

Relato de Experiência

Grupo de trocas de vivências e apoio psicossocial a estudantes universitários em tempos de pandemia

Group of experiences exchanges and psychosocial support to university students in times of pandemic

Ana Rita Castro Trajano¹ orcid.org/0000-0002-8193-3421

Matheus Viana Braz¹ orcid.org/0000-0003-1193-9753

Larissa Moreira Batista² orcid.org/0000-0001-6297-1038

Carolina Dal-col Vianna² orcid.org/0000-0002-7231-7117

Fernanda de Souza Vilela² orcid.org/0000-0002-7376-5632

Thiago Oliveira da Silva² orcid.org/0000-0002-1676-3884

¹Doutora, Docente no curso de Psicologia, Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Divinópolis, Minas Gerais, Brasil

²Graduanda no curso de Psicologia, Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Divinópolis, Minas Gerais, Brasil

E-mail da autora correspondente: ana.trajano@uemg.br

Submissão: 14/12/2020

Aprovação: 26/01/2021

RESUMO

Em 2020, após o desencadeamento da pandemia da COVID-19 e das exigências de distanciamento social definidas por autoridades sanitárias, observamos sucessivas queixas de ansiedades e angústias, oriundas da comunidade discente da universidade onde estamos inseridos. Logo, propusemos a realização de um grupo operativo, nomeado Grupo de Trocas de Vivências em tempos de pandemia, direcionado a estudantes universitários, com o objetivo de construir estratégias de apoio psicossocial com os participantes. O grupo, composto por sete estudantes, foi iniciado em junho de 2020, os encontros ocorreram semanalmente, de forma remota (*on-line*) e foi finalizado no mês de setembro de 2020. Tal dispositivo foi baseado nas contribuições de Pichon-Rivière, em diálogo com a Análise Institucional e a Psicossociologia. No presente artigo, são discutidos os nove principais temas que emergiram nos encontros, em contextos variados, ao longo dos meses em que transcorreu o projeto de extensão. Enfim, compreende-se o grupo como um espaço que favoreceu os processos de emancipação e construção de novas experiências, o que permitiu o acolhimento das demandas afetivas apresentadas pelos estudantes. Ademais, o grupo foi veículo de fortalecimento dos vínculos entre os estudantes, mesmo em tempos de isolamento social, o que proporcionou maior autonomia com relação às reflexões sobre o momento atual.

Descritores: Grupo Operativo; COVID-19; Saúde Mental; Estudantes.

ABSTRACT

After the COVID-19 Pandemic in 2020 and its consequent social distancing requirements defined by the sanitary authorities, it was possible to observe successive complaints of anxiety and distress coming from the student community of the Minas Gerais State University. Therefore, it was proposed the creation of an operative group named “Grupo de Trocas de Vivências em Tempos de Pandemia” — Experiences Interchanging Group During Pandemic Times —, in order to build strategies of psychosocial aid for the university students. The group was composed by seven students and it worked from June of 2020 until September of the same year through weekly online meetings. The idea was based on Pichon-Rivière's work contributions in a dialogue with the Institutional Analysis and the Psychosociology. This article discusses the nine main themes, in different contexts, that appeared in the meetings throughout the months in which the extension project took place. Finally, the group is understood as a place that favored the emancipation process and the construction of new experiences, which allowed the acceptance of affective demands presented by the participants. Moreover, despite this time of social isolation, the group was a mean of strengthening bonds between members, which allowed a greater autonomy when it comes to the reflections about the current moment.

Keywords: Operative Group; COVID-19; Mental health; Students.

1. INTRODUÇÃO

O presente artigo trata do relato das experiências de um grupo de extensão, realizado por meio do Projeto de Apoio Psicossocial a Estudantes (PAPE)^a, vinculado à Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Unidade Divinópolis. Este projeto tem como objetivo central a promoção de saúde mental e a construção de estratégias de apoio psicossocial para a comunidade estudantil.

Em março de 2020, após o desencadeamento da pandemia da C-19 e das exigências de isolamento e distanciamento social definidas por autoridades sanitárias, observamos sucessivas queixas (expostas informalmente, em diferentes momentos, aos professores de Psicologia) de ansiedades, angústias e inseguranças, oriundas da comunidade discente da universidade, relacionadas às vivências em cenário de pandemia. Propusemos, então, a adequação do PAPE, projeto aprovado pelo Programa de Apoio a Projetos de Extensão da Universidade do Estado de Minas Gerais (PAEx/UEMG), ao novo contexto sanitário do país. Nesta direção, apresentamos a proposta de realização de um Grupo Operativo *online*, nomeado *Grupo de Trocas de Vivências (GTV) em tempos de pandemia*, voltado para estudantes universitários, de modo a construirmos estratégias de apoio psicossocial com os participantes.

