

ADESÃO À PSICOTERAPIA ENTRE OS ALUNOS DE PSICOLOGIA DOS SEGUNDO E QUARTO SEMESTRE DA UFMS

ADESÃO À PSICOTERAPIA ENTRE OS ALUNOS DE PSICOLOGIA DOS SEGUNDO E QUARTO SEMESTRE DA UFMS

Allison Pereira, Amanda Maciel, Bárbara Yoshicava,
Gabrielle Luciano, Izabelle Matias, Kayla Sato,
Vitória dos Santos, Cássio Pinho dos Reis¹

RESUMO: A presente pesquisa consiste em identificar o nível de adesão à psicoterapia entre os alunos de Psicologia do segundo e quarto semestres da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Cidade Universitária. Por meio de 3 hipóteses envolvendo questões como a sobrecarga causada pela vida acadêmica e os fatores que levam indivíduos a praticarem ou não a psicoterapia, esse trabalho visa determinar principalmente se há a predominância da adesão ao acompanhamento psicológico pelos universitários. A população é de aproximadamente 100 alunos, divididos entre o segundo e o quarto semestres do curso de Psicologia, com uma amostragem realizada de 50 participantes. A pesquisa é categorizada como de levantamento, com finalidade descritiva, de método intuitivo e de natureza básica pura. Os resultados estão representados em figuras e tabelas. A partir do teste de hipóteses foi possível refutar a hipótese 1 e comprovar a hipótese 2, e a partir do estudo da moda a hipótese 3 foi analisada. Dessa forma, a pesquisa se mostra relevante ao salientar as possíveis situações que causam adoecimento psíquico nos estudantes e a necessidade de mais estudos sobre a temática.

Palavras-chave: psicoterapia; alunos; psicologia.

ABSTRACT: The present research consists of identifying the level of adherence to psychotherapy among Psychology students in the second and fourth semesters of the Federal University of Mato Grosso do Sul - University City. Through 3 hypotheses involving issues such as the overload caused by academic life and the factors that lead individuals to practice psychotherapy or not, this work aims to determine mainly whether there is a predominance of adherence to psychological counseling by university students. The population is approximately 100 students, divided between the second and fourth semesters of the Psychology course, with a sample of 50 participants. The research carried out through Google Forms is categorized as a survey, with a descriptive purpose, of an intuitive method and of a pure basic nature. The results are represented in graphs and tables. From the hypothesis test, it was possible to refute hypothesis 1 and prove hypothesis 2, and from the study of fashion, hypothesis 3 was analyzed. In this way, the research is relevant in highlighting the possible situations that cause psychic illness in students and the need for more studies on the subject.

Key-words: psychotherapy; students; psychology.

¹ Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS) - E-mail: cassio.reis@ufms.br.

INTRODUÇÃO

Muitos autores têm identificado a importância da psicoterapia durante o período de graduação, como se pode ver em Luque *et al.* (2021). Isso se deve muito por conta que a graduação é um período de muita pressão e dúvidas, além de que muitos graduandos tiveram que realizar a escolha do futuro em um período muito curto de tempo, podendo assim ocasionar danos psicológicos se a pessoa não tiver inteligência emocional, logo após o ensino médio (KINDELBERGER, 2020).

Ingressar no ensino superior exige do discente saber lidar com diversas situações relacionadas à vida acadêmica, relacionamentos interpessoais, expectativas em relação ao futuro profissional, e até à adaptação a novos contextos, como se pode ver em Souza *et al.* (2020).

Tal situação ajuda a explicar o fato da problemática do estresse e da ansiedade entre universitários ser um tema frequentemente abordado por estudiosos da área (Agolla & Ongori, 2009; Baldassin, Martins, & Andrade, 2006; Bonifácio, Barbosa, Montesano, & Padovani, 2011; Lyra, Nakai, & Marques, 2010; Moreira & Furegato, 2013; Osse & Costa, 2011)

Identificar um possível dano em alunos de graduação de psicologia, se mostra um desafio. A principal ferramenta de trabalho do psicólogo é ele mesmo, e da mesma forma como uma ferramenta tem que estar afiada para o marceneiro fazer um corte bem preciso e realizar seu trabalho da melhor maneira, nós também, em nosso trabalho, temos que estar bem “afiados”. Para que isso ocorra precisamos investir em nós mesmos, e a forma desse investimento se dá por meio da psicoterapia pessoal. Dessa forma, entende-se que seria necessária a prática da psicoterapia por psicólogos, se mostrando interessante desde o momento de sua entrada no curso de graduação.

