
Promoção de saúde mental na universidade: alguns indicadores

Sandrelena da Silva Monteiro¹

 <https://orcid.org/0000-0002-4920-6160>

Resumo

Este trabalho se insere no contexto de uma pesquisa que visa conhecer fatores de promoção de saúde mental de estudantes universitários. A partir de indicativos de que o senso de pertencimento seria um fator protetivo, empreendeu-se esse exercício de pesquisa que visou ouvir dos estudantes respostas à pergunta: para você, universidade é lugar de quê? Foram registradas respostas de 256 graduandos de 39 diferentes cursos. O estudo e a apresentação dos dados foram realizados com uso dos *softwares* Excel e Iramuteq e da plataforma de *design* gráfico Canva. Após o estudo das respostas foi possível afirmar que saber-se e reconhecer-se parte do processo que constitui a vida universitária pode ajudar o estudante a encontrar o(s) sentido(s) que há em estar ali, mesmo nas situações mais desafiadoras.

Palavras-chave: Saúde mental. Pertencimento. Sentido de vida. Vida universitária.

Mental health promotion at the university: some indicators

Abstract

This work is inserted in the context of a research, which aims to know about mental health promotion factors of university students. We started from indications that the sense of belonging could be one of these protective factors. We decided to conduct this research activity and it has the objective to hear from the students the answer to the following question: What is the university for you? 256 student responses from 39 different courses were recorded. The study and data presentation were carried out by Excel and Iramuteq Software and by Canva Graphic design platform. After studying the answers, it was possible to affirm that knowing and recognizing yourself is part of the process that constitutes university life and it can help the student to find the meaning in being there, even in the most challenging situations.

Keywords: Mental health. Belonging. Meaning of Life. University Life.

Introdução

Para você, universidade é lugar de quê?

Essa foi a pergunta que nos levou a conversar com estudantes de uma universidade pública mineira na saída do restaurante universitário, no horário do almoço. Mas como chegamos a essa pergunta?

Em pesquisas que vêm sendo realizadas desde o ano de 2018 pelo Grupo Acolhe: Estudos

¹ Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora: sandrelena.monteiro@ufjf.br.

e Pesquisas em Educação, Desenvolvimento e Integralidade Humana, temos buscado mapear fatores causadores de adoecimento psíquico e também aqueles que se constituem como protetivos da saúde mental na vida universitária. Para tanto, temos conversado com estudantes da graduação sobre diversos temas e em diversas situações e lugares. A cada etapa concluída da pesquisa, outra se mostra necessária. No início de 2023 chegamos à temática “senso de pertencimento”, com indícios de que esse seria um dos principais fatores protetivos quanto ao adoecimento psíquico na vida universitária.

Em outro momento já havíamos registrado que durante o período de 2020 a 2021 – em que vivíamos no Brasil o momento crítico da pandemia da Covid-19, que ocasionou a suspensão das atividades presenciais e o distanciamento físico – o fato de pertencer a grupos de estudo, pesquisa, extensão, treinamento profissional e outros, ainda que de forma remota, foi fator de grande significância para manutenção da saúde e do bem-estar dos estudantes e prevenção ao adoecimento psíquico, minimizando o impacto do momento vivido na vida de muitos jovens.

Ao voltarmos às atividades presenciais, no ano de 2022, demos continuidade às pesquisas – e foi então que a hipótese do senso de pertencimento como fator protetivo e promotor de saúde mental ficou mais evidente.

Paralelamente à pesquisa, realizamos ações de acolhimento com os estudantes e em algumas rodas de conversas registrávamos depoimentos aparentemente contraditórios. Alguns estudantes destacavam o papel positivo da universidade em suas vidas, enquanto outros apontavam que, naquele momento, a universidade se constituía um peso para eles, pois não se identificavam com o que estavam vivendo ali. O que mais nos chamou a atenção foi o fato de que essa segunda fala foi registrada tanto advinda de estudantes veteranos, que estavam voltando ao espaço físico da universidade após o período de quase 2 anos de atividades remotas, quanto de estudantes calouros, que haviam vivido o primeiro semestre no formato do ensino remoto emergencial ou que estavam chegando naquele semestre ao *campus* da universidade. Apesar de não ser fala comum à maioria, os depoimentos começaram a nos inquietar. Nesse contexto, nos organizamos e fomos até as portas do restaurante universitário (RU) da universidade na qual desenvolvemos nossas pesquisas e pedimos que aqueles que por ali passavam respondessem à pergunta: para você, universidade é lugar de quê?

Aqui iremos compartilhar os dados registrados e a leitura realizada no diálogo com os estudantes, a qual teve como principal fundamentação a teoria da Logoterapia e Análise

Existencial de Viktor Emil Frankl (1905-1997). A Logoterapia, que é considerada a Terceira Escola Vienense de Psicoterapia, difere-se das demais escolas psicológicas de seu tempo por pelo menos dois motivos: conceber o ser humano como um ser tridimensional – biopsicoespiritual –, ou seja, identificando e validando sua dimensão noética; e, propor uma compreensão da existência humana a partir dos fenômenos considerados especificamente humanos. Viktor Frankl postula que a principal motivação na vida do ser humano é a busca pelo sentido que há nas situações da vida. Nesse contexto, em especial, trazemos um recorte que contempla o sentido que há em ser e estar estudante em uma universidade pública. Há indícios de que a percepção desse sentido está diretamente correlacionada à existência ou não do senso de pertencimento.

Sobre o contexto da pesquisa, os participantes e a construção metodológica

Os dados aqui apresentados foram construídos a partir de uma necessidade que surgiu no contexto de uma pesquisa mais ampla, a qual foi devidamente submetida ao comitê de ética da universidade e recebeu parecer favorável. Partindo do objetivo de mapear fatores causadores de adoecimento psíquico e aqueles que atuam como protetivos da saúde mental de estudantes do Ensino Superior – e tendo indícios de que o senso de pertencimento poderia ser um desses fatores protetivos e, mais que isso, promotor de qualidade de vida e prevenção ao adoecimento mental –, empreendemos esse exercício de pesquisa que visou ouvir dos estudantes a resposta à pergunta: para você, universidade é lugar de quê? Intentávamos conhecer respostas que pudessem nos indicar a presença ou não do senso de pertencimento à universidade e, ainda, as pistas sobre quais ações de educação em saúde (Candeias, 1997) poderiam contribuir para a promoção do senso de pertencimento à vida universitária.

