

GRUPO REFLEXIVO SOBRE SAÚDE MENTAL E AUTOCONHECIMENTO EM UNIVERSITÁRIOS DA UNOESC VIDEIRA

Fernanda da Rocha Porto Tadeu¹, Giancarlo de Aguiar²

1. Discente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Videira, SC
2. Docente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Videira, SC

Autor correspondente: Fernanda da Rocha Porto Tadeu, fernandatadeu91@hotmail.com

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: O ensino superior no Brasil envolve múltiplas exigências que vão além das demandas acadêmicas, incluindo a necessidade de muitos estudantes conciliarem trabalho e responsabilidades pessoais. Esse acúmulo de funções pode gerar sobrecarga e afetar a saúde mental, evidenciando a importância de espaços de reflexão coletiva. Este estudo propõe investigar como universitários atribuem significado à saúde mental a partir da experiência em grupo reflexivo, destacando sua pertinência para compreender desafios e possibilidades no cotidiano acadêmico. **Objetivo:** Compreender os significados atribuídos à saúde mental por universitários da UNOESC Videira que conciliam estudo, trabalho e vida pessoal, a partir da experiência em um grupo reflexivo. **Método:** A pesquisa será de natureza qualitativa, descritiva e caracterizada como pesquisa-ação participante. Será realizada na UNOESC Videira, com estudantes que conciliam atividades acadêmicas, trabalho e responsabilidades pessoais. A seleção ocorrerá por meio de formulário de triagem, no qual os interessados poderão manifestar sua disponibilidade e desejo de participar. A partir das respostas, serão convidados de 6 a 10 estudantes que atendam aos critérios da pesquisa. O grupo reflexivo será realizado em 10 encontros semanais, com duração aproximada de 50 minutos cada. Cada encontro terá um tema norteador, como pressões acadêmicas, vida pessoal, trabalho, ansiedade e autocuidado, mantendo flexibilidade para acolher demandas emergentes. Os encontros serão gravados em áudio, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, garantindo confidencialidade e uso exclusivo para a pesquisa. A análise será fundamentada na psicanálise e na abordagem existencial-humanista, buscando interpretar os sentidos atribuídos pelos estudantes à saúde mental no espaço grupal. As falas serão examinadas em sua dimensão subjetiva e relacional, considerando as estratégias de enfrentamento e as experiências compartilhadas. **Resultados:** Como a pesquisa ainda não foi concluída, não há resultados empíricos disponíveis. Contudo, prevê-se que os encontros revelem os principais desafios vivenciados na conciliação entre estudo, trabalho e vida pessoal. Espera-se identificar sentimentos de ansiedade e sobrecarga, mas também estratégias de enfrentamento, autocuidado e apoio coletivo. Os resultados deverão ainda indicar a importância de práticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental no ensino superior. **Conclusão:** Ao término da pesquisa, espera-se compreender como os estudantes atribuem significados à saúde mental diante das múltiplas demandas. O grupo reflexivo deverá se mostrar um espaço de acolhimento e fortalecimento, favorecendo trocas e estratégias de enfrentamento. Os resultados poderão subsidiar práticas institucionais e ampliar o conhecimento científico sobre saúde mental no ensino superior.

Palavras-chave: autocuidado; saúde mental; universitários; grupo reflexivo; trabalho e estudo.

Agradecimentos: Este trabalho foi realizado com o apoio financeiro do Governo do Estado de Santa Catarina, por meio do Programa de Bolsas Universitárias – UNIEDU, regulamentado pelo Artigo 170 da Constituição Estadual de Santa Catarina (Art. 170/CE).