Como Emilia Trigueiro *et al.* (2021) demonstrou em sua pesquisa, 8,52% dos estudantes de Psicologia de sua amostra apresentam sintomas graves de depressão, e 22,72%

apresentam sintomas moderados. Já sobre ansiedade, 34,28% apresentam sintomas graves e 21,14% sintomas moderados. Dessa forma, ao considerar os dados fornecidos, é possível compreender a importância da psicoterapia para os alunos de Psicologia.

Visando a compreensão da temática estruturada, o presente projeto de pesquisa tem como principal problematização a seguinte questão: há predominância de adesão à psicoterapia por acadêmicos de Psicologia? Por conta disso, o objetivo deste estudo é verificar o nível de adesão à psicoterapia entre os estudantes do curso de Psicologia da UFMS de Campo Grande; identificar o porquê da possível ocorrência de predominância; averiguar se há influência da dificuldade da vida acadêmica sobre a busca por psicoterapia; frisar a importância da psicoterapia no contexto do ensino superior para alunos de graduação em Psicologia.

O tema acerca da adesão à psicoterapia por acadêmicos foi determinado ao ser considerada a importância de identificar quantos alunos procuram ajuda psicoterápica para facilitar sua adaptação aos problemas propostos pelo dia a dia na universidade e pela sua futura profissão.

Os procedimentos relatados são referentes aos tratamentos psicológicos utilizados para a estruturação e melhora da qualidade da saúde mental. Segundo Almeida Filho (1999), a premissa é de uma estabilidade e um processo de ajustamento às transformações vivenciadas pelo sujeito, em que há um bem-estar social, interno e dinâmico.

Lantyer et al (2016) mostra uma preocupação para problemas psicológicos em estudantes universitários. De maneira geral, estes estudos indicam que estudantes universitários, e em particular estudantes da área da saúde, apresentam altos níveis de estresse e ansiedade.

A pesquisa é importante ao considerarmos o quanto a prática da psicoterapia pode impactar o dia a dia e bem-estar emocional dos alunos, bem como em sua capacitação

profissional no futuro. A vida universitária é repleta de responsabilidades recentemente somadas ao cotidiano do graduando, e requer cuidados especiais e alta capacidade de adaptação e planejamento. Ademais, o curso de Psicologia trata sobre assuntos muitas vezes delicados e complexos de lidar, e deposita sobre o aluno a futura responsabilidade de tratar corretamente as emoções dos seus pacientes/ clientes, agravando a pressão já causada pela universidade.

Dessa forma, foram formuladas 3 hipóteses: 60% dos alunos de psicologia do primeiro e segundo ano fazem ou já fizeram psicoterapia (H1); mais de 50% dos alunos se sentem muito sobrecarregados em período de provas (H2); e dentre os alunos que não fazem psicoterapia, a falta de tempo é o fator predominante (H3).

A contribuição dessa pesquisa se dá ao demonstrar a relevância do apoio psicológico às instituições de ensino superior para prevenir a debilitação da saúde mental de seus profissionais em formação. Dessa forma, sua notoriedade é a de uma exposição da validação e da necessidade da psicoterapia no ambiente acadêmico.

MÉTODO

A presente pesquisa se classifica como um levantamento com a finalidade descritiva, em que foi estabelecido o método indutivo e uma natureza básica pura, para discorrer sobre a adesão à psicoterapia entre os universitários de Psicologia do segundo e quarto semestres da UFMS (Universidade Federal de Mato Grosso do Sul). Para o desenvolvimento do objetivo central, o qual busca identificar se há ou não a predominância de adesão à prática da psicoterapia entre esses estudantes, as perguntas utilizadas no desenvolvimento da pesquisa possuem um caráter qualitativo e quantitativo.