No final do primeiro semestre do ano de 2023, inspirados pelo modelo de pesquisa do tipo *survey* (Mineiro, 2020), nos organizamos e fomos, com um formulário em mãos, para a porta do restaurante universitário localizado no *campus* universitário. A abordagem foi realizada individualmente e de forma aleatória. No entanto, ao serem abordados, alguns estudantes convidavam seus colegas e suas colegas para também responder à pergunta que fazíamos. Ao final conseguimos a resposta de 256 graduandos de 39 diferentes cursos de graduação.

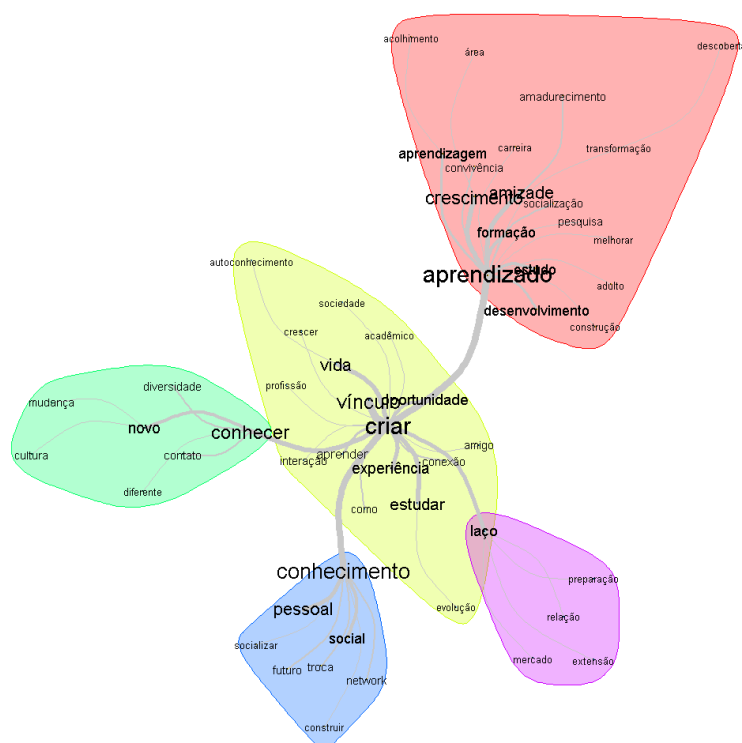
Duas questões compunham o formulário. Na primeira, uma frase era lida para o entrevistado e ele deveria responder escolhendo uma dentre cinco opções. Essa frase foi

registrada durante uma das rodas de conversa, em que um estudante, que se dizia desencantado com a vida universitária, falava do peso que era continuar ali apenas para ter um diploma no final do curso. Disse-nos o estudante: “*Não vale a pena investir na universidade, pois ela é apenas um lugar de passagem*”. Essa fala marcou aquela roda de conversa e foi motivo de grande reflexão no grupo de pesquisa. A partir da fala desse estudante organizamos a seguinte questão: “Não vale a pena investir na universidade, pois ela é apenas um lugar de passagem. Você concorda com essa afirmativa?”. O respondente deveria escolher uma dentre as cinco opções de resposta: 1 – Já pensei assim, mas poucas vezes; 2 – Na maioria dos dias não; 3 – Na maioria dos dias sim; 4 – Sim; 5 – Não. A outra questão solicitava uma resposta sem indicativos e foi assim formulada: “Para você, universidade é lugar de quê?”.

A leitura, o estudo e a análise dos dados foram feitos em diferentes etapas. Inicialmente os dados foram organizados em uma planilha do *software* Excel, o que possibilitou sua organização quantitativa e tabulação. Aqui foi possível visualizar as respostas à primeira pergunta.

Após essa primeira organização, retornamos às respostas dadas à pergunta motivadora do exercício de pesquisa: para você, universidade é lugar de quê? Essas respostas foram organizadas em um *corpus textual*, submetido a uma análise de similitude com o uso do *software* Iramuteq. Por meio dessa análise pudemos identificar a ocorrência das palavras e as indicações de conexidade entre elas, o que auxiliou na identificação da estrutura do conteúdo no *corpus* textual; e, assim, verificar uma classificação hierárquica que se deu de uma maior frequência para uma menor frequência, dando visibilidade a possíveis núcleos de sentido (Chaves; Aquino, 2021). Núcleos de sentido são construções que podem ser representadas por uma palavra ou expressão e que, no contexto desta escrita, apontam para a construção do senso de pertencimento. O gráfico de similitude escolhido para ser compartilhado possibilita pelo menos duas visibilidades das palavras em torno das quais entendemos se constituírem núcleos de sentido. Uma primeira visibilidade refere-se ao tamanho da palavra no gráfico – isso porque quanto maior a palavra se apresenta, mais vezes ela foi dita. A segunda é quanto aos vínculos, que são representados por linhas que ligam as palavras: quanto mais espessa for a linha, maior vinculação foi encontrada entre as palavras por ela ligadas. A Figura 1 ajuda na compreensão dessas visibilidades.

Figura 1 – Núcleos de sentido a partir da visibilidade e vínculo entre as palavras



Fonte: arquivo da pesquisa, elaborado em 2023.

Aqui podemos perceber que as palavras “aprendizado”, “criar”, “conhecimento”, “conhecer” e “laço” recebem destaque. O sombreamento em cores diferentes auxilia a visualizar o que nomeamos “núcleos de sentidos” e que se constituem a partir das conexões entre as palavras.

Tendo encontrado esses núcleos de sentido, voltamos a olhar cuidadosamente para o modo como as palavras se vinculavam, com o objetivo de encontrar respostas à pergunta motivadora. Para tal foi construído um fluxograma, com o uso da plataforma de *design* gráfico Canva, o qual será apresentado no próximo item do texto.

Sobre os dados registrados

Esse estudo foi realizado a partir das respostas de 256 estudantes de 39 diferentes cursos de graduação – com predominância de respondentes entre o 3.º e o 7.º períodos do curso – de uma universidade pública mineira; sendo assim, não deve ser generalizado. No entanto, pode e

deve ajudar a pensar sobre o que representa, para esse grupo de estudantes, estar em uma universidade pública e gratuita.

