

Desafios na Trajetória Acadêmica e Apoio Psicológico ao Estudante Universitário: Contribuições de dois Projetos de Extensão

Challenges Along The Academic Trajectory And Psychological Support To College Student: Contributions Of Two Community Service Projects.

Resumo

Descreve ações de apoio psicológico realizadas no âmbito de dois Projetos de Extensão do Departamento de Psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo: Programa de Triagem Psicológica e Serviço de Atenção Psicológica ao Graduando. As ações visam auxiliar estudantes universitários, assistidos pela Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis e de Cidadania, a enfrentar os desafios pertinentes à trajetória acadêmica, de acordo com a política de assistência estudantil da instituição. As atividades desenvolvidas compreendem a realização de triagem psicológica, atendimentos individuais na modalidade de psicoterapia e oficinas em grupo, com as seguintes temáticas: desenvolvimento de habilidades sociais, orientação aos estudos e controle de ansiedade e enfrentamento do estresse. Nos anos de 2015 a 2017 participaram 217 estudantes, em sua maioria do sexo feminino, cursando seu primeiro curso superior, recebendo algum tipo de bolsa ou auxílio, e estudando preferencialmente do 1º ao 3º períodos de cursos matutinos. Foram realizadas, no total, 12 oficinas e, ao seu término, os estudantes realizaram uma avaliação na qual apontaram a importância da aprendizagem que tiveram. Assim, os projetos de extensão colaboraram na superação das dificuldades enfrentadas pelos graduandos em sua trajetória acadêmica, além de contribuir para a formação dos extensionistas de Psicologia ao articular ensino, pesquisa e extensão.

Palavras-chave: Assistência Estudantil; Atendimento Psicológico; Universitários.

Fabiana Pinheiro Ramos*
Adriano Pereira Jardim
Ana Carla Pantoja Gomes
Juliana Nascimento Lucas

Universidade Federal do Espírito Santo (UFES)

*E-mail: fabiana.ramos@ufes.br



Abstract

Psychological support actions are described, developed in the framework of two Community Service projects executed at the Psychology Department of Universidade Federal do Espírito Santo: Psychological Screening Project and Psychological Care Service for Students. The actions aim to help college students attended by the Vice-Rector of Student Affairs and Citizenship to cope with the challenges along the academic trajectory, in line with the institution's student assistance policy. The activities involve psychological screening, individual attendance through psychotherapy and group workshops on the following themes: development of social skills: study orientation; and anxiety control and stress coping. From 2015 to 2017, 217 students participated, mostly female, in their first year of higher education, who received some kind of grant or aid and were preferably taking their first to third term in the morning period. In total, 12 workshops were held and, at the end, the students' assessment appointed the importance of their learning. Thus, the community service projects contributed to overcome the difficulties the students faced along their academic trajectory, besides contributing to the education of community service students in Psychology by articulating teaching, research and community services.

Keywords: Student Assistance; Psychological Care; College Students.

INTRODUÇÃO

A inserção do estudante na Universidade o coloca diante de uma nova realidade, na qual se fazem presentes inúmeros desafios, tais como: inserir-se em um contexto novo e diferente; desenvolver habilidades (no âmbito pessoal e profissional) que o permitam ser bem sucedido no ambiente acadêmico; manter desempenho compatível com o exigido pelas diversas disciplinas que cursa; dentre outros (IGUE; BARIANI; MILLANESI, 2008; MORENO; SOARES, 2014; SOARES et al., 2014; LANTYER et al., 2016). Assim, a transição para a vida universitária é complexa e exige do graduando um amplo conjunto de habilidades para lidar com as diferentes exigências que lhes são apresentadas, em geral quando este ainda é um jovem, em processo de formação.

