multiprofissionais e a ampliação de estratégias preventivas e coletivas de promoção da saúde mental, de modo complementar aos atendimentos individuais. Ações de caráter psicoeducativo, grupos, rodas de conversa, oficinas e outras intervenções institucionais podem contribuir para ampliar o alcance da Psicologia e responder preventivamente às demandas da comunidade acadêmica. Tal ampliação não implica a substituição do atendimento individual, mas sua articulação com estratégias coletivas e

institucionais capazes de alcançar diferentes necessidades e públicos. Por fim, o relato reafirma a relevância da Psicologia no âmbito da assistência estudantil, não apenas como espaço de acolhimento diante do sofrimento psíquico, mas também como campo de promoção da saúde mental, prevenção, orientação, encaminhamento e articulação institucional. A experiência na COAPA/UESB demonstra que a atuação psicológica pode contribuir para o fortalecimento das condições de permanência universitária ao reconhecer a complexidade das experiências estudantis e favorecer respostas articuladas às diferentes necessidades identificadas. Como desdobramento dessa experiência, destaca-se a necessidade de ampliar a produção científica sobre a relação entre assistência estudantil, saúde mental e permanência no ensino superior, especialmente a partir da perspectiva dos próprios estudantes. Recomenda-se a realização de estudos que investiguem como os estudantes percebem e significam a política de assistência estudantil, de que maneira os serviços ofertados repercutem em suas trajetórias acadêmicas e como avaliam as ações de cuidado psicológico disponibilizadas pela instituição. A escuta desses sujeitos poderá contribuir para identificar potencialidades, limites e lacunas das políticas e dos serviços existentes, subsidiando seu aprimoramento e favorecendo a construção de estratégias mais coerentes com as necessidades da comunidade universitária.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE AMJ, TEIXEIRA MAP. Áreas da política de assistência estudantil: relação com desempenho acadêmico, permanência e desenvolvimento psicossocial de universitários. Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior, 2017; 22(2): 512-528.
- BERNARDELLI LV, et al. A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior, 2022; 27(1): 49-67.
- BLEICHER T, OLIVEIRA RCN. Políticas de assistência estudantil em saúde nos institutos e universidades federais. Psicologia Escolar e Educacional, 2016; 20(3): 543-549.
- FRAGELLI TBO, FRAGELLI RR. Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão?. Revista Docência do Ensino Superior, 2021; 11: 1-21.
- GLATZ ETM, et al. As políticas de assistência estudantil e a saúde mental como seguridade social dentro do ambiente universitário. Educação em Análise, 2024; 9(3): 863-886.
- OLIVEIRA RA, et al. Assistência estudantil e promoção da saúde mental nas universidades federais brasileiras: uma revisão integrativa. Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior, 2025; 30.

SAHÃO FT, KIENEN N. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*, 2021; 25: e224238.

SILVA LAP, CARNEIRO VT. Democratização do acesso ao ensino superior e a permanência estudantil: o que vem sendo feito pelo psicólogo escolar? *Interação em Psicologia*, 2023; 27(2).