Em relação à questão 1, que perguntava sobre a concordância ou não com a frase: “Não vale a pena investir na universidade, pois ela é apenas um lugar de passagem”, tivemos a seguinte configuração: 4 (1,4%) estudantes responderam que já tinham pensado assim, mas poucas vezes; 12 (4,6%) responderam que na maioria dos dias não; 4 (1,4%) responderam que na maioria dos dias sim; 3 (1,3%) responderam sim; e a grande maioria, 233 (91,1%), respondeu não, ou seja, que não concordavam com a afirmativa. Esse primeiro resultado trouxe um grande alívio ao nosso grupo, pois temíamos encontrar resultados diferentes. Sem negligenciar as respostas daqueles para os quais a universidade é um lugar que implica algo de negativo em suas vidas – questão que já está sendo objeto de estudo em outro movimento da pesquisa –, neste texto daremos foco às questões que nos indicaram as possíveis realizações na vida universitária, pois acreditamos que, sem desconsiderar o que causa sofrimento, devemos potencializar o que pode ser fator protetivo, de acolhimento e cuidado.

Em relação à questão 2, que buscava conhecer possíveis realizações na universidade, foi feito um primeiro estudo e análise dos dados, no entanto sentimos que ainda era preciso um pouco mais de dedicação e aprofundamento no que a primeira análise de similitude havia apresentado. Assim, foi realizada uma limpeza, com o corte de palavras com menor frequência, permanecendo apenas aquelas que tiveram dez ou mais ocorrências, conforme apresentado na Figura 2.

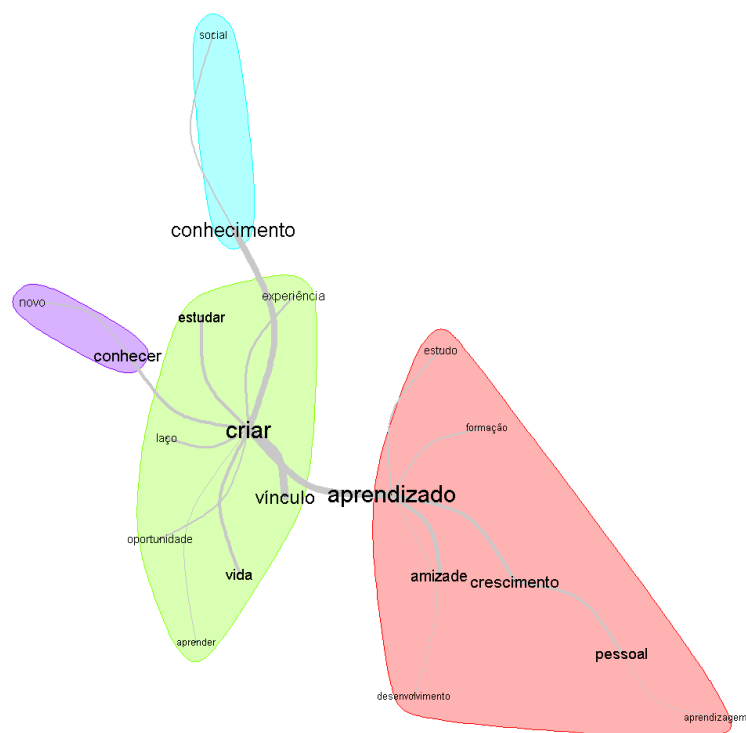
Figura 2 – Análise textual com destaque às palavras com dez ou mais ocorrências

formas	eff
aprendizado	41
criar	40
conhecimento	38
vínculo	28
conhecer	25
crescimento	22
estudar	21
amizade	20
vida	20
peçoal	19
novo	18
oportunidade	15
laço	15
estudo	14
experiência	14
desenvolvimento	14
formação	12
social	12
aprendizagem	12
aprender	10
amadurecimento	9
contato	8
convivência	8
troca	7
conexão	7

Fonte: arquivo da pesquisa, elaborado em 2023.

Na Figura 2 é possível visualizar grande destaque às palavras “aprendizado” e “criar”, seguidas de “conhecimento”, “vínculo”, “conhecer”, “crescimento” e outras que representam realizações tão caras à vida com saúde e bem-estar. Considerando como variável a incidência de dez ou mais ocorrências, foi possível criar outro gráfico de similitude (Figura 3) que permitiu melhor visualização tanto das conectividades quanto dos possíveis núcleos de sentido.

Figura 3 – Núcleos de sentido - visibilidade e vínculo entre palavras que tiveram dez ou mais ocorrências



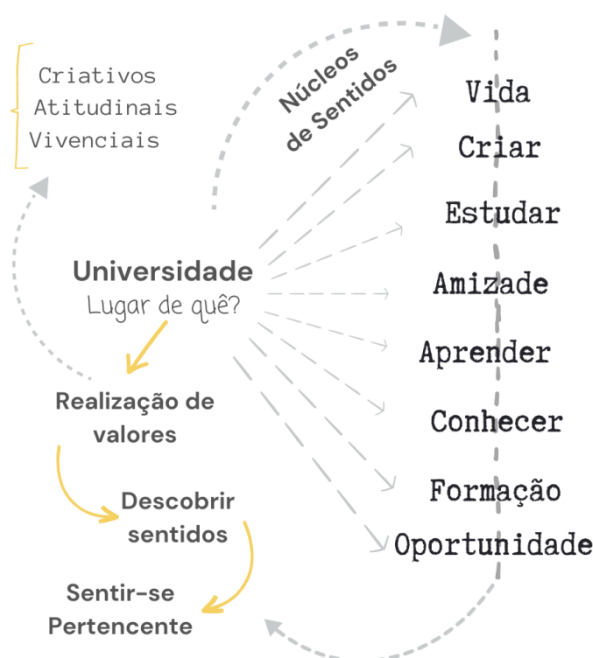
Fonte: arquivo da pesquisa, elaborado em 2023.

Na Figura 3 podemos ver em destaque as palavras “aprendizado”, “criar”, “conhecimento” e “conhecer”, o que reafirma que elas, com suas conexões, constituem núcleos de sentido nas respostas dadas à pergunta: universidade é lugar de quê?

É possível ensaiar dizer que universidade é lugar de aprendizado, de estudar, de formação, de criar vínculos, criar vida, conhecer o novo, ter conhecimento social, ter experiências, amizades, crescimento pessoal.

A partir desse primeiro ensaio de resposta, e ao buscar o diálogo com o aporte teórico que fundamenta nossa compreensão – a Teoria da Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Frankl –, foi possível construir um fluxograma que auxiliou a visualizar uma resposta mais completa à pergunta motivadora dessa pesquisa. O fluxograma é apresentado na Figura 4.

Figura 4 – Fluxograma - diálogo entre os núcleos de sentido e o aporte teórico



Fonte: arquivo da pesquisa, elaborado em 2023.