A ausência de habilidades para manejar essa nova realidade pode contribuir para a evasão ou retenção do aluno durante o curso superior. A evasão refere-se ao abandono ou desistência do curso, enquanto que a retenção se refere ao atraso na conclusão do curso superior, em geral devido às constantes reprovações em disciplinas (AZEVEDO, 2016; SALES JUNIOR, 2013). Nesse processo, as dificuldades podem se acumular, fazendo com que muitos acadêmicos desenvolvam problemas psicológicos ou gerando o agravamento de quadros pré-existentes à entrada na universidade. Pesquisas apontam os principais problemas desenvolvidos pela população universitária, sendo estes: estresse, ansiedade, depressão, ideação suicida, fobias sociais, e uso de substâncias psicoativas lícitas e ilícitas (GAMA et al., 2008; BAPTISTA; CARNEIRO, 2011; ZEFERINO et al., 2015; VASCONCELOS-RAPOSO, 2016).

O estresse e a ansiedade são reações orgânicas frente a eventos que apresentam mudanças para a vida dos indivíduos e que demandam comportamentos adaptativos. Em geral, são quadros temporários, mas quando se perpetuam podem se tornar adoecedores e trazer prejuízos na qualidade de vida e conseqüentemente no desempenho profissional dos indivíduos afetados (FERREIRA et al., 2009; LANTYER et al., 2016). A literatura aponta que o contexto acadêmico pode ser gerador de estresse, podendo afetar o desenvolvimento acadêmico, a saúde do estudante e seu bem-estar; e destaca ainda que a falta de habilidades sociais pode agravar esse problema, devido ao sentimento de desamparo que o indivíduo vivencia para lidar com as novas demandas (FURTADO; FALCONE; CLARK, 2003).

Nesse campo de investigação do adoecimento acadêmico, pesquisas também indicam o surgimento de quadros depressivos, ideação ou tentativa de suicídio (BAPTISTA; CARNEIRO, 2011; GONÇALVES; FREITAS; SEQUEIRA, 2011; VASCONCELOS-RAPOSO, 2016); e o uso abusivo de drogas lícitas (álcool e tabaco) e ilícitas, entre a população universitária (TEIXEIRA et al., 2010; SANTOS; PEREIRA; SIQUEIRA, 2013; MELLO et al., 2014; ROSA et al., 2014; RODRIGUES et al., 2014; SILVA; TUCCI, 2015; ZEFERINO et al., 2015). Assim, é importante acolher as demandas que emergem do contexto acadêmico, propondo programas que visem oferecer suporte psicológico ao estudante universitário, prevenindo quadros de adoecimento e contribuindo para o desenvolvimento de suas habilidades (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2003; FERREIRA; OLIVEIRA; VANDENBERGH, 2014; GARCIA; BOLSONI-SILVA; NOBILE, 2015; LANTYER et al., 2016).

O presente trabalho descreve as ações de dois Projetos de Extensão ofere-

cidos pelo Departamento de Psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), que funcionam de forma integrada, e que visam desenvolver intervenções psicológicas com universitários de diversos cursos de graduação da instituição. Tais intervenções estão em consonância com os objetivos das políticas de assistência estudantil, que propõem ações de cunho psicossocial e socioeducativo com o objetivo de promover a integração dos estudantes à vida universitária e melhoria do rendimento acadêmico (BRASIL, 2010; UFES, 2014), tendo em vista o enfrentamento dos inúmeros desafios inerentes à vida acadêmica, conforme descrito a seguir.

MÉTODOS

A proposição das ações de extensão aqui descritas surgiu no segundo semestre de 2014, por demanda da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis e de Cidadania (PROAECI) que contactou o Departamento de Psicologia a fim de se estabelecer uma parceria no atendimento das necessidades de cunho psicológico dos estudantes que procuravam este órgão. A partir desta proposição, professores do Departamento de Psicologia se organizaram e se articularam para a redação dos projetos, aprovação na Câmara Departamental e encaminhamento à Pró-Reitoria da Extensão, o que ocorreu no final de 2014. Ainda neste período, foram selecionados 20 estudantes de graduação em Psicologia para atuação nos referidos projetos e, em fevereiro de 2015, foi realizado um curso para capacitação dos extensionistas ingressantes.