2. PERCURSO METODOLÓGICO

Como seria nossa primeira experiência com esta modalidade de trabalho com grupos, nos mobilizamos na construção coletiva deste novo enquadramento. Os docentes (eram dois) assumiram a coor-

denação e mediação do GTV e os estudantes vinculados ao PAPE passaram a integrar o grupo como participantes e também como equipe de apoio à organização dos encontros e da agenda. A referida equipe definiu que os encontros ocorreriam semanalmente (às terças-feiras, às 20 horas). Após a divulgação da proposta (em rádios locais, redes sociais e *site* da UEMG), o grupo foi iniciado em junho de 2020 e foi finalizado em setembro do mesmo ano. Durante as atividades, o grupo contou com a participação de sete estudantes (dois homens e cinco mulheres) do curso de Psicologia, matriculados em diferentes períodos letivos. Após o início do ensino remoto emergencial, um participante se retirou do GTV, apresentando a justificativa de excesso de tarefas com as aulas remotas e o seu trabalho diário assalariado. Para os(as) demais integrantes, no entanto, o GTV foi uma fonte de apoio no período de retomada das aulas.

Além desses encontros semanais do GTV, foram realizadas reuniões quinzenais da equipe de organização, para melhor manejo do grupo. No primeiro desses encontros, foram planejadas leituras sobre as quais foi possível discutir a teoria e as técnicas dos grupos operativos, bem como, foi elaborado o reconhecimento e a posição do(a) psicólogo(a) social no trabalho de intervenção. Além disso, refletimos sobre os grupos como mecanismos de autorregulação, podendo ser heterogêneos ou homogêneos, primários ou secundários.¹

Outro tema abordado nas reuniões de equipe foi a transferência e a contratransferência na relação grupal. Os conceitos de desejo e identificação, o projeto comum, o ideal do eu e o eu ideal, o narcisismo grupal e a paranoia nos grupos, destacados por Enriquez,² também permearam a construção de nossa escuta.²

a Para mais informações, acessar perfil no Instagram @papeuemg

A transferência é um “processo de compartilhamento de papéis inscritos no mundo interno de cada sujeito”.¹ Como nos interessamos pelas formas que tais manifestações inconscientes assumem nas relações grupais, Pichon-Rivière propõe a articulação de dois níveis no grupo. O primeiro é o nível vertical, em que se localiza o aspecto histórico e individual do sujeito; e o segundo, o nível horizontal, ao qual pertence o aspecto do grupo, que exprime as características compartilhadas pelos membros.¹ A leitura operativa da realidade de um grupo, portanto, é dada pela interpretação atravessada tanto pelo nível vertical quanto pelo horizontal. É por isso, inclusive, que o grupo operativo leva em consideração o coletivo como espontâneo, colocando em relevo o individual e o universal.¹

Outro assunto que emergiu na equipe em alguns encontros foi o espaço ocupado pelos participantes no grupo *on-line*. Se em experiências anteriores de nosso projeto utilizávamos um único espaço, presencial, o qual garantia certa estabilidade ao grupo, no campo virtual os participantes escolhem o lugar que vão mostrar. Tal como em um esquema de figura-fundo, o plano de fundo apresentado pelos participantes sumariamente se tornava objeto de análise e reflexão por parte dos participantes do grupo.

Nas reuniões de equipe, em suma, além da leitura dos referenciais teóricos citados, refletimos sobre como fazer o grupo operativo, em especial no que se refere às possibilidades de manejo dos temas abordados, entrelaçando-os com o conhecimento construído durante os estudos. A importância dessas reuniões está no mecanismo de autorregulação e avaliação dos grupos, por meio de produções em torno dos temas discutidos e seus efeitos terapêuticos, bem como, pela manutenção do saber da equipe pa-

ra um melhor acolhimento das demandas.

Em síntese, no âmbito metodológico, o grupo se efetivou tendo como referência as contribuições de Pichon-Rivière,^{1,3} em diálogo com a Análise Institucional⁴⁻⁵ e a Psicossociologia.⁶ No próximo tópico, abordaremos o desenvolvimento deste projeto de extensão e analisaremos os desafios na realização de grupos na modalidade remota. A partir daí, problematizaremos o GTV como dispositivo de apoio psicossocial e produção de saúde mental em meio à pandemia da COVID-19.

A seguir, entraremos na descrição e análise da experiência, etapa em que abordaremos as conversas e reflexões baseadas nos principais temas que emergiram no decorrer dos encontros do GTV, tomados como *temas geradores*, numa abordagem metodológica, que se inspira no diálogo com Pichon-Rivière¹, em especial, conforme experimentado por Oliveira, Trajano, Afonso e Gayotto.⁷⁻¹¹

3. RESULTADOS

Tema 1: Mudança de rotina: “da correria à falta do que fazer”

No primeiro encontro, foi proposto pela mediação que falássemos sobre nossas vivências nesses tempos de pandemia. O encontro foi permeado de relatos sobre como a rotina dos(as) estudantes foi substancialmente alterada: pelos custos da mudança do contato presencial para o *on-line*, pelas expectativas interrompidas em razão do isolamento e das medidas de proteção, pela falta do que fazer, e, também, pela ausência do contato presencial com amigos e familiares. Todas estas mudanças na rotina dos estudantes foram objetos de reflexões no grupo.