Para a construção do fluxograma apresentado na Figura 4, recorreremos a todas as palavras que tiveram dez ou mais ocorrências e realizamos manualmente uma reorganização para chegar a palavras consideradas, no âmbito desta pesquisa, palavras-conceitos fundamentais à construção da resposta à pergunta motivadora. Assim, palavras-conceitos que se aproximavam em seu significado e significância foram reunidas e expressas em uma única e, quando possível, por uma palavra-verbo, por aproximar da ideia de ação, do agir na vida acadêmica. Por exemplo, as palavras-conceitos “conhecimento” e “conhecer” foram representadas no fluxograma pela palavra-verbo “conhecer”; “aprendizado”, “aprender” e “aprendizagem”, pela palavra-verbo “aprender”; “criar” e “novo”, pela palavra-verbo “criar”; “estudar” e “estudo”, pela palavra-verbo “estudar”. Também escolhemos palavras que se fazem mais significativas no contexto da vida universitária: “vida”, que reúne as palavras “vida”, “social” e “pessoal”; “amizade”, que reúne “amizade”, “vínculo” e “laço”; “formação”, que reúne “formação”, “crescimento” e “desenvolvimento”; e “oportunidade”, que reúne “oportunidade” e “experiência”. Aqui já podemos ensaiar uma resposta à pergunta “Universidade é lugar de quê?": universidade é lugar

de realizar valores, o que possibilita descobrir sentidos existentes nos modos de ser e estar na vida, reverberando na construção do senso de pertencimento.

Tendo apresentado o fluxograma – um desenho que ajuda a encontrar uma resposta à pergunta motivadora desse movimento da pesquisa –, passaremos ao seu diálogo com o aporte teórico, o qual se funda especialmente na Teoria da Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Frankl. Para esse diálogo fizemos uma organização em três subitens: “Enfim, universidade!”; “Sobre a realização de valores e encontrar sentido na vida universitária”; e “Sobre o senso de pertencimento: o ser e estar na universidade”.

Enfim, universidade!

Entrar na universidade: esse é um sonho alimentado por grande parte dos estudantes brasileiros. A entrada na universidade é vista como um rito de passagem em que se deixa para trás a educação básica com todas as suas limitações e se adentra um novo universo de conhecimentos e possibilidades, onde não se veem, em um primeiro momento, limites. No entanto, essa transição da educação básica para o Ensino Superior não se constitui apenas de mera mudança de matrícula de um nível de ensino para outro. A entrada na vida universitária traz consigo uma série de outras mudanças, que irão exigir do jovem estudante aprendizagens diferentes daquelas exigidas na educação básica. Ou seja, aprender a lidar com desafios que abarcam aspectos da vida pessoal, familiar, cultural, econômica, vocacional, que impactam de forma significativa seus modos de ser e estar na vida. Diante da realidade que lhes é apresentada pelo mundo universitário, os estudantes precisam aprender a conhecer a cultura organizacional da instituição e a conviver com ela, com as demandas da vida acadêmica, entre elas o ritmo de estudos e atividades, a organização do tempo e as relações interpessoais – tanto com seus pares quanto com profissionais docentes ou não. Se por um lado essas aprendizagens podem constituir tensões na vida do estudante, provocando até mesmo sofrimento psíquico, por outro podem ser fator de desenvolvimento pessoal (Coulon, 2008, 2017; Cristo; Farias; Cavalcante; Medeiros, 2019; Kreutzfeld, 2023; Pereira, 2021; Severo; Carreiro; Moraes; Paiva; Duré, 2020; Silva; Silva, 2018; Soares, 2021).

O esforço inicial para conhecer e se adaptar a esse novo meio pode ter como resultado o que Coulon (2008, 2017) nomeia de processo de afiliação, que é, em síntese, aprender as novas rotinas, as regras, os códigos diversos que habitam e regem a universidade, indispensáveis à

constituição do ofício de estudante universitário. Caso essa afiliação – aqui entendida em estreita relação com o senso de pertencimento – não aconteça, pode-se ter como consequência sofrimentos diversos e até mesmo a evasão escolar (Kampff; Ramirez; Amorim, 2019; Soares, 2021).

Esse aprendizado pode ser vivido de forma dolorosa, repleto de insegurança, medos, ansiedade. Isso é de certo modo esperado, pois é a mudança de uma convivência escolar acompanhada de perto pela família, com as equipes das escolas dizendo o que fazer, como fazer e quando fazer – ou seja, em que há uma tradição que diz exatamente o que se espera do estudante no que se refere à vida escolar –, para um mundo em que é exigido que o estudante tenha autonomia e independência para lidar com as organizações de tempo e espaço; os estudos e as atividades; as relações sociais; a administração financeira; e ainda as próprias emoções, sentimentos, pensamentos e comportamentos. Antes um adolescente cuidado de perto por adultos, agora um universitário do qual se exige autonomia e independência.

Ao pensarmos todo esse esforço que esperamos ter como resultado a construção do senso de pertencimento à universidade, inspirados nas reflexões de Mathias (2023, p. 178) podemos afirmar que não basta ser aprovado no vestibular para garantir o pertencimento ao espaço-tempo universitário, isso porque não basta entrar, mas há que se construir todo um “capital cultural necessário para transitar nesse espaço e, sobretudo, para legitimar seu pertencimento”.

Se por um lado a entrada na universidade é uma experiência cheia de desafios e tensões, por outro, esses não precisam resultar, fatalmente, em adoecimento e/ou desistência. Como afirma Frankl (2011), o que precisamos não é de uma vida longe de tensões, precisamos, sim, daquelas tensões que nos motivam a encontrar o sentido que há na vida tal qual está sendo vivida, no tempo e lugar em que nos encontramos.

Ao retomarmos os dados registrados na pesquisa, especialmente os núcleos de sentido representados pelas palavras-conceitos “vida”, “amizade”, “formação” e “oportunidade”, podemos inferir que essas são indicadores de que as tensões que a vida nos apresenta deixam de ter poder de adoecimento quando permeadas pela percepção do sentido que há naquilo que estamos vivendo. A presença do senso de pertencimento parece ser um fator que favorece perceber o(s) sentido(s) que há em ser e estar estudante em um determinado curso, em uma determinada universidade. Tal sentido não se limita à ideia de sucesso alcançado na vida acadêmica, projeção social ou ganhos financeiros, vai muito além disso.