A seleção dos extensionistas de ambos os projetos é feita por meio de análise do currículo e entrevista, após ampla divulgação do período de seleção e critérios de inscrição. Cada estudante dedica 20 horas de atividades semanais ao Projeto, aí incluídas: preparação das atividades; realização das atividades; supervisão semanal com os professores responsáveis; confecção de relatórios e demais registros. As atividades de ambos os projetos são desenvolvidas no Núcleo de Psicologia Aplicada (NPA), local no qual os alunos do Curso de Psicologia realizam estágios supervisionados no último ano e recebem supervisões e/ou orientações. O NPA é formado por 10 salas, sendo 8 de atendimentos (6 individuais e 2 de grupo) e 2 de supervisões, além das salas de estagiários, de espera e de armazenamentos de testes psicológicos.

No que se refere à parceria com a Proaeci, semestralmente são realizadas reuniões entre a equipe do Projeto e a equipe técnica da Proaeci, com o objetivo de avaliar as atividades desenvolvidas, mapear novas demandas de atendimento e planejar ações conjuntas que se façam necessárias. A divulgação das vagas para os projetos de extensão é feita via mailing da Proaeci, no qual são informadas as modalidades de atividades, os dias e horários de realização e a forma de inscrição. As inscrições são recebidas e organizadas por ordem de chegada e, em seguida, o estudante é convidado a comparecer ao NPA para realização da triagem psicológica individual, no caso de inscrição para psicoterapia, ou triagem em grupo, no caso de inscrição para as oficinas ofertadas.

1. Programa de Triagem Psicológica

O Programa de Triagem Psicológica (PTP) se caracteriza como um processo

de avaliação realizado em duas modalidades: a triagem em grupo e a triagem individual. Na triagem em grupo, os estudantes, após se inscreverem para uma das modalidades de oficinas oferecidas, são chamados em grupos de até doze pessoas para preencherem um instrumento de autoavaliação desenvolvido com base na abordagem eclética ou terapia integrativa (BEUTLER, 1983). O Instrumento de Triagem Psicológica, na versão autopreenchida (ITP-A), utiliza as cinco dimensões da Seleção Sistemática de Tratamento (BEUTLER; CLARKIN, 2014), a saber: severidade, motivação, complexidade, reação e estilo de coping, a fim de identificar características do problema e do indivíduo na compreensão da situação e na tomada de decisão em relação ao encaminhamento final, podendo o estudante ser direcionado para uma das oficinas e/ou para avaliação individual.

A triagem individual é um processo de dois a cinco encontros de até 50 minutos cada, quando os extensionistas avaliam, a partir da perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa (ROGERS, 2001), os motivos da busca pelo atendimento e aspectos de vida associados a tais motivos. O objetivo é compreender de forma dinâmica e sistemática as principais queixas e a intensidade e a extensão de tais queixas na vida dos estudantes avaliados, de forma a se realizar um encaminhamento para o atendimento mais adequado ao caso. Os encaminhamentos podem ser para psicoterapia individual ou para uma das oficinas oferecidas, ou ainda algum outro tipo de intervenção necessária ao estudante.

2. Serviço de Atendimento Psicológico ao Graduando da UFES (SAPSIG)

O SAPSIG oferece um conjunto de atividades para auxiliar os estudantes de graduação em sua permanência na universidade, a saber: 1) oficina de orientação aos estudos; 2) oficina de desenvolvimento de habilidades sociais; 3) oficina de controle de ansiedade e enfrentamento do estresse; e 4) atendimento psicológico individual. Todas as oficinas são compostas de 8 encontros de 2 horas cada, contanto com a participação de, no máximo, 15 estudantes por oficina.

As ações desenvolvidas e as metodologias propostas estão baseadas no princípio de que as habilidades que o estudante necessita para vencer algumas dificuldades que se apresentam em seu percurso acadêmico, podem ser aprendidas, desde que existam atividades planejadas para propiciar tal aprendizagem. Assim, as atividades propostas estão alicerçadas nos conhecimentos específicos produzidos no campo da Psicologia como ciência e profissão, e, especificamente embasadas no referencial da clínica analítico-comportamental (BORGES & CASSAS, 2012).

