



# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



## ATENÇÃO PSICOLÓGICA AO UNIVERSITÁRIO: FACILITANDO A INSERÇÃO NA VIDA ACADÊMICA.

**AUTORES:** Adriano Pereira Jardim (Autor), Fabiana Pinheiro Ramos (Autor), Alexsandro Luiz de Andrade (Autor), CAROLINE EGERT (Autor), Rafael Nogueira (Autor), Letícia Garcia (Autor), Beatriz Oliveira (Autor), Gustavo Pfister (Autor)

**PALAVRAS-CHAVE:** universitário; psicologia; vida acadêmica.

### RESUMO:

Vencida a etapa de acesso a uma instituição de ensino superior, o universitário se vê diante de uma nova realidade, repleta de desafios: inserir-se em um contexto novo; desenvolver habilidades pessoais e profissionais que o permitam ser bem sucedido; manter desempenho compatível com o exigido pelas disciplinas que cursa; dentre outros. A vida acadêmica é complexa e exige do graduando, em geral um jovem em processo de formação, um amplo conjunto de habilidades. Este trabalho descreve ações de extensão desenvolvidas pelo Departamento de Psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo que, em parceria com a Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis e Cidadania da mesma instituição, oferece atividades de apoio psicológico, para favorecer a inserção dos estudantes na vida acadêmica. As atividades são desenvolvidas por meio de duas metodologias. Na primeira, alunos de 1º e 2º períodos participam de uma oficina, com três encontros, que discute de forma vivencial as temáticas: inserção na vida universitária, orientação aos estudos e planejamento de carreira. No ano de 2015, foram realizadas nove oficinas, em cinco cursos, com a participação de 134 estudantes, no total. Na segunda metodologia, é oferecido atendimento psicológico individual e oficinas em grupo, para estudantes de quaisquer períodos, em três modalidades: Habilidades Sociais, Controle de Estresse e Ansiedade, e Orientação aos Estudos; cada oficina com oito encontros. Os estudantes passam por uma avaliação, denominada Triagem, na qual são identificadas suas necessidades, antes do encaminhamento para os serviços do projeto. Em 2015, foram atendidos 12 estudantes em psicoterapia individual e 68 participaram das oficinas. Todas as atividades são desenvolvidas por graduandos de Psicologia, treinados, capacitados e supervisionados por professores orientadores. O projeto tem contribuído, de forma geral, para auxiliar o estudante na inserção e adaptação à vida acadêmica e na ampliação de suas habilidades.

Instituição de Ensino: Universidade Federal do Espírito Santo

ISBN: 978-85-93416-00-2