Sobre a realização de valores e encontrar sentido na vida universitária

Quando se depara com a situação de estar estudante universitário, o jovem se vê também diante de um compromisso social assumido, ainda que, em última instância, seja o de se formar um profissional que possa contribuir para a melhoria das condições de vida da própria sociedade. No entanto, nesse percurso formativo, muito antes da formatura, já há um compromisso consigo mesmo de reconhecer-se como ser-responsável diante da própria formação.

No entanto, a que se refere esse ser-responsável a partir de uma leitura frankliana? Ao falar sobre as realizações que possibilitam ao ser encontrar o sentido que há em cada situação, Frankl (2019, p. 114) afirma que “ser-homem significa ser-consciente e ser-responsável”. Aqui entendemos a consciência como fenômeno especificamente humano, sendo ela “a capacidade intuitiva para seguir o rastro do sentido irrepetível e único que se esconde em cada situação” (p. 106). Assim, não se trata de atribuir sentido à vida – ou às situações –, mas sim perceber, encontrar o sentido nela existente.

Ao trazermos essa reflexão para a vida universitária, como poderiam os estudantes encontrar esse sentido? Responder a essa pergunta exige pontuar aquela que deve ser a função primeira da educação: o afinar² da consciência. Isso implica que “a educação não deve limitar-se a transmitir conhecimento, nem contentar-se com o repasse das tradições. Ela deve, sim, refinar a capacidade humana de encontrar aqueles sentidos únicos que não se deixam afetar pelo declínio dos valores universais” (Frankl, 2011, p. 108). Em outro momento, ao falar sobre a função da educação, o autor destaca que esse afinar da consciência deve se fazer no sentido de possibilitar ao estudante perceber a exigência inerente a cada situação (Frankl, 2020), sabendo fazer escolhas, não de forma arbitrária e autômata, mas sim consciente e responsável. Conceber a educação nessa perspectiva implica, na visão de Bruzzone (2011), em uma mudança de paradigma, já que contrapõe a educação centrada na transmissão de conhecimentos a uma educação que visa levar o estudante a viver como ser-responsável perante suas próprias possibilidades de realização de valores. Na primeira temos um sujeito ao qual são destinados um conhecimento e uma verdade que o precedem e o transcendem, cabendo ao indivíduo apenas

² Em alguns textos de Frankl, a tradução traz “aguçar da consciência”; em outros, “afinar da consciência” – optamos por usar o segundo termo.

aprender e repetir o que lhe foi entregue. Na segunda, o sujeito é o próprio gerador do conhecimento. Há aqui uma retomada do papel da consciência no processo de ensino e aprendizagem, o que significa colocar a pessoa humana no centro do processo, em sua absoluta dignidade e responsabilidade. Educação aqui é entendida como um encontro entre pessoas e conhecimento, assim o aprender e o ensinar se fazem na intercessão que aí se dá. Se, por um lado, não é possível dar sentido à vida do estudante, por outro, deve ser possível à educação ajudá-lo a perceber os conteúdos dessa vida e levá-lo a encontrar um objetivo a ser alcançado, uma meta a ser realizada. Em outras palavras, criar condições para que o estudante se perceba como ser-responsável perante a realização de valores e, então, vislumbre sentidos que o façam continuar.

Aqui são apresentados dois conceitos que podem trazer alguma dificuldade ao entendimento, por isso vamos buscar situar o que entendemos por sentido e por valores. O primeiro é encontrado em situações únicas e irrepetíveis, é pessoal e situacional, enquanto os segundos são, na definição de Frankl (2019, p. 110), *abstratos universais-de-sentido*, que se “prendem à *condition humaine* enquanto tal, e é a estas possibilidades gerais de sentido que se chama valores”. Assim, a realização de valores pode possibilitar à pessoa encontrar sentido em cada situação vivida, por mais adversa que essa se apresente. A vida universitária é permeada de desafios e muitas vezes se faz árida, no entanto, isso não tira o sentido que há em ser e estar estudante naquele contexto. Muitas vezes aquilo que se apresenta sem sentido exige que façamos escolhas, que nos posicionemos; ou muda a situação em que nos encontramos; ou modifica a nós mesmos diante desta – em outras palavras, a vida exige de nós uma adaptação, no entanto, uma adaptação ativa e resiliente, e não passiva.

O ser humano, na qualidade de ser-consciente e ser-responsável, é também um ser crítico de sua condição existencial, capaz de fazer escolhas e de assumir uma atitude existencial autêntica, revelando o que Frankl (2019, p. 63) irá nomear como “o poder de resistência do espírito”. O aprendizado e o exercício da resiliência são possíveis, pois os fatores estressores e opressores – quer sejam de natureza biológica, quer sejam de ordem psicológica ou social – não encontram uma pessoa inerte, mas sim um ser capaz de posicionar-se. Tal entendimento não desconsidera que o ser humano é, em certa medida, condicionado, uma vez que é submetido a condições biológicas, psicológicas e sociológicas que independem da sua vontade – e, nesse sentido, não é livre. No entanto, ainda que não esteja livre dessas condições, é livre para posicionar-se diante delas – Frankl (2019, p. 63) afirma: “o homem é capaz de se elevar acima de

toda a sua condicionalidade e de resistir às mais rigorosas e duras condições e circunstâncias, escorando-se naquela força que costumo denominar o poder de resistência do espírito”. Aqui, mais uma vez se faz presente a função primeira da educação, já que educar para o afinar da consciência implica em desenvolver esse atributo que é especificamente humano.

Ao tratar da realização de valores, Frankl (2019), de forma didática, apresenta-os em três categorias: valores criativos, valores vivenciais e valores de atitude. Em nossa vida, a todo momento somos chamados a realizar valores. Algumas vezes a “vida exige-nos que realizemos de valores criativos; outras que nos orientemos para a categoria de valores vivenciais” (Frankl, 2019, p. 114); e, em outras, que voltemos para os valores de atitude. O autor acrescenta que, “no primeiro caso, teremos, por assim dizer, que enriquecer o mundo com o nosso agir; no segundo, teremos que enriquecer-nos a nós mesmos através de nossas vivências” (p. 114); e, por fim, no último caso, temos aqueles valores que se fazem possíveis “no modo como o homem se insere numa limitação da vida” (p. 113). Essa terceira categoria de valores se realiza precisamente no modo como cada um se coloca diante de um estreitamento de possibilidades, dos limites existentes na vida. Aqui a realização de valores depende da “atitude que um homem adote perante um destino imutável” (p. 114), por exemplo, uma doença terminal, uma tragédia ambiental ou a própria morte. Trata-se de manter a coragem no sofrimento, a dignidade diante de uma perda, a serenidade na dor.