A Oficina de Orientação ao Estudo visa trabalhar com os alunos as ferramentas necessárias para a criação de hábitos de estudo, por meio de atividades e discussões focadas em: desenvolver estratégias mais eficientes de estudo; identificar aspectos facilitadores na organização das atividades de estudo; identificar dificuldades pessoais que estejam interferindo negativamente nos hábitos de estudo (REGRA, 2004). Além de informações sobre como se planejar para estudar de forma eficaz, o estudante também avalia, por meio de um questionário, seus atuais hábitos de estudo, bem como o que precisa ser modificado nesse aspecto.

Já a Oficina de Desenvolvimento de Habilidades Sociais consiste em ensinar estratégias interpessoais aos indivíduos, com a intenção de melhorar sua competência nas situações sociais, por meio da aquisição de novos comportamentos que incluam habilidade aumentada para expressar pensamentos e/ou sentimentos, sejam eles positivos (alegria, amor, elogio) ou negativos (raiva, ressentimento, crítica), iniciar e manter conversações, falar em público, defender os próprios direitos, expressar opiniões pessoais, dentre outros (CABALLO, 2003). O Treino em Habilidades Sociais é um procedimento que tem se mostrado eficaz em ensinar aos indivíduos novas formas de se comportar tornando-os mais hábeis em produzir interações positivas e resultados benéficos nas relações interpessoais com as mais diversas populações, inclusive a universitária (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2003).

A Oficina de Controle de Ansiedade e Enfrentamento do Estresse, por sua vez, visa a auxiliar estudantes cujo desempenho acadêmico esteja sendo prejudicado pelo excesso de ansiedade e de estresse vivenciados cotidianamente. Estados emocionais intensos podem interferir na atenção, concentração e na capacidade de aprendizagem; assim, para alguns estudantes, os principais obstáculos para um bom desempenho escolar não são dificuldades de natureza cognitiva, mas de ordem emocional, que podem ser contornadas à medida que o estudante aprenda a lidar melhor com elas, por meio da adoção de estratégias de enfrentamento eficazes, tais como o relaxamento.

Além das dificuldades estritamente ligadas às competências acadêmicas e de estudo, sabe-se que inúmeras dificuldades de ordem emocional (conflitos pessoais e familiares, dentre outros) podem atrapalhar o bom desempenho do aluno em seu curso superior. Assim, os atendimentos psicológicos individuais visam auxiliar o estudante na resolução de diversas demandas pessoais (conflitos familiares, problemas na faculdade) e profissionais (dúvidas em relação à escolha do curso, por exemplo) de acordo com a necessidade de cada caso. Os atendimentos são realizados semanalmente, com duração média de 50 minutos cada, e pelo tempo necessário à resolução da problemática trazida pelo estudante.

Todas as atividades (individuais ou em grupo) são conduzidas por graduandos em Psicologia, e a metodologia do Projeto prevê que as oficinas e os atendimentos individuais possam ser realizados simultaneamente, na medida em que exista demanda, e a partir da alocação dos 10 extensionistas nas diversas atividades do Projeto. Os extensionistas são alunos matriculados do 6º período do Curso de Psicologia em diante, uma vez que devem possuir um conjunto de competências e habilidades ligadas às atividades no âmbito da clínica. Cada estudante pode desenvolver atividades distintas no Projeto (oficinas e/ou atendimentos individuais) em função das habilidades de cada um, do período do curso em que esteja, e das disciplinas que já tiverem sido cursadas, de acordo com o perfil de cada extensionista.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

1. Perfil dos estudantes atendidos pelos projetos e avaliação das oficinas

De 2015 a 2017 foram atendidos 217 estudantes, sendo 149 do sexo feminino

(68,7%) e 68 do sexo masculino (31,3%), com idade média de 24,37 anos (desvio-padrão de 8,0) e renda familiar média de R\$ 1.958,05 (desvio-padrão R\$ 1.422,15). Em relação aos municípios de moradia dos estudantes, os dados podem ser visualizados na Tabela 1.