É importante, diante dos relatos, observarmos como a necessidade de nos movimentarmos fica evidente e o quão difícil é ficarmos sem fazer algo útil. Vivemos em uma sociedade que está acostumada com a produtividade e a “correria” constantes, por isso, nesses tempos de pandemia estranhamos o fato de não estarmos “correndo”. E aqui, lembramos Eliane Brum, quando diz:

“Estamos exaustos e correndo. Exaustos e correndo. Exaustos e correndo. E a má notícia é que continuaremos exaustos e correndo, porque exaustos-e-correndo virou a condição humana dessa época. E já percebemos que essa condição humana um corpo humano não aguenta. O corpo então virou um atrapalho, um apêndice incômodo, um não-dá-conta que adocece, fica ansioso, deprime, entra em pânico. E assim dopamos esse corpo falho que se contorce ao ser submetido a uma velocidade não humana. Viramos exaustos-e-correndo-e-dopados. Porque só dopados para continuar exaustos-e-correndo”.¹²

Também com relação à mudança de rotina, foi ressaltado o “desafio de convivência com a família” para aqueles que precisaram voltar à cidade de origem, por causa das condições impostas pelo novo contexto da pandemia. Enfim, os participantes deste GTV apontaram como desafio maior naquele momento, a mudança de rotina e estar no lugar do “não saber”. Uma frase que apareceu e que nos chamou atenção foi: “Ler o quê? Fazer o quê? Não sei o que virá depois.” E assim, em meio a essas reflexões, surgiu o próximo *tema gerador*, sobre o qual se articulam *o tempo, o trabalho na sociedade capitalista e a produtividade*.

Tema 2: O tempo, o trabalho na sociedade capitalista e a produtividade

Para abordarmos este tema, buscamos inspiração em ações educativas sindicais (feitas por uma docente mediadora) e adequamos a dinâmica grupal denominada *DOIS TEMPOS*¹³ à necessidade do presente trabalho. Propusemos, então, a dinâmica dos *Três Tempos*, em que cada participante, com base nos desenhos de “relógios especiais”, marcando de 1 a 24 horas, registrasse, como em “fatias de uma pizza”, suas tarefas diárias no tempo atual da pandemia; em outro relógio, indicamos que fosse marcado o que a pessoa fazia antes da pandemia; e, finalmente, no terceiro relógio, como ela gostaria que fosse a ocupação de seu tempo.

Após o desenho dos três relógios, houve depoimentos sobre a “vida corrida” pré-pandemia, e como a faculdade cobria todo o tempo de afazeres. Além da sala de aula, havia toda uma rotina organizada, horário para levantar, para almoçar, para dormir, ou seja, uma vida bem mais ativa, segundo os participantes. Já no relógio sobre o momento atual, no “relógio real”, o que mais se destacou foi o isolamento, ficar apenas dentro de casa, o que acarretava em comer muito e comer mal, dormir muito, mas não se sentir descansado e ficar muito tempo no celular e nas redes sociais.

Por último, no “relógio ideal”, a maioria expôs a rotina com estudos, queriam ler mais, aproveitar o tempo para se especializar em alguma área, participar de cursos e fazer algo diferente.

As trocas nesse dia foram permeadas de reflexões sobre o modo de organização da vida na sociedade capitalista contemporânea, em que se ressalta o que disse Eliane Brum, sobre como “estamos exaustos e correndo” e como “exaustos e correndo virou a condição humana dessa

época”.¹² Em meio aos debates e reflexões sobre o tempo, discutimos sobre o sentido do relógio na economia de mercado, quando este foi criado como forma de disciplinar os sujeitos para o trabalho. E lembramos Thompson, conforme aborda Fabro,¹⁴ ao destacar que *“um dos pontos principais do nascimento do relógio se encontra na disciplina de trabalho que ele acarreta”* (p. 56).

“Como identificar os nossos limites? Estamos perdendo tempo? Como lidar com os estudos durante a pandemia?” Estas foram interrogações presentes em variados momentos em nosso grupo e, portanto, estes pontos merecem atenção especial. Em maior ou menor grau, os(as) participantes do grupo afirmaram ter uma rotina acadêmica com inúmeras atividades, antes do início da pandemia. Para além das aulas e das leituras exigidas em seus cursos, os(as) estudantes participavam de projetos de extensão, pesquisas e atuavam em coletivos e ligas acadêmicas. Em meio a estas responsabilidades, alguns ainda encaravam jornadas de trabalho fora da universidade, para conseguirem se manter financeiramente na cidade.

Ao partirmos do pressuposto que o trabalho possui centralidade em nossa sociedade^{9,15}, a universidade se revela um espaço privilegiado de aprimoramento profissional e condição para realização pessoal no trabalho. Logo, o culto à performance e à excelência,¹⁶ imperativos do mundo do trabalho atual, também se revela presente no ensino superior.¹⁶ Além das atividades regulares da universidade, os(as) estudantes relataram as ambiguidades vividas pela cobrança em serem produtivos(as), como se estivessem *perdendo tempo* ou como se fosse preciso fazer frutificar cada momento de suas graduações, em favor do aperfeiçoamento profissional. Se estes ditames já

se traduzem em pesados fardos, os quais os(as) alunos(as) devem carregar em seus cotidianos, a pandemia parece ter surgido para intensificar essas experiências contraditórias, afinal, “como ser produtivo(a), como manter uma rotina árdua de estudos, quando as aulas estão interrompidas, quando tudo sai do controle ou quando se lida com uma modalidade inédita e diametralmente oposta à rotina de atividades presenciais?”