Em relação à categoria de valores atitudinais, apesar de o autor atribuir a casos mais extremos, “perante um destino imutável”, acreditamos que possa ser compreendida também ante outras situações, por exemplo, quando um estudante, ante o desafio de construção de um trabalho, opta por se dedicar intensamente aos estudos em detrimento de outras atividades. Entendemos que aqui há a realização de valores de atitude, pois não raras vezes lhe é custoso optar pelo cumprimento da parte que lhe cabe no processo de (auto)formação para um dever-ser autêntico, um profissional que responda condignamente ao seu compromisso social.

Se o encontro do sentido que há nas situações vividas se dá pela realização de valores, é importante buscar conhecer que valores estão sendo valorados por estudantes universitários (Kreutzfeld, 2023; Severo; Carreiro; Moraes; Paiva; Duré, 2020). Kreutzfeld (2023) em seus estudos busca conhecer relações presentes entre valores existenciais e sentidos de vida de estudantes de cursos de licenciatura e a maneira como isso se revela nos modos de ser e estar

na vida universitária. Defende o autor que, “por trás de nossas escolhas, há sempre a presença ou ausência de valores existenciais e de sentidos de vida” (Kreutzfeld, 2023, p. 124).

No fluxograma apresentado na Figura 4 encontramos, constituindo os núcleos de sentidos, valores apontados pelos estudantes como passíveis de serem realizados na universidade ou, mais ainda, que a universidade é lugar de realização desses. Uma leitura possível desse fluxograma dá visibilidade a valores criativos: criar, estudar, aprender, conhecer, formação; valores vivenciais: vida, amizade, formação, oportunidade; e, ainda, valores atitudinais: vida, amizade, estudar. Essa é uma leitura possível a partir da configuração dos núcleos de sentidos, mas pode haver diversas outras, inclusive compreendendo a realização de outras categorias de valores em cada um dos núcleos de sentido.

A realização desses e de tantos outros valores pode possibilitar ao estudante encontrar o sentido que há em cada situação que a vida universitária lhe apresenta, mesmo aquelas que se fazem mais desafiadoras. Os sentidos são subjetivos e circunstanciais, assim, uma experiência que pode constituir sentido para um determinado estudante pode não representar o mesmo para outro. Da mesma forma, o que pode constituir sentido para um estudante no primeiro semestre da faculdade pode não fazer mais o mesmo sentido no quinto ou no sexto, e outros sentidos podem assumir esse lugar.

Ações importantes ao longo de todo o percurso acadêmico e que podem ser previstas e implementadas como políticas institucionais são aquelas capazes de oportunizar ao estudante espaços-tempos de autocuidado, autorreflexão e autoconhecimento. Aqui corroboramos a compreensão de Goethe, citado por Frankl (2019, p. 125): “Como pode uma pessoa conhecer-se a si mesma? Nunca pela reflexão, mas sim pela ação. Tenta cumprir o teu dever e logo saberás o que há em ti. Mas, o que é o teu dever? A exigência do dia”. Um autoconhecimento ativo, ressaltando a exigência de realização de valores de forma consciente e responsável.

Faz-se fundamental uma educação que vise ao afinar da consciência, o que implica em desenvolver “a capacidade de procurar e descobrir o sentido único e exclusivo oculto em cada situação” (Frankl, 2020, p. 85), ou seja, que o estudante seja sempre capaz de encontrar o sentido que há naquilo que está vivendo, estudando, criando; nas amizades; e na sua própria formação como profissional e pessoa no mundo.

Pensar a função da educação implica, também, em criar condições para que se dê o afinar da consciência dos estudantes e se perceba(m) o(s) sentido(s) que ali existe(m). Revisitamos os

núcleos de sentidos representados pelas palavras-verbos “criar”, “estudar”, “aprender”, “conhecer”, ações que apontam para o responder às demandas não apenas do mundo acadêmico, mas da vida como um todo. Responder à vida de forma livre e responsável: esse deve ser um aprendizado presente na vida universitária.

Sobre o senso de pertencimento: o ser e estar na universidade

Apresentar o questionamento sobre o sentido da vida, aqui em particular sobre o sentido da vida universitária, não é, necessariamente, sinal de patologia – ao contrário, pode ser indício de que o estudante está se posicionando de forma crítica, consciente e autêntica diante da própria experiência acadêmica. No entanto, a ausência da percepção de sentido pode gerar o que Frankl (2011, 2018, 2019, 2020) nomeou como o vazio existencial³. Ou seja, se por um lado o questionamento sobre o sentido da vida é uma ação até mesmo benéfica, pois clama por responder ao sentido de vida e ao sentido na vida, por outro lado, esse questionamento, quando não respondido, pode se tornar uma manifestação do vazio existencial. Nesse caso estaríamos diante do adoecimento psíquico configurado no que Frankl (2019) nomeou como neurose noogênica. A compreensão do conceito de vazio existencial, ao tratar da ausência da percepção de sentido na vida, certamente pode ajudar a problematizar os altos índices de adoecimento psíquico entre jovens universitários.

Se por um lado a cultura e as políticas institucionais exigem o sucesso acadêmico a qualquer custo, por outro, temos jovens estudantes, com uma vida inteira pela frente, dando os primeiros passos na vida adulta, tateando e aprendendo a como caminhar ante as novas exigências que a vida lhes apresenta. Os desencontros entre aquilo que é valorado pela instituição e o que é valorado pelos estudantes podem criar obstáculos à construção do senso de pertencimento à vida universitária, agravando o quadro de frustração existencial.

Se considerarmos que, de acordo com Frankl (2011, 2019), as principais manifestações do vazio existencial são a apatia e o tédio, em que o tédio se traduz na incapacidade de interessar-se por algo; e a apatia, na incapacidade de tomar iniciativa para algo, muito há que questionarmos sobre o que tem sido valorado pela cultura e pelas políticas institucionais

³ Em outros textos o termo “vazio existencial” aparece com as denominações: vácuo existencial; frustração existencial; e, ainda, como frustração da vontade de sentido.

universitárias e pelos estudantes como seres humanos integrais.

Saber-se e reconhecer-se parte do processo que constitui a vida universitária pode ajudar o estudante a encontrar o(s) sentido(s) que há em estar ali, mesmo nas situações mais desafiadoras. Aqui já é possível afirmar que a realização de valores criativos, vivenciais e atitudinais pode contribuir para a promoção do senso de pertencimento.