MUNICÍPIO	N	%
Vitória	77	41,85
Serra	41	22,28
Vila Velha	30	16,31
Cariacica	30	16,31
Fundão	3	1,63
Guarapari	1	0,54
Viana	1	0,54
Domingos Martins	1	0,54
TOTAL	184*	100

Nota*. Nem todos, dentre os 217 estudantes participantes, informaram o município de residência.

Os estudantes estavam em sua maioria cursando seu primeiro curso superior (N=195, 92,41%), sendo que 68,7% (N=147) não trabalhavam e 74,7% (N=159) recebiam algum tipo de bolsa ou auxílio, dentre estes, preferencialmente bolsa de Assistência Estudantil (N=119, 75,8%). A grande quantidade de alunos que recebiam algum tipo de auxílio ou bolsa está relacionada ao fato de a divulgação das atividades ser feita para os estudantes assistidos pela Proaeci.

Em relação ao turno em que estudavam, os estudantes estavam em sua maioria em cursos matutinos (N=78; 36,4%) e noturnos (N=46; 22,5%). Já com relação aos períodos, 85 estudantes (41,66%) cursavam entre o 1º e o 3º períodos e 70 estudantes (34,3%) cursavam entre o 4º e 6º períodos. As áreas dos cursos aos quais pertenciam os estudantes podem ser visualizadas na Tabela 2.

ÁREAS DO CONHECIMENTO*	N	%
Ciências Sociais Aplicadas	70	32,26
Ciências da Saúde	51	23,5
Ciências Humanas	38	17,52
Linguística, Letras e Artes	30	13,82
Engenharias	15	6,91
Ciências Exatas e da Terra	8	3,69
Ciências Biológicas	5	2,3
Total	217	100

Tabela 1 - Municípios de moradia dos estudantes participantes dos Projetos de Extensão.

Tabela 2 - Áreas do conhecimento dos cursos dos estudantes participantes dos Projetos de Extensão*.

Nota*. As áreas do conhecimento foram categorizadas de acordo com a Tabela do CNPq.

Dentre os 217 estudantes participantes, 179 foram atendidos na modalidade de grupo e 38 na modalidade de psicoterapia individual. Foram realizadas, nos dois primeiros anos dos projetos, 5 oficinas na modalidade de habilidades sociais; 3 oficinas de orientação aos estudos e 4 oficinas de controle de estresse e ansiedade. Os estudantes que participaram das oficinas em grupo preencheram, no último dia da oficina, um Inventário de Satisfação do Usuário, a fim de levantar suas percepções sobre as atividades desenvolvidas nas oficinas e a aprendizagem que tiveram ao participar do processo.

As questões do instrumento eram respondidas em escala *likert* variando de 1 a 5. A primeira questão do instrumento se referia à aprendizagem do participante, ou seja, o quanto ele considerava que tinha aprendido sobre a temática desenvolvida na oficina. Os resultados mostraram uma média de 4,56 (DP=0,72) nesse item para os instrumentos respondidos em todas as oficinas. Na segunda questão do instrumento, o participante deveria avaliar o seu aproveitamento na oficina; e a média dos resultados foi de 4,18 (DP=0,75). Já na terceira questão, o participante deveria avaliar o quanto estava confiante em suas habilidades (relacionadas à temática trabalhada na oficina), e a média dos resultados foi de 4,25 (DP=0,77). Na última questão respondida em escala *likert*, o participante deveria expressar seu sentimento em relação a ter participado da oficina, e a média foi de 5. Esses resultados parecem indicar que as oficinas tiveram bom aproveitamento, por parte dos estudantes, e que estes consideraram que aprenderam habilidades que contribuíram para que se sentissem mais confiantes para lidar com os desafios da vida acadêmica, após participar das oficinas, a exemplo de outros trabalhos da área (GARCIA; BOLSONI-SILVA; NOBILE, 2015; DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2003; FERREIRA; OLIVEIRA; VANDERBERGH, 2014).