Ademais, a população do estudo é constituída por acadêmicos do curso de Psicologia do segundo e quarto semestre da UFMS - Cidade Universitária (campus de Campo Grande),

classificado como pertencente à grade da faculdade de Ciências Humanas. A quantidade de participantes estimada seria de 100 pessoas, considerando que a cada ano são convocados 50 alunos para o curso requerido. A amostra total da pesquisa foi de 50 participantes, com a atribuição de um erro amostral de 10% para as respostas que serão apresentadas. Vale salientar, que essa amostra se classifica como sendo não-probabilística por conveniência, devido ao acesso com maior facilidade a alguns participantes.

Para a efetivação dos objetivos e coleta de dados, os participantes foram submetidos a um questionário, que foi desenvolvido por meio da ferramenta Google Forms e disponibilizado o link do formulário para a amostra. As perguntas possuíam o caráter qualitativo e quantitativo, a fim de identificar a adesão ou não à psicoterapia dos acadêmicos de Psicologia e as perspectivas em relação a prática e a graduação. Tal pesquisa considerou o anonimato dos participantes.

Dessa forma, a elaboração do questionário para a pesquisa se deu pela composição de perguntas de múltipla escolha e escore, no qual a primeira e a segunda pergunta tinham como objetivo identificar o gênero e o semestre (segundo ou quarto) do participante. Em seguida, havia a questão sobre a prática da psicoterapia, se o acadêmico já havia realizado, realizava ou nunca havia realizado e o possível motivo para a não realização da prática como, “questões financeiras, falta de tempo, não acredita ser necessário e outro”, com a alternativa de expressar sua justificativa pessoal. Ademais, foi classificado um escore de 1 a 5, em que 1 correspondia a “discordo totalmente” e 5 como “concordo totalmente” para a avaliação das seguintes frases e pergunta: “a prática de psicoterapia é pertinente a minha formação acadêmica”; “a prática da psicoterapia impacta positivamente no meu desempenho e relações acadêmicas” e “você já se sentiu sobrecarregado em relação às demandas do curso, como em semanas de provas ou finais de semestres?”.

Após atingir o limite de respostas estabelecido para o questionário, a tabulação das informações coletadas para a análise e interpretação dos resultados foi realizada por meio de gráficos de coluna e de setores para a exposição de dados absolutos e proporcionalidade. Ademais, utilizou-se o teste de hipótese, metodologia estatística em que possibilita por meio de informações obtidas por uma amostra, verificar se há sustentação da hipótese nula ou alternativa formuladas para se estabelecer à população, para as seguintes hipóteses: “60% dos alunos de psicologia do primeiro e segundo ano fazem ou já fizeram psicoterapia” e “ mais de 50% dos alunos se sentem muito sobrecarregados em período de provas”. Outrossim, a moda, medida de tendência central que consiste no valor observado com mais frequência em um conjunto de dados, será adaptada para a pesquisa, empregando-a para a análise de dados da pergunta sobre os motivos para a não realização da prática psicoterápica.

RESULTADOS

Os dados coletados foram tabulados e os seguintes resultados obtidos serão apresentados em forma de tabelas e figuras. A Figura 1 apresenta o índice de adesão à psicoterapia por alunos de psicologia do 1º e 2º ano da UFMS. Da amostra final de 50 alunos, 20 já fizeram psicoterapia, 19 ainda fazem e 11 nunca fizeram.

Souza et al. (2020), mostra que a partir da necessidade de promoção da saúde e prevenção de doenças no público universitário, somado à demanda observada por meio das ações de acolhimento estudantil na universidade em estudo, apontam para uma necessidade de que muitos de seus alunos pudessem ter acesso a algum tipo de atendimento psicológico. Dessa forma, após essa demanda, foi criado o Centro de Psicologia da Saúde, com o objetivo de realizar ações voltadas ao acolhimento e à promoção de saúde mental junto a esse público.

A Figura 2 apresenta os principais motivos para a não adesão à psicoterapia entre os alunos do 1º e 2º ano de psicologia da UFMS. Dentre os 32 alunos que não fazem

psicoterapia, 19 colocaram como motivo questões financeiras, 10 a falta de tempo e 1 não vê necessidade.

