ISSN: 2358-8829

PROJETO “CORAÇÃO DE ESTUDANTE”: ESTRATÉGIAS DE ACOLHIMENTO E FORTALECIMENTO DO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO EM UMA IES

Matheus Alves de Lima [1]
Alexsandra Maria Sousa Silva [2]

INTRODUÇÃO

O ingresso na Educação Superior representa um momento desafiante para o desenvolvimento humano, exigindo uma ampla reorganização psíquica, cognitiva e social. A inserção no ambiente universitário confronta o discente com a necessidade de reconfigurar suas redes primárias de apoio, adaptar-se a novas metodologias de ensino-aprendizagem e desenvolver níveis elevados de autonomia pessoal e acadêmica. Compreender a complexidade desse cenário é um imperativo estratégico para a proposição de intervenções capazes de incidir criticamente sobre os índices de retenção e evasão no ensino superior público.

A rotina universitária impõe aos acadêmicos uma gama de estressores psicossociais. O aumento exponencial da carga de leituras, a exigência de autonomia no gerenciamento das tarefas, a cobrança contínua por rendimento mensurável e a proximidade das avaliações formais tensionam constantemente a estrutura psíquica do acadêmico. Quando esse quadro é agravado pelo afastamento do núcleo familiar, por restrições socioeconômicas ou pelo sentimento de desamparo diante da incerteza do mercado de trabalho, instalam-se condições propícias ao sofrimento psíquico. Sob a perspectiva neuropsicológica e cognitiva, o estresse crônico e os estados ansiosos prolongados afetam diretamente o funcionamento do córtex pré-frontal, comprometendo as funções executivas essenciais à aprendizagem, tais como a memória de trabalho, a flexibilidade cognitiva, a capacidade de foco atencional e a autorregulação do

[1] Graduando em Pedagogia pela Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA). E-mail: matheusalves.lima674@gmail.com;
[2] Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Ceará (UFC). E-mail: alexsandramss88@gmail.com;

comportamento. Desse modo, o desgaste emocional não solucionado traduz-se diretamente em queda de rendimento, procrastinação defensiva e, em última instância, no abandono do curso (Nunes, et al.).

Ademais, as interações no ecossistema universitário podem ser perpassadas por assimetrias de poder, competitividade velada e escassez de espaços institucionalizados de escuta. A ausência de canais adequados para a externalização e o processamento das angústias individuais faz com que o discente absorva a pressão acadêmica de forma isolada, internalizando a ideia de que eventuais dificuldades pedagógicas ou emocionais decorrem exclusivamente de falhas individuais (Moretti & Hübner, 2017). Essa individualização do sofrimento oculta os determinantes institucionais do esgotamento e inviabiliza a construção de laços de solidariedade comunitária no campus.

Frente a essa problemática, surge a problemática central deste trabalho: a inteligência emocional é um pré-requisito que sustenta a consolidação dos processos de aprendizagem, o desenvolvimento de competências éticas e profissionais e a permanência bem-sucedida do estudante na universidade. Ignorar a centralidade do bem-estar psicológico pode comprometer a própria eficácia da função social do ensino superior.

Essas evidências sobre as pressões do cotidiano acadêmico demandam uma fundamentação teórica sólida, capaz de articular as diretrizes da assistência estudantil nacional ao escopo preventivo da psicologia educacional.

METODOLOGIA

O projeto “Coração de Estudante” assumiu a forma de uma pesquisa-ação de caráter pedagógico-vivencial, tomando espaço na Residência Universitária da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA). A escolha da moradia estudantil como território principal de intervenção fundamenta-se no fato de que este espaço concentra estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica. A convivência coletiva contínua na residência, embora rica em trocas culturais, impõe desafios complexos de negociação espacial, gestão de rotina e suporte emocional mútuo, tornando-a um ambiente estratégico para ações de acolhimento preventivo.

Operacionalmente, as intervenções foram estruturadas em oficinas temáticas formativas e rodas de conversa dialógicas, conduzidas com periodicidade quinzenal e

duração média de 90 a 120 minutos por encontro. Os encontros reuniram em média 20 a 25 residentes, garantindo uma densidade relacional adequada à participação ativa de todos os sujeitos. A moderação das atividades foi exercida de forma compartilhada por profissionais e estagiários das áreas de Pedagogia e Psicologia vinculados à PRAE/UVA, sob mediação reflexiva não diretiva.

Os dispositivos pedagógico-vivenciais articularam-se em duas frentes complementares:

1. Rodas de Conversa: Espaços horizontais de partilha e diálogo, regidos pelos princípios do sigilo, do respeito e da não discriminação, nos quais os discentes puderam verbalizar suas angústias, desnaturalizar o sofrimento e construir estratégias coletivas de enfrentamento.
2. Escuta Qualificada e Livre Expressão: Canais de acolhimento abertos ao término das dinâmicas em grupo, direcionados ao atendimento das demandas individuais emergentes, oferecendo suporte emocional imediato e, quando necessário, o encaminhamento responsável para a rede de apoio psicossocial institucional ou pública.