Ao longo dos encontros semanais, o grupo cumpriu a função de caixa de ressonâncias para estas questões. Vivências de culpa, esgotamento, incerteza, insegurança, inquietude e vergonha surgiram vinculadas às dificuldades em se reposicionar no mundo. “A vida tá como um luto diário”, testemunhava um estudante. Para não cair no engodo da individualização do sofrimento,¹⁶⁻¹⁸ tampouco na psicologização das contradições sociais, políticas, econômicas e sanitárias do Brasil,¹⁹ a escuta dos participantes se operou em um movimento de vai e vem constante, de objetivação e subjetivação, aproximação e distanciamento, o qual permitiu ressignificar vivências singulares em articulação com as análises coletivas.

Atribuir novos sentidos às cobranças pessoais ligadas à academia, implicou primeiro no questionamento e recusa a ideais inalcançáveis de produtividade, tão somente produtores de culpa. Compreendemos que a complexidade humana não pode ser reduzida a processos inertes, a prescrições sociais e materiais. Rejeitamos, no trabalho grupal, definições cristalizadas e universais sobre como se adaptar à nova rotina dos(as) estudantes, pois concebemos que eles(as) mesmos(as) são portadores(as) de consciência reflexiva, produto de sua história, e, ao mesmo tempo, produtores de suas historicidades.²⁰ Portanto, em outros termos, primeiro abrimos espaço para a ex-

pressão das vulnerabilidades e diferentes vivências dos(as) estudantes. Depois, mediante reflexões coletivas, trabalhamos para promover a construção de outros sentidos, porém que não passavam por prescrições ou receitas generalistas. Cada sujeito, tomando por base seu repertório singular de vida, buscou caminhos possíveis para dar conta dos desafios que o colocava diante do sofrimento.

A partir daí, emergiu o tema “Sentidos da liberdade” e o contexto atual de pandemia.

Tema 3: Sentidos da liberdade e o contexto atual de pandemia

Em um de nossos encontros, um dos participantes exclamou: “Vejo a liberdade como utópica, ideal, ninguém tem liberdade, por exemplo, a tecnologia aprisiona nossa liberdade, já que nos prendemos tanto tempo a ela nas redes sociais. Podemos talvez ter a liberdade de escolha, sobre o que quero e o que não quero fazer, algo dentro das minhas possibilidades, a liberdade se impõe e o mundo condiciona! E chego à conclusão que nenhum ser humano consegue definir por total a liberdade”.

Sobre essa discussão, Silva²¹ aponta que no início da pandemia da COVID-19 os estados precisaram adotar medidas cabíveis para o controle do vírus. Uma delas foi a restrição da liberdade e do direito de ir e vir. Assim como outros países, o Brasil entrou em um fluxo de debates filosóficos e políticos entre liberdade versus segurança, que também surgiram em nosso grupo.

Os interesses individuais aparecem nesses momentos de crise, e de acordo com a natureza hobbesiana, “os homens podem todas as coisas, assim, utilizam-se de todos os meios para atingi-las” (p. 6).²¹ Logo, há pressupostos sociais que ignoram a segurança em nome da liber-

dade, mas a maneira de atenuar o estado pandêmico é garantindo a segurança em troca de alguns direitos.

Em paralelo com a COVID-19, o isolamento social e o fechamento dos comércios dizem muito sobre os interesses na autopreservação como um egoísmo social (p. 7).²¹ Um exemplo disso, foi que no Brasil, em meio à pandemia, algumas pessoas e até mesmo alguns governadores mostraram atos de desobediência diante das normas propostas para a segurança da população em geral. Nesse sentido, a liberdade aparece para justificar as reações, como a não utilização dos cuidados básicos, a aglomeração, a reivindicação para a reabertura dos mercados, e a normalização dos moldes capitalistas.

De acordo com essas perspectivas, presume-se que a segurança, em momentos de pandemia e crise, deve ser prioridade sobre a liberdade²¹. Silva²¹ aponta que a liberdade consiste, no sentido estrito da palavra, no estado soberano em que a liberdade civil permite aos cidadãos serem livres em diversas áreas da vida.

Nessa esteira, os participantes refletiram sobre em que medida a liberdade, em momento de crise, tal como o que estamos vivenciando, deve ser repensada, quando consideramos antes um ideal maior de cidadania e cooperação, a fim de evitar um colapso global.²¹ Com efeito, depois caminhamos para reflexões sobre “conquistas e transformações” em tempos de isolamento social.

Tema 4: Conquistas e transformações em tempos de isolamento social

Nesse momento, foi subjetivo o que cada pessoa expressou ao refletir sobre as “conquistas e transformações” no decorrer do processo de isolamento social, proposto como uma das estratégias prin-

cipais de enfrentamento à pandemia da COVID-19, e, como o GTV tem afetado as diferentes subjetividades e favorecido alguns reposicionamentos diante da rotina imposta por esta nova realidade. Em certa ocasião, os(as) participantes trouxeram a ideia da autogestão e discutiram sobre como o atual momento favorecia também uma invenção de novos modos de existir.

Salientamos que essa profusão de novidades invadiu a vida de todos, exigindo urgência na readequação das rotinas, especialmente com relação às atividades profissionais e acadêmicas, sem que tenha havido preparo ou reflexão sobre os cuidados necessários e as possíveis consequências.

