

Saúde mental de estudantes de Psicologia

Anita Soares Ferreira: Graduanda do curso de Psicologia – UNIPAM
(e-mail: anitaferreira42@gmail.com)

Cinthia Louise Monteiro Cruz: Graduanda do curso de Psicologia – UNIPAM
(e-mail: cinthia.louise@hotmail.com)

Lháysa Arielly do Nascimento Resende Pereira: Graduanda do curso de Psicologia – UNIPAM (e-mail: lhaysa_lala@hotmail.com)

Nathália Cristhina Lima Magalhães: Graduanda do curso de Psicologia – UNIPAM
(e-mails: nathaliacristhina53@gmail.com)

Máira Cristina Rodrigues: Professora orientadora – UNIPAM
(e-mail: maira@unipam.edu.br)

Resumo: O estudante de Psicologia, por estar em contato com o sofrimento psíquico de outras pessoas e com conteúdos relacionados com a subjetividade humana, é exposto também ao sofrimento psíquico e apresenta maior probabilidade de desenvolvimento de transtornos mais severos. O objetivo do deste estudo foi realiza revisão bibliográfica sistemática sobre a saúde mental de estudantes de Psicologia. Para a realização do estudo, foram utilizadas as seguintes bases de dados: Scielo e Pepsic, com os seguintes descritores: 1) saúde mental e 2) estudantes de Psicologia. Além disso, foram utilizados critérios de seleção dos trabalhos, como artigos completos, em língua portuguesa, data de publicação entre 2009 e 2019 e que apresentavam uma relação com a temática pesquisada. Na base de dados Pepsic, não foi encontrado nenhum artigo; na base de dados Scielo, foram encontrados 45 artigos, dos quais foram selecionados 8 que se relacionavam com os critérios de inclusão estabelecidos. Os 37 artigos excluídos não se encaixaram nos critérios de inclusão estabelecidos na pesquisa. Pesquisas mostram que o sofrimento psíquico em estudantes universitários possui várias causas, entre elas estão responsabilidades e cobranças acadêmicas, insatisfação com o curso ou com o preparo da instituição, problemas pessoais, saudade da família, perfeccionismo, déficits de habilidades sociais e de resolução de problemas. Além disso, sentimento de desumanização, falta de tempo para lazer, forte competição entre colegas e o próprio contato com os pacientes são fatores estressantes que podem desencadear transtornos mentais. Para que o indivíduo possua uma boa saúde mental, é necessário que haja estimulação de suas habilidades, potencialidades, motivação e recursos adaptativos por meio de tratamentos clínicos por parte da universidade. Ainda, a religião e relacionamentos íntimos são fatores relevantes em relação ao bem-estar, que podem contribuir para redução do sofrimento. Apesar de os dados demonstrarem um grau significativo de sofrimento nos alunos de Psicologia, existe uma escassez de estudos na área e o cuidado com a saúde mental ainda é negligenciado por algumas instituições de ensino. Desse modo, é possível perceber que o estudante de Psicologia, por estar em contato com o sofrimento humano e com questões relativas à subjetividade, está exposto tanto ao sofrimento psíquico quanto ao desenvolvimento de transtornos mentais. Assim, é importante que as universidades, de alguma forma, ofereçam um cuidado com os seus alunos no sentido de pensar em uma prevenção. Além disso, é importante que mais estudos

na área sejam realizados, a fim de auxiliarem o desenvolvimento profissional e pessoal saudável dos alunos.

Palavras-chave: Saúde Mental. Estudantes. Psicologia. Sofrimento psíquico.