Em estudo similar, Luque et al (2022), observaram que os acadêmicos notam a importância da psicoterapia na graduação de psicologia como complementar com as teorias em sala de aula e a prática nos estágios. Dentre os estudantes que não fazem, nunca fizeram, ou pararam de fazer terapia, os motivos foram os socioeconômicos, associados com a falta de tempo, sendo uma hipótese de que esses últimos estudam e trabalham. Aos que realizam a terapia, verificou-se que esses consideram essencial para o autoconhecimento e adquirir habilidades, tanto sociais como técnicas na formação, sendo um aliado importante na preservação da saúde mental.

A Figura 3 apresenta o nível de concordância com as 3 assertivas delimitadas no questionário, que adotam nível de concordância de 1 a 5, sendo 1 discordo totalmente e 5 concordo totalmente. A P1 diz respeito a acharem ou não pertinente a prática de psicoterapia durante a formação acadêmica. Dentre os 50 alunos, 6 discordam totalmente, 5 concordam parcialmente, 1 se sente indiferente, 6 concordam parcialmente e 32 disseram concordar totalmente.

A P2 se refere aos alunos já terem se sentido sobrecarregados com as demandas do curso. Nenhum dos alunos discordaram desta pergunta, 8 se sentem indiferentes, 16 concordam parcialmente e 26 disseram concordar totalmente. Trigueiro et al (2021) apontaram a presença de sofrimento psíquico entre os estudantes de Psicologia, com níveis moderados e graves de sintomas de ansiedade e depressão. Estudantes do sexo feminino, que consomem álcool pelo menos uma vez por semana, e que fazer uso de medicação foram os mais afetados.

A P3 mostra se a prática da psicoterapia impacta positivamente no desempenho e nas relações acadêmicas. Dentre os alunos, 3 discordam totalmente, 2 discordam parcialmente, 10

se sentem indiferentes, 12 concordam parcialmente e 23 disseram concordar totalmente. Um estudo feito por Mesquita *et al.* (2016), com 251 estudantes da área da saúde (Biomedicina, Educação Física, Enfermagem e Farmácia), mostrou que a tendência a depressão esteve presente em 41% dos universitários, sendo que 28% apresentam tendência a depressão do tipo leve, e esta foi mais presente no curso de enfermagem (55%). A pesquisa também revelou que 15% dos estudantes universitários já foram diagnosticados com depressão, destes 10% necessitaram de tratamento, sendo que atualmente 2% ainda permanecem se tratando. O histórico desse diagnóstico foi mais expressivo entre os estudantes de enfermagem (24%).

Por meio de 2 testes de hipótese binomial de uma proporção para verificar H1 e H2. Com nível de significância de 0,05(5%), pode-se observar que realmente, mais de 60% dos alunos faz ou já fizeram psicoterapia durante a graduação, na Tabela 2, pode-se verificar que mais de 50% dos alunos se sentem muito sobrecarregados em período de provas. As Tabelas 1 e 2 apresentam esses resultados.

Lopes (2019), analisou 102 estudantes de Psicologia, e verificou que 27,4% deles apresentava sintomas graves de ansiedade, e que quanto maiores os níveis de ansiedade, maior interferência no desempenho acadêmico. Resultado parecido com a de Medeiros e Bitencourt (2017) com estudantes universitários de diversos cursos revelou a presença de ansiedade em quase metade na população pesquisada, com um índice mais elevado de ansiedade entre as mulheres, que apresentaram ansiedade leve - 28,8% da amostra, ansiedade moderada - 9,6% e ansiedade severa - 2,7%. Bezerra, Siquara e Abreu (2018) com estudantes de psicologia da cidade de Salvador encontrou um percentual de 42% dos estudantes com níveis graves de sintomas de ansiedade e 9% com níveis graves de sintomas de depressão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo investigar a “Adesão à psicoterapia entre os alunos de psicologia dos segundo e quarto semestres da UFMS”. O autor Freitas (2008) considera a psicoterapia pessoal como fator de extrema relevância na constituição da competência profissional do psicólogo, tendo em vista os resultados apresentados, é possível concluir que existe uma predominância tanto na prática da psicoterapia entre os acadêmicos quanto no achar essa prática pertinente durante sua formação.