Nesse sentido, diante de um novo sofrimento, apareceram diversas mudanças relacionadas à busca por alternativas no que diz respeito ao estímulo, à criatividade, à organização de rotina, à busca de uma alimentação mais regrada e a uma melhor convivência familiar. A partir daí, cada participante se manifestou com relação às suas conquistas, tais como aprender a fazer crochê, a trabalhar com *delivery*, a cozinhar, a tocar um instrumento musical, a fazer pintura, entre outros. Isso nos dá a visibilidade de que a dimensão sensível e artística é capaz de gerar mudanças, assim como as experiências vividas durante a pandemia, no que tange à integração massiva às técnicas de transformação digital da vida em sociedade, suscita questões como: “voltará ao normal?” ou levará “ao novo normal?” e, neste último caso, “qual será o novo normal?” Do cerne dessas invenções e processos autogestionários⁵ emergiu “a saudade” como próximo tema gerador.

Tema 5: Saudade

Logo, iniciamos o encontro sobre saudade. Uma das participantes relatou que via o mundo muito acelerado e acreditava que a pandemia veio para darmos valor ao tempo e às relações. Esse encontro nos motivou a pensar sobre como a saudade de antes é diferente da saudade de agora, pois antes era possível ir até a pessoa ou lugar que sentíamos falta. Agora temos que ter precauções, estamos perto de amigos e da família, mas não podemos sempre encontrá-los. Surgiram, então, relatos de saudades sobre ter a vida de antes na universidade, sobre as repúblicas, as amizades, os encontros no saguão do prédio e os passeios em bares, festas e reuniões.

Roberto DaMatta, nesse seguimento, defende que a saudade não compreende somente um sentimento, mas, ao contrário, implica uma categoria, mediante a qual objetos são relacionados.²² No contexto dos grupos, a categoria universidade, portanto, carregava consigo um conjunto amplo de afetações, vinculadas ao cotidiano dos estudantes. Após a pandemia, estes afetos assumiam nos encontros diferentes expressões: nostalgia, sentimento de perda de algo valioso, ou como alicerce para lidar com o tempo presente etc.

Discutiu-se o quanto a saudade, vinculada a esta categoria (universidade), intensificava-se quase o tempo todo, tal como a vontade do que não era possível, naquele momento. Com tudo isso, percebemos que sentimos mais saudade das coisas afetivas do que das materiais. Como uma das saudades mais citadas durante as conversas sobre esta temática foi a da universidade, tanto para discentes como para docentes, escolhemos falar sobre “a volta às aulas via ensino remoto”, que estava em via de acontecer na referida instituição.

Tema 6: Volta às aulas via ensino remoto emergencial

Ao abordarmos este tema foi observado que, para todas as pessoas do GTV, esse é um momento novo, o que pode produzir angústia, medo e ansiedade. Até mesmo a dupla de coordenação expressou as suas questões subjetivas como docentes diante dessa nova estrutura de ensino, pois o contexto institucional, além do lugar de escuta, possibilitou a participação deles no grupo como sujeitos, de maneira que saíram do lugar da coordenação para o de participantes, ou seja, eles também falaram sobre suas vivências e sentimentos, gerando trocas com os demais membros.

Apesar das incertezas diante dos desafios colocados pelo ensino remoto emergencial, a volta às aulas trouxe expectativas de uma maior organização da rotina de estudos. Dentre as inquietações e medos dos discentes nesse novo formato de ensino, foram apontadas preocupações referentes à qualidade da conexão de *internet*, às metodologias e à didática por parte dos docentes e às dúvidas sobre a diminuição da carga horária e seus efeitos sobre a formação acadêmica.

Esse encontro sobre o ensino remoto foi importante, visto que uma semana após essas discussões, iniciaram-se as aulas *on-line* pela plataforma *Microsoft Teams*, ou seja, após cinco meses distantes fisicamente da universidade, fomos surpreendidos(as) com a volta às aulas, de uma forma substancialmente distinta do ensino presencial.

Acreditamos, no entanto, que tudo se deu de uma forma mais leve para os(as) participantes, por causa do GTV, pois, no encontro anterior ao início das aulas, utilizamos a plataforma *Teams* para testarmos e nos adaptarmos a essa nova ferramenta utilizada nos modos de estudos.

Conversamos, desabafamos, tiramos dúvidas e isso fez com que o retorno via ensino remoto ocorresse de forma mais branda.

No encontro, foi visto um lado positivo, dado que a universidade tem um sentido para os estudantes: o de ocupação, ou seja, de fazê-los se sentir úteis. A partir daí, surgiram também questões referentes à autoanálise,⁵ às redes sociais e aos preconceitos, como o racismo e o capacitismo.

Tema 7: Processos de autoanálise, redes sociais e preconceitos

Conversamos sobre a autoanálise⁵ e os(as) participantes falaram sobre a sua maneira de conversar consigo mesmo, resolver problemas e se conhecer melhor, seja por uma carta escrita à mão endereçada a si mesmo, uma conversa antes de dormir ou na frente do espelho, escutar uma música ou tocar um instrumento. Cada pessoa expressou uma maneira de lidar com suas emoções e expressá-las. Perante esta questão, o professor-mediador questionou: “e quando a gente não quer se ouvir, o que fazemos?” A maioria disse ter como mecanismo de fuga o cigarro, a música ou o sono e estes tópicos se tornaram objetos de reflexões no grupo.