Assim como é preciso voltar à educação para aprender a relação de pertencimento à Terra, à natureza, à nação (Lestinge, 2004), também devem ser empreendidos esforços educativos no sentido de ensinar a aprender a relação de pertencimento à vida acadêmica, desde o seu início, lá na Educação Infantil. No entanto, como ensinar a pertencer? Lestinge (2004), ao falar sobre o senso de pertencimento à natureza e ao planeta Terra, dá indicativos de que também podemos aprender a pertencer à vida escolar e posteriormente à universitária, descobrindo o sentido que há em estar ali. Na relação com a natureza, aprendemos a valorar e a pertencer por tudo que ela nos oferece de belo e pelas possibilidades de autotranscendência, de nos humanizarmos e de humanizar as relações interpessoais. Quando olhamos para a vida acadêmica, o princípio pode ser o mesmo. Podemos aprender a pertencer quando nos abrimos às experiências e aos aprendizados que o mundo acadêmico oferece, muito além do simples aprender teorias e técnicas e reproduzi-las em outro momento. A vida acadêmica é rica em possibilidades de ser e também de vir a ser, de constituir-se como ser biopsicossocioespiritual na relação com outras pessoas que assim também se reconhecem.

Para Lestinge (2004) pertencer tem a ver com identificar-se com o lugar em que se encontra, com fixar raízes, mas não raízes que aprisionam, e sim que alimentam. Aqui o senso de pertencimento leva em direção à liberdade, à autonomia, a um sentido ontológico ante a vida.

Buscando a ideia de liberdade à qual o senso de pertencimento pode levar, vamos ao encontro do conceito de liberdade proposto por Frankl (2019), que traz a liberdade de o ser se posicionar diante das circunstâncias que a vida lhe impõe. Nessa perspectiva, ainda que não sejamos livres das circunstâncias, que se configuram como determinismos sociais, biológicos e/ou psicológicos, somos livres para nos posicionar diante delas. Nossa liberdade está de acordo com a forma responsável como respondemos à vida.

A título de finalização desta reflexão, iremos nos dedicar um pouco mais ao entendimento do que estamos nomeando como senso de pertencimento e ao modo como a sua presença ou ausência impacta a realização de valores e a percepção dos sentidos que há em ser e estar

estudante universitário. Tal incursão se faz importante, uma vez que a existência do senso de pertencimento pode criar condições adequadas para o enfrentamento e gerenciamento de conflitos e desafios que são inerentes à vida universitária. E, ainda, porque o pertencimento, quando existe, raramente é tema de estudo e discussão, somente quando começam a se fazer presentes os impactos negativos da sua ausência é que se torna merecedor de atenção.

Temos como premissa o entendimento de que se conseguirmos conhecer os elementos e fatores que favorecem a construção do senso de pertencimento dos estudantes na vida acadêmica e pudermos empreender ações que os promovam, certamente poderemos usar esse fator tão importante para promoção da qualidade de vida dos estudantes no contexto universitário. Tais ações poderiam minimizar o impacto de fatores causadores de adoecimento psíquico.

A necessidade de se sentir pertencente (Mathias, 2023), assim como a vontade de sentido (Frankl, 2019), é inerente à condição humana e permeia as diversas formas de interação social.

Mathias (2023), ao dissertar sobre o pertencimento, apresenta três vetores em que ele se realiza: o social, o corporal e o emocional. O primeiro diz respeito às formas de pertencimento no contexto social mais amplo, chegando mesmo a uma ideia de nação e às suas formas de hierarquização de pertencimento. O segundo traz as implicações do corpo no espaço-tempo e as regras que condicionam o pertencer ou não a determinados grupos. Destaca o autor que, “em cada grupo, surgem hierarquias próprias do corpo, posicionando o sujeito de acordo com essa lógica e assim definindo as chances de obtenção da sensação de pertencimento” (Mathias, 2023, p. 176). Por fim, o terceiro, o emocional, ligado à afetividade, caracteriza-se por estar atrelado à construção do sentido existencial. Em sua complexidade, os dois primeiros vetores, “de certo modo, pré-dispõem esse elemento [emocional], uma vez que fornecem diferentes narrativas que estimulam a produção de sentidos e da organização de um percurso de ações para seu alcance” (p. 178).

No contexto desta pesquisa, não negligenciando os dois primeiros vetores e suas implicações, importa debruçarmo-nos sobre o terceiro vetor de pertencimento, por ser aquele que está mais diretamente relacionado à percepção do sentido existencial.

Mathias (2023) ajuda a compreender essa relação entre pertencimento e sentido existencial e, em especial, quando em relação com um espaço como a universidade. O estudo do senso de pertencimento como um sentimento emocional busca compreender a relação

estabelecida por uma pessoa com um determinado lugar, gerando o chamado lugar-pertencimento. Aqui, lugar recebe uma conotação de *casa*, o que implica na ideia de pertencer como próxima do *sentir-se em casa*.

Neste momento, vemos como apropriado, ao pensarmos as condições de vida do estudante universitário – que passa muitas horas do seu dia, durante anos, na universidade –, fazer uso dessa metáfora da *casa*. Para Mathias (2023, p. 178) essa metáfora “remete ao anseio humano de encontrar um lugar no mundo, criar raízes não no sentido propriamente espacial, mas, sobretudo num projeto de vida ou numa forma de ser no mundo”. Nesse ponto, vamos ao encontro das reflexões de Lestingue (2004, p. 50), quando traz a ideia de pertencimento como um enraizar: “se enraízo, nutro-me do que há ali, criando minha identidade”. Talvez seja isso o que o ser humano busca no esforço de aprender e construir o senso de pertencimento, de encontrar um lugar em que possa se enraizar, mas não no sentido de aprisionar-se, mas no sentido de nutrir-se para realizar seus projetos de vida. Isso soa coerente com o anseio que percebemos nos jovens estudantes universitários respondentes da pesquisa aqui apresentada.

Ao responderem à pergunta “Universidade: lugar de quê?”, os estudantes falam sobre o que eles valoram e sobre o que para eles seria importante para construir o senso de pertencimento nesse lugar-tempo-cultura chamado universidade.

Considerações finais

Responder à pergunta proposta nesse movimento de pesquisa pode parecer coisa banal, e o é, desde que não consideremos as implicações das respostas na construção do senso de pertencimento e no encontrar o(s) sentido(s) que há em ser e estar estudante universitário. Esse foi o primeiro dos aprendizados que o estudo dos dados registrados nos trouxe.