Além disso, as instituições de ensino e o local de trabalho não possuem um enfoque aprofundado da saúde mental desses sujeitos, podendo gerar consequências negativas no âmbito pessoal e do trabalho. Como a profissão de psicólogo demanda uma relação direta entre o paciente e o indivíduo que irá atendê-lo, necessita-se de um cuidado e promoção da saúde mental, começando em sua formação e prosseguindo em sua profissão, em busca de uma relação ética e competente, resultando dessa maneira em um atendimento com maior probabilidade de ser adequado e efetivo.

Nesse sentido, a verificação da adesão à psicoterapia por acadêmicos é relevante ao criar um campo de estudo para possíveis pesquisas e aprofundamentos relacionados à saúde mental e os possíveis cenários de adoecimentos desses estudantes que ingressarão neste campo de trabalho.

REFERÊNCIAS

- Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students: The case of University of Botswana. *Educational Research and Review*, 4(2), 63-70.
- Baldassin, S. P., Martins, L. C., & Andrade, A. G. (2006). Traços de ansiedade entre estudantes de medicina. *Arquivos médicos do ABC*, 31(1), 27-31.
- Bezerra, M. L. O., Siquara, G. M. & Abreu, J. N. S. (2018). Relação entre os pensamentos ruminativos e índices de ansiedade em estudantes de psicologia. *Rev Psi Divers Saúde. Salvador*: 7(2), 235-244.
- Bonifácio, S. P., Silva, R. C. B., Montesano, F. T., & Padovani, R. C. (2011). Investigação e manejo de eventos estressores entre estudantes de psicologia. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 7(1), 15-20.
- Filho, N. A., Coelho, M. T. Á. & Peres, M. F. T. (1999) O conceito de saúde mental. *Revista USP*, [S. l.], 5, 100-125. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revusp/article/view/28481>. Acesso em: 3 nov. 2022.
- Freitas, F. A. (2008). Diferentes perspectivas diante da conduta do estagiário em Psicologia no contexto clínico. *Psicol. teor. prat.*, 10(2), 31-43. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872008000200003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 09 fev. 2023.
- Kindelberger, C., Safont-Mottay, C, Lannegrand-Willems, L & Galharret, J. M. (2020) Searching for autonomy before the transition to higher education: how do identity and self-determined academic motivation co-evolve? *J Youth Adolesc.* 49, 881–894. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-019-01137-5>. Acesso em 09 fev. 2023.
- Lantyer, A.S., Varanda, C.C., Souza, F.G.D., Padovani, R.D.C. & Viana, M.D.B. Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção (2016). *Rev Bras Ter Comport Cogn.* 18(2), 4-19. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/309385121_Ansiedade_e_Qualidade_de_Vida_entre_Estudantes_Universitarios_Ingressantes_Avaliacao_e_Intervencao. Acesso em 09 fev. 2023.
- Lyra, C. S., Nakai, L. S., & Marques, A. P. (2010). Eficácia da aromaterapia na redução de níveis de estresse e ansiedade em alunos de graduação da área da saúde: estudo preliminar. *Fisioterapia e Pesquisa*, 17(1), 13-7.
- Lopes, J. M., Oliveira, E. B., Silva, R. E., Nóbrega, N. K. B. & Fermoseli, A. F. O. (2019). Ansiedade versus desempenho acadêmico: uma análise entre estudantes universitários. *Ciências Biológicas e de Saúde Unit.* 5(2): 137-150.
- Luque, S. O. D., Marchetto, D. B. & Barreto, D. D. (2022). A Importância da Psicoterapia Durante a Graduação. *Rev Enfermagem e Saúde Coletiva*, 7(1) 101-112. Disponível em: <http://revesc.org/index.php/revesc/article/view/125/134>. Acesso em 09 fev. 2023.
- Medeiros, P. P. & Bittencourt, F. O. (2017). Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. *Rev Id on Line.* 10(33).

Mesquita, A. M., Lemes, A. G., Carrijo, M. V. N., Moura, A. A. M., Couto, D. S. & Rocha, E. M. (2016). Depressão entre estudantes de cursos da área da saúde de uma universidade em mato grosso. *Journal Health NPEPS*, 1(2):218-230.

Moreira, D. P., & Furegato, A. R. F. (2013). Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 21(8), 155-162.