Foi exposta a dificuldade de lidar com as redes sociais diante dos ataques de ódio presentes nestes espaços. Alguém disse evitar seguir as redes que publicam assuntos que abalam a nossa existência. As discussões, então, foram permeadas com os desafios de se utilizar as redes para divertir, trabalhar, mas como isso implica, às vezes, o confronto com manifestações de ódio e agressões. Com efeito, se a internet se configura por seu fluxo enorme de informações, faz-se necessário o questionamento sobre quando é possível o diálogo, diante de certas con-

cepções e assuntos expostos, pois a sociedade é, muitas vezes, violenta no que tange às diferenças.

No momento inicial de um dos encontros, uma participante disse que durante a semana estava ansiosa e chorando muito. Para resolver isso, tal como narrado por outro integrante do grupo no encontro anterior, experimentou escrever uma carta para si mesma, mas não conseguiu fazê-lo. Logo, decidiu desenhar, em vez de utilizar-se da escrita, depois queimou o que havia produzido e ficou em um estado de reflexão. Enfim, ao trazer sua experiência, disse ter se sentido mais tranquila e feliz.

Seguindo esses processos de autoanálise,⁵ em um dos encontros apareceu o tema preconceito, quando alguns participantes se expressaram sobre vivências no enfrentamento às discriminações e preconceitos referentes ao racismo e ao capacitismo.

O primeiro relato foi sobre o racismo, entendido como uma maneira “sistemática de discriminação que tem a raça como fundamento, e que se manifesta por meio de práticas conscientes ou inconscientes que culminam em desvantagens ou privilégios para indivíduos, a depender do grupo racial ao qual pertencem” (p. 22).²³ Um dos participantes relatou que já teve que cortar o cabelo para ser aceito no trabalho, e que já usou cabelos grandes para esconder uma alergia. Outra participante disse que já usou cabelos longos para esconder o aparelho auditivo, e uma das falas que chamou atenção foi a seguinte: “existe uma outra forma de se colocar no mundo, mas para isso você tem que fazer muita terapia e leitura, pois temos uma visão limitada, até adquirirmos informações sobre”.

A participante, que disse usar cabelos compridos para esconder o aparelho auditivo, apresentou ao grupo uma palavra

desconhecida pela maioria que estava presente, o *capacitismo*, isto é, a atitude preconceituosa em que se vê a pessoa com deficiência como inapta para exercer diversas atividades, de modo que se enxerga a pessoa somente pela sua deficiência, desconsiderando suas outras características e capacidades.

Esses relatos possibilitaram reflexões sobre os atravessamentos vivenciados pelos participantes, no que diz respeito às questões relacionadas à raça, ao gênero, ao capacitismo e à classe social, seja mediante depoimentos referentes às violências sofridas por pertencer a determinado grupo ou classe social, ou mesmo com base no reconhecimento do próprio privilégio. Ao serem analisadas as falas, começamos a pensar no conceito de *interseccionalidade*, uma vez que podem ser percebidos os diversos marcadores que fazem parte das diferentes realidades. Tal conceito nos diz que essas questões não podem ser vistas apenas como identitárias, relacionadas àqueles sujeitos específicos, uma vez que muitas das opressões são sofridas em conjunto em razão das suas identidades. Em sua obra *Interseccionalidade: feminismos plurais*, Carla Akotirene,²³ mulher negra, contribui para compreendermos o conceito ao dizer que “a identidade não pode se abster de nenhuma das suas marcações, mesmo que nem todas, contextualmente, estejam explicitadas” (p. 27).²³ Pensando sobre a *interseccionalidade*, podemos entender as raízes das opressões sentidas pelas pessoas do grupo, uma vez que existe a possibilidade de se reconhecer na fala do outro sobre aquilo que também se sofre a partir de determinado acontecimento. Akotirene complementa ao sublinhar que “a interseccionalidade nos permite, partir da avenida estruturada pelo racismo, capita-

lismo e cisheteropatriarcado, em seus múltiplos trânsitos, revelar quais são as pessoas realmente acidentadas pela matriz de opressões” (p. 29)²⁴. Nesse caminho, surgiram no grupo algumas sugestões de filmes, documentários e *lives* sobre a temática, com o propósito de aprofundamento dos estudos e debates, essenciais para a formação em Psicologia.

Quando chegou o Dia do(a) Psicólogo(a), em 27 de agosto, abriram-se oportunidades de reflexões sobre a profissão.

Tema 8: Dia do(a) Psicólogo(a)

Dia 27 de agosto é comemorado o dia do(a) Psicólogo(a), com isso, surgiu a seguinte pergunta formulada por estudantes matriculados no curso de Psicologia: *como ser um bom profissional?*

A partir do incômodo com as dúvidas sobre qual abordagem escolher, em qual área da psicologia trabalhar, o que fazer após a graduação, foi proposto à professora coordenadora do grupo que desse seu depoimento sobre sua trajetória profissional, a partir da sua graduação em Psicologia, pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), na década de 1970, tempos de ditadura militar. Em sua fala, ela ressaltou que o pai não a apoiava a cursar psicologia, pois queria que ela frequentasse o magistério ou curso normal, com o propósito de se tornar professora e não fizesse um curso universitário.