Com isso, as práticas metodológicas do projeto foram minuciosamente desenhadas para responder às vulnerabilidades identificadas no cotidiano dos residentes, como o manejo de ansiedade (foco na identificação dos gatilhos fisiológicos e cognitivos da ansiedade frente a momentos avaliativos), a organização dos estudos (direcionado ao planejamento sustentável da rotina acadêmica), o autoconhecimento (dedicado ao fortalecimento da identidade discente e da autocompaixão), as relações interpessoais (voltado ao aprimoramento da convivência comunitária na Residência Universitária) e aos projetos de vida do corpo discente (voltado à conexão entre o percurso acadêmico e as aspirações de futuro)

A aplicação sistemática desta metodologia na Residência Universitária gerou dados e vivências cujos desdobramentos reconfiguraram a relação entre os alunos e a gestão da universidade.

REFERENCIAL TEÓRICO

A discussão sobre o bem-estar no ensino superior deve ser ancorada no arcabouço normativo e teórico da política pública de assistência estudantil no Brasil, o

Programa Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) estabelece que a permanência acadêmica depende da garantia de condições socioeconômicas, de saúde, de moradia e de apoio pedagógico aos estudantes, sobretudo àqueles em situação de vulnerabilidade social (BRASIL, 2010). Sob o prisma do PNAES, o acolhimento psicossocial deixa de ser uma ação pontual ou caritativa e assume a estatura de um direito cidadão e de um dever institucional viabilizador da democratização do acesso e da conclusão da educação superior.

No âmbito da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), essa diretriz ganha materialidade por meio da articulação estratégica movida através da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis (PRAE), responsável pela formulação, coordenação e execução das políticas de permanência, identificando os marcadores de vulnerabilidade social e promovendo ações diretas de suporte pedagógico e psicossocial. Dessa forma, permitindo que o projeto “Coração de Estudante” funcione como uma ação transversal e contínua de assistência estudantil.

Partindo de uma abordagem em Psicologia Escolar Crítica, fundamentada nas pesquisas em Patto (2015) e Marinho-Araújo (2014), observa-se a necessidade imperativa de romper com o modelo clínico-médico tradicional no espaço educacional. Historicamente, a atuação psicológica na universidade pautou-se por uma perspectiva remediativa, individualizante e patologizante, centrada no diagnóstico de "déficits" do aluno e no atendimento psiquiátrico isolado (Patto, 2015). Em contraposição, a Psicologia Escolar Crítica defende uma atuação preventiva, institucional e promocional da saúde (Marinho-Araujo, 2014). Nesse sentido, a intervenção desloca-se do indivíduo isolado para as relações institucionais, buscando compreender as mediações pedagógicas, as condições de vida e as dinâmicas organizacionais que produzem o sofrimento psíquico. Trata-se de transformar o ambiente acadêmico e promover espaços coletivos de reflexão, nos quais as vivências individuais possam ser ressignificadas coletivamente.

Esta virada fundamenta uma crítica rigorosa ao modelo educacional produtivista e tecnicista. O produtivismo acadêmico, marcado pela métrica quantitativa de desempenho, pela sobrecarga de avaliações e pela competição interpessoal, desumaniza o ato educativo e reduz o discente a um mero indicador numérico de rendimento (Silva & Romanini, 2026). Substituir essa lógica mercadológica implica reafirmar o rigor acadêmico com a promoção do autoconhecimento, da empatia, do equilíbrio psíquico e

ISSN: 2358-8829

da consciência cidadã. Afinal, formar um profissional qualificado exige assegurar que sua trajetória seja marcada pela construção de autonomia ética, resiliência e sensibilidade social.

Portanto, a superação da lógica tecnicista em favor do desenvolvimento integral apresentou-se como fator chave na expressão desses pressupostos teóricos nas metodologias de intervenção movidas através do projeto Coração de Estudante na Universidade Estadual Vale do Acaraú.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A execução do projeto “Coração de Estudante” gerou impactos substanciais que ultrapassaram o horizonte de atendimento individual, promovendo transformações estruturais na dinâmica institucional da Universidade Estadual Vale do Acaraú. Sob o ângulo pedagógico, a presença contínua de dispositivos de escuta aos acadêmicos modificou a percepção discente acerca da própria instituição, substituindo o sentimento de alienação por uma postura de engajamento e responsabilidade.