Intentávamos conhecer, a partir das respostas dos estudantes, indicativos sobre a presença ou não do senso de pertencimento à universidade e, ainda, pistas sobre elementos importantes ao propor ações de educação em saúde visando à promoção do senso de pertencimento à vida universitária. Consideramos que esse objetivo foi alcançado, pois, ao observarmos os núcleos de sentido encontrados, é possível afirmar que os respondentes da pesquisa valorizam – além daquilo que é historicamente consolidado no espaço-tempo universitário, como formação, aprender, estudar, ter oportunidades para entrada no mercado

de trabalho – vivências que transcendem a essas, como a amizade, as atitudes criativas e a valorização da vida. Esses núcleos de sentido precisam reverberar em elementos presentes nas ações de educação em saúde propostas.

No diálogo com o aporte teórico foi possível aproximarmo-nos de indicativos que auxiliam na construção de políticas institucionais que favoreçam a permanência na vida universitária com saúde e bem-estar. Aqui, devemos considerar que o sucesso vai muito além de tirar boas notas ou ter destaque. Isso porque, se implica o aprendizado acadêmico, implica também criar vínculos de amizade; conhecer o novo e novas pessoas; ter experiências que ultrapassam os limites teóricos; ter formação e crescimento profissional, mas também pessoal; criar conhecimento, mas também vida – em síntese, realizar valores e encontrar sentidos na vida tal qual está sendo vivida naquele lugar-tempo-cultura.

O estudo apontou para a necessidade, cada vez mais urgente, de realizar pesquisas que dão eco às vozes dos estudantes. Algumas limitações também foram percebidas, para superá-las o número de respondentes precisa ser ampliado; e deve haver a identificação dos grupos de respondentes para verificar se há especificidades quanto a momento do curso; gênero e identidade sexual; questões étnicas, etárias, econômicas, culturais e outras.

Por fim, cada instituição deveria se dedicar a ouvir os estudantes para, com eles, aprender a responder com políticas e ações institucionais à pergunta: universidade: lugar de quê?

Referências

BRUZZONE, D. *Afinar la consciencia: educación y búsqueda de sentido a partir de Viktor E. Frankl*. Buenos Aires: San Pablo, 2011.

CANDEIAS, N. M. F. Conceitos de educação e de promoção em saúde: mudanças individuais e mudanças organizacionais. *Revista Saúde Pública*, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 209-213, 1997. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v31n2/2249.pdf>. Acesso em: 26 abr. 2024.

CHAVES, A. K. D. L.; AQUINO, T. A. A. de. Narrativas de vida de estudantes universitários: uma análise do sentido existencial por meio da autobiografia. *Revista Abordagem Gestáltica*, Goiânia, v. 27, n. 3, p. 252-266, dez. 2021. DOI: <https://doi.org/10.18065/2021v27n3.1>

COULON, A. *A condição de estudante: a entrada na vida universitária*. Salvador: Edufba, 2008.

COULON, A. O ofício de estudante: a entrada na vida universitária. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 43, n. 4, p. 1239-1250, out./dez. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1517-9702201710167954>

CRISTO, F. de; FARIAS, I. M. S. U. de; CAVALCANTE, A.; MEDEIROS, A. L. G. de. O Ensino Superior e suas exigências: consequências na saúde mental dos graduandos. *Trabalho (En)Cena*, Palmas, v. 4, n. 2, p. 485-505, 2019. DOI: <https://doi.org/10.20873/2526-1487V4N2P485>

FRANKL, V. E. *A vontade de sentido*: fundamentos e aplicações da Logoterapia. São Paulo: Paulus, 2011.

FRANKL, V. E. *Em busca de sentido*: um psicólogo no campo de concentração. 44. ed. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2018.

FRANKL, V. E. *Psicoterapia e sentido da vida*: fundamentos da logoterapia e análise existencial. 7. ed. São Paulo: Quadrante, 2019.

FRANKL, V. E. *A presença ignorada de Deus*. 21. ed. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2020.

KAMPFF, A. J. C.; RAMIREZ, R. E.; AMORIM, L. R. A universidade enquanto (não) lugar: reflexões sobre fatores de engajamento e lugarização de estudantes. *Educação Por Escrito*, [S. l.], v. 9, n. 2, p. 347-360, 2019. DOI: <https://doi.org/10.15448/2179-8435.2018.2.33128>

KREUTZFELD, L. D. *Valores existenciais e sentidos de vida de estudantes de cursos de licenciatura*. 2023. 137 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Faculdade de Educação, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2023.

LESTINGE, S. R. *Olhares de educadores ambientais para estudos do meio e pertencimento*. 2004. 263 f. Tese (Doutorado em Recursos Florestais) – Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz”, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2004.

MATHIAS, D. Pertencimento: discussão teórica. *ALEA*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 166-187, jan./abr. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/1517-106X/202325110>

MINEIRO, M. Pesquisa de survey e amostragem: aportes teóricos elementares. *Revista de Estudos em Educação e Diversidade*, Vitória da Conquista, v. 1, n. 2, p. 284-306, out./dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.22481/reed.v5i12.15135>

PEREIRA, R. R. D. *Resiliência nos modos de ser e estar de estudantes de cursos de Licenciatura da Universidade Federal de Juiz de Fora*. 2021. 123 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Faculdade de Educação, Universidade Federal de Juiz de Fora, 2021.

SEVERO, J. L. R. L.; CARREIRO, G. N.; MORAIS, M. S. de; PAIVA, C. L. C.; DURÉ, R. C. “Ser estudante” no Ensino Superior: aspectos valorativos da experiência na perspectiva

discente. *Linhas Críticas*, [S. l.], v. 26, p. 32512, 2020. DOI: <https://doi.org/10.26512/lc.v26.2020.32512>

SILVA, M. V. O.; SILVA, L. M. P. Quando o sonho vira pesadelo: uma análise do adoecimento e sofrimento dos discentes da graduação. *In*: CONGRESSO EM DESENVOLVIMENTO SOCIAL, 6., 14-16 ago. 2018, Montes Claros. *Anais [...]*. Montes Claros: Editora da Unimontes, 2018. Disponível em: <https://plataforma9.com/congressos/vi-congresso-em-desenvolvimento-social-unimontes>. Acesso em 24 abr. 2024.

SOARES, K. S. *Como nos tornamos universitários: a experiência do primeiro ano e o senso de pertencimento à universidade*. 2021. 37 f. Monografia (Graduação em Administração) – Instituto de Ciências Sociais Aplicadas, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2021.

Submetido em: 19.09.2024.

Aprovado em: 17.11.2024.