Mas após suas experiências de leituras e o trabalho de correções de provas que fazia para ajudar sua mãe, que era professora de Psicologia em curso de Magistério, no nível médio, ela decidiu fazer vestibular e ir atrás de seu sonho. Então, mesmo com o pai contra a sua decisão, ela conseguiu ajuda da mãe para fazer o cursinho e ingressou na UFMG.

No decorrer do curso de Psicologia (1974-1978), época da ditadura, ela iniciou a militância política junto ao movimento estudantil e feminista, participou das lutas pela Democracia e sonhava com a revolução socialista no país. Foi presa, com 400 estudantes, que tentaram realizar o III Encontro Nacional de Estudantes, em 1977, em Belo Horizonte (BH), em busca da reconstrução da União Nacional de Estudantes (UNE); e, depois, foi processada por participar da direção da entidade estudantil e praticar atos considerados subversivos. A psicologia era elitista e individualista, mas foi a partir dessas lutas estudantis e acadêmicas, que, com o tempo, emergiu a Psicologia Social crítica e a Psicologia Comunitária, presente na grade curricular da formação em psicologia atualmente.

Ela se formou no final da década de 1970 e, ao se tornar psicóloga, deparou-se com outra luta. Seu pai havia conseguido uma vaga para ela realizar avaliações psicológicas em uma empresa, mas a psicóloga responsável não a aceitou, visto que ela tinha passagem pela polícia.

No decorrer de sua trajetória, trabalhou em comunidades populares de Belo Horizonte e fez mestrado em Psicologia Comunitária na Paraíba. Foi para o mestrado casada, e, lá em João Pessoa, engravidou, e diante disso, a família exigiu que ela voltasse para BH (na década de 1980).

A partir de sua volta para Minas Gerais, começou a trabalhar com educação universitária e assessoria sindical; inclusive, contribuindo para a formação de estagiárias da UFMG, em Sindicatos. Atuou como professora substituta, na Faculdade de Educação da UFMG e docente em cursos privados de Psicologia, na área de Psicologia Social Comunitária. Retomou os estudos e fez outro mestrado, em Psicologia Social, Trabalho e

Subjetividade, aproximou-se da Análise Institucional e convidou Gregório Barembliitt para ser seu coorientador. O doutorado foi sobre Trabalho, Educação e Saúde, dando continuidade às pesquisas e estudos, que foram enriquecidos pela Ergologia de Yves Schwartz,²⁵ em diálogo com os referenciais construídos até então no campo da Psicologia Social Comunitária, Educação Popular e Sindical e da Análise Institucional. A partir de então, apareceu a proposta de trabalho num ramo da Assistência Social, em BH, quando teve oportunidade de experimentar intervenções psicossociais em articulação intersectorial com a Saúde, Educação e Assistência Social. No cerne dessas experiências aproximou-se do SUS (Sistema Único de Saúde), quando foi contratada pelo Ministério da Saúde, onde trabalhou 10 anos (2006-2016), como consultora e apoiadora da Política Nacional de Humanização (PNH), junto a uma equipe multiprofissional, em que predominavam profissionais da Saúde Coletiva e da Análise Institucional, contribuindo para o fortalecimento do SUS, como direito do povo brasileiro e dever do Estado. E nesse percurso, foi no ano de 2018 que chegou na UEMG – Divinópolis, após ter sido convidada para a Semana Acadêmica, evento organizado pelo Centro Acadêmico de Psicologia (CAPSI), quando se interessou pelo campus e, atenta aos processos seletivos, inscreveu-se e passou, no final de 2018. A partir de então, no início de 2019, começou sua trajetória na UEMG, na área da Psicologia Social e Saúde Coletiva, na qual hoje ela é concursada e aguarda sua nomeação.

O que ficou de aprendizado acerca dessas discussões foi que o saber é uma construção, é necessário buscar o saber, escutar, entender as entrelinhas, a demanda e o lugar do outro. Com o tempo, tudo se constrói e nem sempre nos en-

contramos pela teoria e sim pelo campo de intervenção.

Com isso, vale ressaltar a homenagem que o Sindicato dos(as) Psicólogos(as) de Minas Gerais (PSIND-MG), divulgou no dia 27 de agosto de 2020, que nos faz refletir e pensar sobre a psicologia e sua práxis. Os *posts* publicados versam sobre uma psicologia que contribua para a libertação e autonomia de coletivos e indivíduos; que escute trabalhadores(as) e contribua para um mundo no qual o trabalho seja mais justo e saudável; por uma psicologia a favor da democracia e da vida.

Enfim, poderíamos dizer que, no atual contexto da Psicologia em nosso país, esta tem se posicionado, majoritariamente, a favor do compromisso social da profissão com a defesa dos direitos e por uma sociedade menos desigual e mais justa, colocando-se ao lado da luta contra todas as formas de opressão.

Enfim, partimos para o momento de finalização do GTV.

Tema 9: Finalização do GTV

Caminhamos para o último encontro do GTV, para o qual foi combinado que as pessoas escolhessem algo para comer e tomar durante a realização desse momento final. Embora remotamente, tivemos chá, café, suco, biscoitos e outros petiscos. Além disso, uma das participantes preparou uma música e tocou flauta.