2. Contribuições do projeto para a formação dos estudantes de Psicologia e articulação entre ensino, pesquisa e extensão.

Ao longo dos 3 anos dos Projetos de Extensão, 39 graduandos em Psicologia passaram pelo Projeto de Triagem e 23 pelo Projeto SAPSIG, alguns destes atuando como extensionistas desde o início dos Projetos. Os projetos contribuíram para a formação dos estudantes de Psicologia, pois permitiram aos graduandos vivenciar situações reais de atuação do psicólogo em processos de avaliação e intervenção com indivíduos e grupos, consonantes com as habilidades e competências previstas nas Diretrizes Curriculares para Cursos de Graduação em Psicologia.

Os projetos buscaram articular ensino, pesquisa e extensão. Nesse sentido, foram realizados 3 cursos de capacitação com 20 horas de duração cada, tendo em vista a qualificação dos extensionistas ingressantes; sendo também abertas vagas para estudantes de graduação em Psicologia que se interessassem pelas temáticas dos Cursos. O Curso de Extensão “Capacitação em acolhimento, triagem e técnicas clínicas” foi realizado de 23 a 27 de Fevereiro de 2015; o Curso “Fundamentos da atuação na clínica: abordagens interpessoais e dinâmicas no atendimento ao universitário” foi realizado no período de 01 a 04 de Fevereiro de 2016; e por fim, o Curso “Desafios na vivência universitária: propostas de avaliação e intervenção psicológica

1 Alguns dos resultados aqui descritos foram apresentados pela bolsista do Projeto de Extensão SAPSIG nas Jornadas de Extensão e Cultura da UFES de 2016 e 2017.

com estudantes da UFES” realizado de 20 a 22 de Março de 2017.

As atividades dos Projetos de Extensão também estiveram atreladas à pesquisa: “Estresse, ansiedade e estratégias de enfrentamento em contexto universitário: avaliação e intervenção”, que teve por objetivo investigar, por meio de dois subprojetos de iniciação científica, as relações entre estresse, ansiedade e estratégias de enfrentamento em universitários participantes das atividades de atendimento psicológico individual e em grupo, oferecidas no âmbito do Projeto de Extensão SAPSIG. No primeiro subprojeto, foram investigadas as relações entre estresse, ansiedade e estratégias de enfrentamento de provas escolares e, no segundo, avaliados os resultados da participação dos estudantes em um grupo de controle da ansiedade e enfrentamento do estresse.

Os resultados obtidos em cada um dos subprojetos permitiram a avaliação de indicadores emocionais na população universitária (45 participantes, no total) e das estratégias de intervenção eficazes para sua modificação. Os bolsistas de iniciação científica de cada um dos subprojetos participaram da Jornada de Iniciação Científica no ano de 2016, apresentando os resultados obtidos. Em seu conjunto, os dados obtidos permitiram a comparação e correlação das diferentes variáveis coletadas e contribuíram para o aperfeiçoamento das intervenções desenvolvidas no âmbito do Projeto de Extensão SAPSIG.

CONCLUSÃO

Diante dos inúmeros desafios apresentados na trajetória acadêmica, são necessárias propostas de intervenção psicológica que auxiliem o estudante universitário em sua transição para o ensino superior, promovendo o desenvolvimento de habilidades necessárias ao seu desempenho acadêmico e minimizando a probabilidade de surgimento de quadros de adoecimento psicológico nessa população. Tais ações podem contribuir para a diminuição da evasão e retenção no ensino superior, impactando positivamente o desempenho escolar do estudante.

Os projetos de extensão com ofertas de serviço psicológico, aqui descritos, contribuíram para a superação das dificuldades enfrentadas pelos graduandos em sua trajetória acadêmica, e foram positivamente avaliados pelos participantes pela aprendizagem obtida. Além disso, contribuíram para a formação dos estudantes de graduação em Psicologia, ao articular ensino, pesquisa e extensão. Novas propostas podem ser desenvolvidas tendo em vista o atendimento integral das necessidades da população universitária.

