

PROJETO CORAÇÃO DE ESTUDANTE: ENCONTROS SOBRE A VIDA UNIVERSITÁRIA

Matheus Alves de Lima ¹
Alexsandra Maria Sousa Silva ²
Francisco Romulo Alves Diniz ³

RESUMO

Este trabalho aborda a experiência com um projeto de intervenção cujo tema central é a saúde mental de estudantes universitários, a partir das contribuições da Psicologia e da Pedagogia. O objetivo é proporcionar espaços em que os estudantes universitários possam refletir sobre estratégias de cuidado e promoção de saúde mental. A metodologia utilizada foi dialógica, onde foi proposto um grupo chamado “Coração de Estudante”, com vistas à tratar temáticas que atravessam o campo da saúde mental, voltada especificamente para a realidade dos estudantes universitários. Ressalta-se ainda a importância do sigilo para com as informações, o cuidado em acolher e atender o estudante, de maneira ética e comprometida. O primeiro encontro realizado pelo projeto Coração de Estudante culminou em um momento de muito aprendizado e acolhimento, com o compartilhamento de vivências por parte dos discentes da instituição de ensino superior Universidade Estadual Vale do Acaraú (UEVA), foram discutidos situações vividas por universitários e como tais situações os afetam psicologicamente, na vida dentro e fora da universidade, resultando em um local de escuta, onde os discentes puderam compartilhar suas opiniões acerca de como se sentem em ambiente universitário. Com isso, esperamos divulgar e reforçar a importância da sociedade em olhar para essa realidade e propor ações que possam favorecer a redução dos índices de adoecimento, sofrimento e evasão dos estudantes na universidade. Reitera-se a contribuição das ciências psicológicas e pedagógica em criar espaços de fala e expressão de sentimentos, como forma de promover estratégias de suporte psicológico, pedagógico e emocional ao estudante universitário.

Palavras-chave: Saúde mental, Psicologia, Pedagogia.

INTRODUÇÃO

O “Coração de Estudante” constitui uma iniciativa conjunta da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis (PRAE) e do Núcleo de Apoio Psicopedagógico, Inclusão e Saúde (NAPIS) da UVA. Seu objetivo central é monitorar, oferecer escuta ativa e proporcionar

¹Graduando do Curso de Pedagogia, da Universidade Estadual do Vale do Acaraú (UEVA), em Sobral-Ce. matheusalves.lima674@gmail.com;

² Docente do Curso de Pedagogia, da Universidade Estadual do Vale do Acaraú (UEVA), em Sobral-Ce, alexandra_silva@uvanet.br;

³ Docente do Curso de Pedagogia, da Universidade Estadual do Vale do Acaraú (UEVA), em Sobral-Ce, romulo_diniz@uvanet.br;



um canal de expressão aos acadêmicos da instituição, valorizando e respeitando suas vivências e percepções sobre a vida universitária.

Por meio do “Coração de Estudante”, foram iniciadas diversas discussões sobre a realidade dos estudantes universitários da instituição. Os participantes do projeto, formados por acadêmicos dos mais variados cursos oferecidos pela UVA, demonstraram receptividade para debater dificuldades, experiências e a influência das exigências universitárias em seu cotidiano.

Com isso, é certo que implementar práticas e espaços que promovam a saúde mental no ensino superior caracteriza-se como uma ação necessária, que contribui para o conforto da comunidade acadêmica em expressar suas felicidades e infelicidades acerca da vivência universitária e a forma como esta experiência afeta diretamente seu psicológico.

Em suma, o projeto busca oferecer amparo e apoio aos estudantes da UVA. Espera-se que, com o apoio, os discentes não se sintam receosos em compartilhar suas opiniões referentes à instituição. Ao praticarem tal ato, os estudantes contribuem ativamente para o desenvolvimento do ambiente universitário e, em colaboração com a instituição, para o crescimento desta.

Por fim, o objetivo deste trabalho se firma em compartilhar experiências sobre espaços de cuidado com a saúde mental de estudantes universitários.

METODOLOGIA

A metodologia do projeto “Coração de Estudante” estruturou-se na adoção de rodas de conversa e em interações de cunho psicopedagógico. Tais ferramentas foram utilizadas com o propósito de promover um ambiente acolhedor, fomentando o sentimento de pertencimento entre os acadêmicos participantes. Este ambiente favoreceu o conforto dos estudantes para o compartilhamento de suas dificuldades inerentes às vivências universitárias.

Os encontros do projeto foram realizados com periodicidade semestral. O intervalo entre os encontros foi intencional, pois permitiu abordar e debater os eventos e as experiências vivenciadas pelos universitários no período. O espaçamento temporal permitiu incentivar a retrospectiva e a reflexão crítica sobre os acontecimentos que compuseram a trajetória acadêmica naquele intervalo.