Osse, C. M. C., & Costa, I. I. (2011). Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. *Estudos de Psicologia*, 28(1), 115-122.

Souza, D. C., Rossato, L., Cunha, V. F., Oliveira, P. P. C., Campos, S. O. & Scorsolini-Comin, F. (2020). Saúde mental na universidade: relato de um serviço de psicoterapia para estudantes de enfermagem. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 1, 648-657. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497964427022>. Acesso em 09 fev. 2023.

Trigueiro, E. S. O., Teixeira, M. N. S., Silva, J. M. F. L., Peixoto, C. O. B., Coêlho, I. P., Balena, K. M., Santos, L. F., Gomes, M. E. C. & Bezerra, Y. M. (2021). Índices de depressão e ansiedade em estudantes de psicologia: um estudo exploratório. *Research, Society and Development*, 10(3), e3310312897. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/12897/11693/170389#:~:text=Nos%20resultados%2C%20observou%2Dse%20que,sintomas%20mais%20prevalentes%20nas%20mulheres>. Acesso em 03 nov. 2022.

TABELASTabela 1 - *Adesão à psicoterapia*

Categorias	Alunos (n=50)	P-valor
Faz ou já fizeram psicoterapia	78%	0,0094
Não faz psicoterapia	22%	

Fonte: elaborado pelos autores

Tabela 2 - *Nível de concordância com a assertiva 1 do questionário*

Categorias	Alunos (n=50)	P-valor
escore 3	8%	0,389
escore 4	16%	
escore 5	52%	

Fonte: elaborado pelos autores

*escores 1 e 2 obtiveram 0% de resposta

FIGURAS

Figura 1 - *Índice de adesão à psicoterapia*



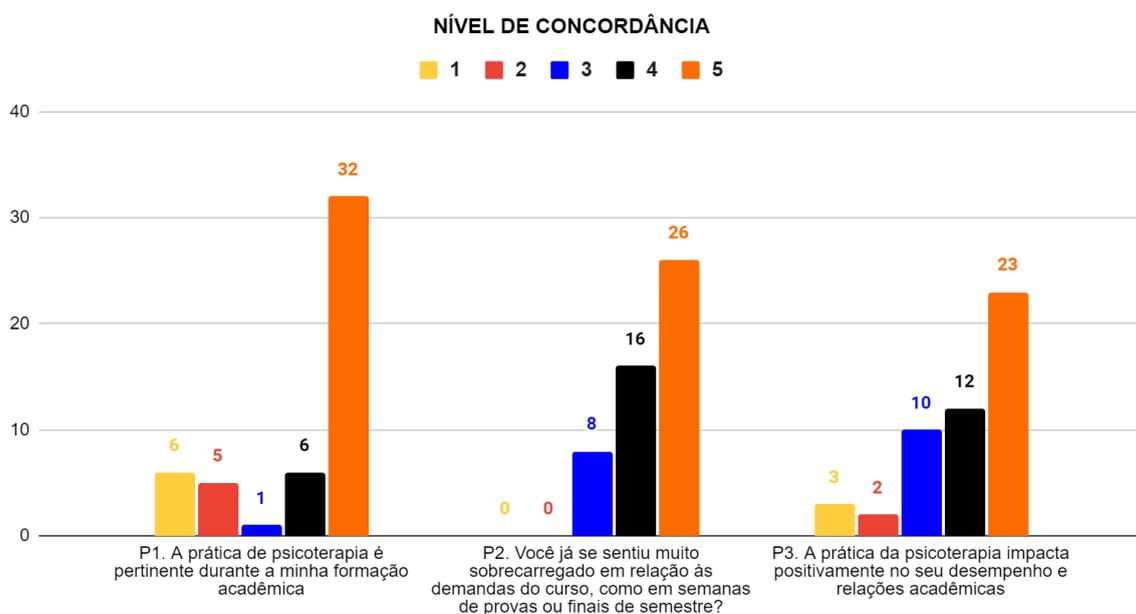
Fonte: elaborado pelos autores

Figura 2 - *Motivos para não adesão à psicoterapia*



Fonte: elaborado pelos autores

Figura 3 - *Nível de concordância com as assertivas*



Fonte: elaborado pelos autores