REFERÊNCIAS

- AZEVEDO, S. L.** A eficácia do Programa de Assistência Estudantil (PROAES) na Universidade Federal do Espírito Santo para redução dos índices de evasão para alunos de graduação. *Revista Guará*, Vitória, n. 6, p. 7-20, 2016.
- BAPTISTA, M. N.; CARNEIRO, A. M.** Validade da escala de depressão: relação com ansiedade e stress laboral. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, Campinas, v. 28, n. 3, p. 345-352, 2011.
- BEUTLER, L. E.** *Ecllectic Psychotherapy: A systematic approach*. v. 118. Pergamon. 1983.
- BEUTLER, L. E.; CLARKIN, J. F.** *Systematic Treatment Selection: Toward targeted therapeutic interventions*.

Abingdon: Routledge, 2014.

BORGES, N. B.; CASSAS, F. A. (Orgs.) Clínica analítico-comportamental: aspectos teóricos e práticos. Porto Alegre: Artmed., 2012.

BRASIL. Programa Nacional de Assistência Estudantil, Decreto 7234 de 19 de Julho de 2010. Disponível em: <<http://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/2010/decreto-7234-19-julho-2010-607316-publicacaooriginal-128168-pe.html>> Acesso em 20 set 2014.

CABALLO, V. E. Manual de Avaliação e Treinamento das Habilidades Sociais. São Paulo: Santos Editora, 2003.

DEL PRETTE, A; DEL PRETTE, Z. A. P. No contexto da travessia para o ambiente de trabalho: treinamento de habilidades sociais com universitários. Estudos de Psicologia (Natal), Natal, v. 8, n. 3, p. 413-420, 2003.

FERREIRA, C. L.; ALMONDES, K. M.; BRAGA, L. P.; MATA, A. N. S.; LEMOS, C. A.; MAIA, E. M. C. Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 973-981, 2009.

FERREIRA, V. S; OLIVEIRA, M. A; VANDENBERGHE, L. Efeitos a curto e longo prazo de um grupo de desenvolvimento de habilidades sociais para universitários. Psicologia Teoria e Pesquisa, Brasília, v. 30, n. 1, p. 73-81, 2014.

FURTADO, E. S.; FALCONE, E. M. O.; CLARK, C. Avaliação do estresse e das habilidades sociais na experiência acadêmica de estudantes de medicina de uma universidade do Rio de Janeiro. Interação em Psicologia, v. 7, n. 2, p. 43-51, 2003.

GAMA, M. M. A.; MOURA, G. S.; ARAÚJO, R. F.; SILVA, F. T. Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). Revista Psiquiatria (Rio Grande do Sul), Porto Alegre, v. 30, n. 1, p. 19-24, 2008.

GARCIA, V. A; BOLSONI-SILVA, A. T; NOBILE, G. F. G. A interação terapêutica em intervenções com universitários com Transtorno de Ansiedade Social. Psicologia Ciência e Profissão, Brasília, v. 35, n. 4, p. 1089-1105, 2015.

GONÇALVES, A.; FREITAS, P.; SEQUEIRA, C. Comportamentos suicidários em estudantes do ensino superior: Factores de risco e de protecção. Millenium, v. 40, n. s.n., p. 149-159, 2011.

IGUE, É. A; BARIANI, I. C. D; MILANESI, P. V. B. Vivência acadêmica e expectativas de universitários ingressantes e concluintes. Psico-USF (Impr.), Itatiba, v. 13, n.2, p.55-164, 2008.

LANTYER, A. S.; VARANDA, C. C.; SOUZA, F. G.; PADOVANI, R. C.; VIANA, M. B. Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva. São Paulo, v. 18, n. 2, p. 4-19, 2016.

MELLO, M. V. O.; JUNIOR, R. B.; MENOSSI, B. R. S.; VIEIRA, F. S. F. Comportamentos de risco para a saúde de estudantes da Universidade Estadual do Norte do Paraná (Brasil) - uma proposta de intervenção online. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 159-164, 2014 .