O projeto adota atividades de cunho psicopedagógico, o que se justifica pelo foco na totalidade do indivíduo. A Psicopedagogia é uma área do conhecimento que articula a Psicologia e a Pedagogia, tendo como objeto de estudo a aprendizagem humana em sua integralidade (Cavalcante et al., 2020). No ensino superior, a intervenção psicopedagógica é essencial para lidar não apenas com as dificuldades de aprendizagem em sentido estrito, mas também com os fatores socioemocionais e as dificuldades da vivência acadêmica que, ao interferirem nesse processo, comprometem o rendimento educacional do estudante.

A escolha pela metodologia das rodas de conversa e a busca pela participação ativa e não-julgadora encontram um profundo alinhamento teórico na Pedagogia do Oprimido de Paulo Freire (1987). Segundo o autor, a dialogicidade é a essência da educação enquanto prática da liberdade. O projeto, ao incentivar a livre expressão e o debate de vivências universitárias, rompe com o modelo da "educação bancária" - em que o saber é depositado nos alunos - e adota uma perspectiva que se alinha à educação problematizadora.

Nesta perspectiva, os estudantes são convocados à ação, na qual, conforme Freire (1987, p. 79), "ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, os homens se educam entre si, mediatizados pelo mundo". As rodas de conversa, ao discutirem os desafios da vida acadêmica, funcionam como um círculo de cultura no qual os temas geradores (as vivências) são trazidos ao centro da discussão para uma significação conscientizadora. Por meio da reflexão e do diálogo, o estudante passa de objeto passivo do sistema a sujeito de seu pensar e de sua própria visão de mundo.

REFERENCIAL TEÓRICO

O projeto "Coração de Estudante" está inserido no debate contemporâneo sobre a saúde mental do estudante universitário, uma temática central em função do elevado índice de estresse, ansiedade e depressão que permeia o cotidiano acadêmico. O ambiente da educação superior, embora seja um polo de desenvolvimento e formação, pode, em muitos casos, ser um fator de adoecimento (Rodrigues & Souza, 2021), impactando na qualidade de vida e no desempenho acadêmico dos discentes.

Neste contexto, a iniciativa da UVA atua diretamente na promoção do Suporte Social. Pesquisas apontam que a diminuição do suporte social percebido pelo aluno está associada a uma maior probabilidade de manifestação de sentimentos depressivos (Silva



Dessa forma, o acolhimento e o apoio nessas redes de relacionamento são elementos cruciais para a satisfação com a vida e para promoção de saúde mental. O projeto, ao fornecer um espaço de amparo e apoio, constituiu-se como uma fonte de suporte institucional e social que fortaleceu o estudante no enfrentamento das dificuldades e do sofrimento psíquico.

Nesse sentido, o impacto do projeto na instituição foi notável, visto que, por meio de sua implementação, foi possível promover uma participação discente significativa, sobretudo no que concerne às vivências resultantes do cotidiano universitário, o que propiciou aos estudantes liberdade para expressar suas frustrações e opiniões sobre o impacto dessa rotina.

Com isso, o objetivo do projeto de promover o desenvolvimento conjunto e participativo da instituição e da comunidade acadêmica materializa o pensamento freireano. A grande tarefa humanista dos oprimidos é lutar pela recuperação da humanidade, onde a liderança (instituição) e o povo (estudantes) "criam juntos as pautas para sua ação" (Freire, 1987, p. 113).

O resultado dessa participação ativa é, por fim, a concretização da práxis - a união entre reflexão e ação - essencial para a transformação progressiva do ambiente universitário.



RESULTADOS E DISCUSSÃO

A realização do projeto “Coração de Estudante” evidenciou um resultado primário de empoderamento discente, manifestado pela maior liberdade dos estudantes em se expressar abertamente sobre o impacto da rotina acadêmica em suas vidas diárias. Observou-se que os participantes passaram a discutir ativamente a forma como as exigências e pressões do cotidiano universitário afetam seu bem-estar psicológico e, consequentemente, seu rendimento acadêmico.

Essa resposta dos estudantes confirma o papel do projeto como uma fonte de Suporte Social Institucional (Silva & Ximenes, 2022). Ao se sentirem acolhidos e não-julgados, os participantes percebem a universidade como parte de sua rede de apoio, mitigando o risco de sofrimento psíquico.

Os encontros, mantidos em intervalos semestrais, demonstraram ter relevância significativa para a comunidade universitária da UVA. Os estudantes exerceram ativamente seu protagonismo e voz, transformando esses momentos em espaços de livre expressão e debate.

Neste sentido, a metodologia das rodas de conversa se alinhada à proposta freireana de dialogicidade e educação problematizadora (Freire, 1987) foram fundamentais. Ao expor as dificuldades (os "temas geradores"), o estudante deixa a posição de objeto passivo do sistema e se torna sujeito ativo, refletindo criticamente sobre sua realidade. Este processo reflexivo é o primeiro passo para o desenvolvimento de estratégias de *Coping* eficazes, como a busca ativa por soluções e apoio social, cruciais para a adaptação ao Ensino Superior (Lazarus & Folkman, 1984).