O primeiro grande resultado observado refere-se ao fortalecimento do protagonismo discente e do sentimento de pertencimento institucional. Quando a universidade valida a palavra do estudante e oferece um espaço seguro para a expressão de suas angústias, ocorre um deslocamento de posição subjetiva: o discente deixa de se perceber como um espectador passivo das exigências burocráticas para se reconhecer como sujeito de direitos e agente ativo de sua formação. Esse fortalecimento do pertencimento reflete-se diretamente na manutenção da motivação intrínseca e no vínculo afetivo com a comunidade acadêmica, fatores decisivos para a contenção da evasão nos primeiros anos de graduação.

Além disso, o projeto conferiu visibilidade pública às demandas reais da comunidade discente, permitindo que problemas atinentes à permanência, alimentação, saúde mental e infraestrutura de estudos fossem apontados de forma qualificada. A conversão de queixas individuais em pautas de reflexão coletiva estimulou a participação ativa dos residentes nos órgãos colegiados e instâncias decisórias da UVA e PRAE. Essa participação qualificada aperfeiçoa os processos de gestão democrática e orienta a alocação de recursos públicos de forma aderente às necessidades reais dos estudantes.

ISSN: 2358-8829

No tocante à eficácia das políticas de permanência, a intervenção preventiva demonstrou ser um instrumento altamente eficaz no combate à retenção e ao abandono escolar. Sob o ponto de vista da economia da educação e da gestão universitária, a evasão discente representa um desperdício de recursos públicos e uma tragédia social. Ao atuar preventivamente sobre os determinantes psíquicos e relacionais da desistência acadêmica — tais como a ansiedade paralisante, a desorganização do tempo e o isolamento social —, o projeto evita que o sofrimento emocional culmine no abandono do curso. Comprova-se, assim, que as políticas públicas de suporte emocional e acolhimento não constituem despesa assistencial, mas sim investimento estratégico de elevado retorno social e pedagógico na permanência discente.

Dessa forma, os ganhos institucionais consolidados ao longo do projeto apontam para a necessidade de refletir sobre os desdobramentos de longo prazo desta iniciativa para as políticas públicas de ensino superior.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto “Coração de Estudante” evidencia que a promoção do bem-estar psicológico e o acolhimento psicossocial são dimensões indissociáveis da excelência acadêmica e da função social da Universidade Estadual Vale do Acaraú. A experiência desenvolvida na Residência Universitária demonstrou que é plenamente viável construir intervenções psicopedagógicas de baixo custo financeiro e elevado impacto humano, desde que pautadas pelo trabalho intersetorial entre as Pró-Reitorias (PRAE) e respaldadas por referenciais teóricos críticos e comprometidos com o protagonismo discente.

A principal lição derivada deste estudo aponta para a urgência de institucionalizar e perenizar as políticas públicas de acolhimento psicossocial. Ações de suporte emocional não podem permanecer reféns de projetos temporários ou iniciativas isoladas de docentes e técnicos; devem, ao contrário, ser integradas à estrutura organizacional permanente das Instituições de Ensino Superior (IES) brasileiras. A sustentabilidade dessas ações exige a dotação orçamentária contínua, a recomposição e capacitação das equipes multiprofissionais e o alinhamento das matrizes curriculares aos princípios da formação humana integral.

Por fim, o legado de longo prazo do “Coração de Estudante” expressa-se na formação de egressos tecnicamente competentes, emocionalmente resilientes e socialmente sensíveis. Ao vivenciar uma trajetória universitária na qual o cuidado com a vida e a escuta qualificada são valores efetivados na prática, o futuro profissional conclui sua graduação com maior maturidade emocional, capacidade empática e compromisso ético para atuar nos complexos cenários sociais e profissionais do país. Reafirma-se, em última análise, que a centralidade do cuidado humano constitui o único alicerce possível para uma universidade pública verdadeiramente democrática, inclusiva e formadora de cidadania.

Palavras-chave: Bem-estar psicológico; Aprendizagem; Ensino Superior.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010. Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil - PNAES. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 20 jul. 2010. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7234.htm. Acesso em: 17 out. 2026.

MARINHO-ARAÚJO, Claisy Maria. Psicologia escolar na educação superior: novos cenários de atuação e formação. **Estudos de Psicologia** (Campinas), v. 31, n. 1, p. 133-143, 2014.

PATTO, Maria Helena Souza. A produção do fracasso escolar: histórias de submissão e rebeldia. 4. ed. **São Paulo: Intermeios**, 2015.

NUNES, Luana Ferreira de Oliveira Marques et al. Os impactos da trajetória acadêmica na saúde mental dos graduandos. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 13, n. 1, p. 118-123, 2022.

MORETTI, Felipe Azevedo; HÜBNER, Maria Martha Costa. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional?. **Revista Psicopedagogia**, v. 34, n. 105, p. 258-267, 2017.

Silva, G. C. da, & Romanini, M. (2026). Efeitos do produtivismo acadêmico: Mapeamento e ampliações teóricas sobre o tema. **Cadernos de Pesquisa**, 56, Artigo

e11647. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1980531411647. Acesso em: 20 out 2026