MORENO, P. F.; SOARES, A. B. O que vai acontecer quando eu estiver na universidade?: Expectativas de jovens estudantes brasileiros. Aletheia, Canoas, n.45, p. 114-127, 2014.

REGRA, J. A. G. Aprender a estudar. In Hübner, M. M. C. & Marinotti, M. (Orgs.). Análise do Comportamento para a Educação: Contribuições recentes (pp. 225-242). Santo André: ESEtec Editores Associados, 2004.

RODRIGUES, P. F. S.; SALVADOR, A. C. F.; LOURENÇO, I. C.; SANTOS, L. R. Padrões de consumo de álcool em estudantes da Universidade de Aveiro: Relação com comportamentos de risco e stress. Análise Psicológica, Lisboa, v. 32, n. 4, p. 453-466, 2014.

ROGERS, C. R. Tornar-se pessoa. São Paulo: Martins Fontes. 2001.

ROSA, M. I.; CACIATORI, J. F. F.; PANATTO, A. P. R.; SILVA, B. R.; PANDINI, J. C.; FREITAS, L. B. S.; REIS, M. E. F.; SOUZA, S. L.; SIMÕES, P. W. T. A. Uso de tabaco e fatores associados entre alunos de uma universidade de Criciúma (SC). Cadernos Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 22, n. 1, p. 25-31, 2014.

SALES JUNIOR, J. S. Uma análise estatística dos fatores de evasão e permanência de estudantes de graduação

presencial da UFES. Dissertação de Mestrado não-publicada. Programa de Pós-Graduação em Gestão Pública, Centro de Ciências Jurídicas e Econômicas, Universidade Federal do Espírito Santo, 2013.

SANTOS, M. V. F.; PEREIRA, D. S.; SIQUEIRA, M. M. Uso de álcool e tabaco entre estudantes de Psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, Rio de Janeiro , v. 62, n. 1, p. 22-30, 2013.

SILVA, É. C.; TUCCI, A. M. Intervenção breve para redução do consumo de álcool e suas consequências em estudantes universitários brasileiros. Psicologia Reflexão e Crítica, v. 28, n.4, p. 728-736, 2015.

SOARES, A. B.; FRANCISCHETTO, V.; DUTRA, B. M.; MIRANDA, J. M.; NOGUEIRA, C. C. C.; LEME, V. R.; ARAÚJO, A. M.; ALMEIDA, L. S. O impacto das expectativas na adaptação acadêmica dos estudantes no Ensino Superior. Psico-USF, Itatiba , v. 19, n. 1, p. 49-60, 2014.

TEIXEIRA, R. F.; SOUZA, R. S.; BUAIZ, V.; SIQUEIRA, M. M. Uso de substâncias psicoativas entre estudantes de Odontologia da Universidade Federal do Espírito Santo. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro , v. 15, n. 3, p. 655-662, 2010 .

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO. Portaria nº 2.101/2014, regulamenta o Programa de Assistência Estudantil no âmbito da Universidade Federal do Espírito Santo (PROAES-UFES), 2014. Disponível em: <<http://www.proaeci.ufes.br/sites/proaeci.ufes.br/files/field/anexo/Portaria%202101%20de%2028.08.14%20PROAES-UFES.pdf>> Acesso em 30 set 2014.

VASCONCELOS-RAPOSO, J.; SOARES, A. R.; SILVA, F.; FERNANDES, M. G.; TEIXEIRA, C. M. Níveis de ideação suicida em jovens adultos. Estudos em Psicologia (Campinas), Campinas, v. 33, n. 2, p. 345-354, 2016.

ZEFERINO, M. T.; HAMILTON, H.; BRANDS, B.; WRIGHT, M. G. M.; CUMSILLE, F.; KHENTI, A. Consumo de drogas entre estudantes universitários: família, espiritualidade e entretenimento moderando a influência dos pares. Texto & Contexto Enfermagem, Florianópolis, v. 24, n. spe, p. 125-135, 2015.