A percepção da importância de ações como o “Coração de Estudante” reside na sua capacidade de integrar o bem-estar psicológico e físico à formação acadêmica. Ao promover o local de fala estudantil, a iniciativa em valorizar a saúde integral do discente, o que é fundamental, visto que fatores emocionais e psicossociais têm impacto direto no processo de aprendizagem, justificando a intervenção de cunho psicopedagógico (Cavalcante et al., 2020).

O projeto promoveu, em contexto acadêmico, o sentimento de pertencimento do estudante universitário, o que resultou em um cenário propício ao desenvolvimento pessoal e evidenciou, assim, a importância de práticas que incentivem o protagonismo discente na instituição.



Consequentemente, a comunidade discente se manifestou de forma atuante e propositiva, apontando os impactos positivos e negativos do cotidiano universitário em suas vivências individuais, visto que o projeto ampliou a conscientização do corpo discente acerca da necessidade de preservar espaços de bem-estar e saúde mental no contexto universitário.

Portanto, o engajamento e a participação ativa observados na comunidade acadêmica materializam a práxis proposta por Freire: a união entre a reflexão sobre as vivências e a ação transformadora. O projeto não apenas apoia o estudante universitário, mas o instrumentaliza para que contribua, de forma colaborativa com a instituição, para o desenvolvimento e a melhoria contínua do ambiente acadêmico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto “Coração de Estudante” emerge como uma iniciativa institucional crucial e coerente com as demandas contemporâneas de saúde mental no Ensino Superior. A experiência e os resultados alcançados demonstram, de forma explícita, a carência existente no ambiente universitário por projetos que cultivem o princípio do acolhimento e a prática da escuta ativa para com os acadêmicos.

Este relato demonstrou que a iniciativa, desenvolvida na Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), transcende a simples oferta de assistência, estabelecendo um modelo de intervenção que integra o suporte psicossocial e a formação cidadã do estudante. A atuação de projetos com uma abordagem psicopedagógica, tal qual o “Coração de Estudante”, mostra-se, portanto, extremamente necessária em ambiente universitário, pois visa promover a participação estudantil ativa e conciliar os interesses de discentes e instituição.

Dessa forma, a partir dos resultados alcançados, é notável o impacto positivo que a valorização do corpo discente de uma instituição de ensino superior pode gerar para o crescimento e a evolução institucional. O projeto além de apoiar o estudante, também o instrumentaliza para que contribua, na práxis, para a melhoria contínua do ambiente de estudo.

Conclui-se, em última instância, que a UVA busca, com a influência deste projeto, promover cada vez mais a participação e valorização discentes, gerando locais onde os mesmos possam se comunicar e se sentirem verdadeiramente acolhidos e ouvidos. A continuidade e a expansão de projetos com esta natureza são imprescindíveis



para a consolidação de uma cultura universitária que priorize o bem-estar psicológico como componente essencial do sucesso acadêmico, sendo este um dos grandes avanços para o desenvolvimento ativo e colaborativo da instituição.

AGRADECIMENTOS

A concretização deste relato de experiência torna-se possível mediante o apoio do Programa Bolsa de Permanência Universitária (PBPU), ofertado pela Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA). Este programa forneceu o suporte necessário para o acompanhamento discente durante todas as etapas do desenvolvimento e da aplicação do projeto.

A Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEP), a Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis (PRAE) e o Núcleo de Apoio Psicopedagógico, Inclusão e Saúde (NAPIS) exerceram um papel fundamental nesta trajetória. A PROGEP, como área de atuação do bolsista do curso de Pedagogia, foi crucial por viabilizar a inserção do discente no acompanhamento do projeto, permitindo sua participação tanto na fase de organização quanto na execução do “Coração de Estudante”.

REFERÊNCIAS

CAVALCANTE, Izabele Maria; ARAUJO, Maria José de Brito; SANTOS, Wanderson Luã Alves. **A psicopedagogia e as contribuições para a prática pedagógica na contemporaneidade**. Educte, Maceió, v. 10, n. 1, p. 1196-1207, 2020.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do Oprimido**. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

LAZARUS, Richard S.; FOLKMAN, Susan. **Stress, appraisal, and coping**. New York: Springer Publishing Company, 1984.

RODRIGUES, Poliany Cristiny de Oliveira; SOUZA, Stefanny Caroliny de (Org.). **Saúde mental do estudante universitário: uma coletânea de estudos descritivos**. Pantanal Editora, 2021.



SILVA, Alexsandra Maria Sousa; XIMENES, Verônica Moraes. **Discussões sobre saúde mental e suporte social entre estudantes universitários**. Revista Ciências Humanas, Sobral, v. 15, n. 1, e31, 2022. Disponível em: rchunitau.com.br/index.php/rch/article/view/850/443. Acesso em: 13 out. 2025.

SIQUEIRA, M. M. M. **Construção e validação da escala de percepção de suporte social**. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 13, n. 2, p. 381-388, 2008.