Após comentários sobre as bebidas e comidas trazidas para o ambiente virtual, partimos para as conversas sobre “o que o grupo deixou de aprendizagem e transformação para cada participante”. Houve relatos referentes às aprendizagens que as trocas de vivências possibilitaram; às mudanças de posturas em situações coletivas, como a questão da timidez inicial que, aos poucos, foi se desfazendo; ao

conhecimento de novos termos e conceitos; ao GTV como apoio nos momentos em que se sentiam sós em razão do isolamento social, gerando novos conhecimentos ao compartilharmos saberes, atividades, filmes e séries, entre outros.

Com isso, percebemos o quanto o grupo acolheu e gerou transformações e aprendizado. A exemplo da fala de uma das participantes: “foi acolhedor, um dos motivos pelos quais quis fazer a inscrição foi tentar ser menos tímida e o grupo ajudou com essa troca de vivências e me despertou o interesse em grupos”.

Outra fala que chamou atenção: “o grupo é um lugar em que debruço minhas emoções”; outra participante disse que “o grupo foi muito bom, pois consegui me abrir com as pessoas que não tenho tanto contato, foi bacana, pois os assuntos que debatemos obtiveram muitas reflexões”. Com isso, finalizamos com uma música tocada em flauta por uma participante: “Tu Vens”, de Alceu Valença.

4. DISCUSSÃO

A temática da saúde mental de estudantes universitários, em especial em universidades públicas, tem se apresentado como desafio ao acolhimento e à inclusão de sujeitos em situação de sofrimento psíquico no cotidiano estudantil.²⁶ Enquanto docentes, chamavam nossa atenção as demandas de discentes relacionadas a “crises de ansiedade”, sentimentos de sobrecarga, estresse, diagnósticos psiquiátricos como síndrome do pânico ou mesmo o uso prejudicial de álcool e outras drogas. Tais relatos eram notavelmente ligados a conflitos vivenciados na universidade.

Nesse cenário, foi criado em 2019, no curso de Psicologia da UEMG, com base em práticas de estágio curricular, o PAPE, voltado para a realização de grupos

operativos com estudantes universitários. Em 2020, o projeto se expandiu, transformando-se no Núcleo de Projetos de Apoio Psicossocial a Estudantes (NUPAPE), registrado no diretório de grupos do CNPq e foi aprovado no edital de 2020 do Programa de Apoio a Projetos de Extensão da UEMG. Em meio à pandemia, a oferta de grupos de trocas de vivências de forma remota se vinculou a um Programa de Extensão mais amplo, coordenado pela Reitoria, denominado Trama Pela Vida: Ações de Apoio ao Enfrentamento da COVID-19, além de buscar a parceria com o Núcleo de Apoio ao Estudante (NAE), da Unidade Divinópolis.

Com base nos referenciais institucionalistas, no campo da Análise Institucional de origem francesa, toma-se o grupo como dispositivo que coloca algo em movimento, ao favorecer a emergência de processos instituintes em contraposição às formas instituídas. Nesta direção, o conceito de *grupo-sujeito*, em oposição ao grupo-submetido, marca uma diferença em relação às abordagens de grupo embasadas em conceitos como coesão, liderança e pressão grupal. Um grupo que é sujeito produz suas normas e significações, enquadrando-se nos modelos de grupos que são capazes de elaborar suas próprias leis, de analisar seus próprios projetos, são modelos de grupos instituintes, e como tal, poderíamos dizer, funcionam como grupo-dispositivo; um grupo-submetido, em comparação se submete ao instituído, às normas cuja produção não participou.^{5,27-28} Podemos estabelecer conexões entre grupos operativos e grupos-sujeitos, tendo em vista que estes produzem a revisão de esquemas referenciais e transformações de subjetividades em processos de aprendizagem, ao favorecer a construção da própria autonomia dos sujeitos.^{1,27}

Os grupos, portanto, traduzem-se em espaços privilegiados que possibilitam o fortalecimento dos vínculos entre estudantes e mais autonomia com relação às reflexões sobre as práticas pedagógicas, permitindo também o desmonte de subjetividades submissas e conformistas, de modo a se elaborar recursos para possíveis soluções dos problemas apresentados. Portanto, com base nos referenciais citados, compreendemos o grupo como um espaço-instância que favorece os processos de emancipação, a construção de autonomia e a solidariedade entre os sujeitos envolvidos.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tomando como referência a Psicossociologia, compreendemos que todo ser humano é produto de uma história social, isto é, de heranças que lhe são transmitidas em termos de estruturas de classes sociais, ideológicas e culturais. Ao mesmo tempo, esta história é notadamente singular, pois não somos meros depositários passivos de transmissões e heranças. Embora elas condicionem e interfiram de maneira direta em nossas escolhas e processos de subjetivação, não decidem nossos destinos. Malgrado o peso dos determinismos sociais, todos nós temos condições de manifestar alguma parcela de autonomia e ipseidade, de maneira a confrontar nossos fantasmas, angústias existenciais e exercitar nossa capacidade de agir, de transformar nossa relação com o mundo, para construir nossa historicidade.

Na prática, nos meses em que se seguiram os encontros, pudemos acompanhar os estudantes em suas vivências de sofrimento e incertezas, contudo também foram compartilhados significativos movimentos de transformação, conquistas e superações de condições paralisantes.

Tal processo não é linear. Há momentos em que uns demandam mais espaço que outros, em que os ânimos emocionais se afloram mais. Por vezes, as discussões passavam por reflexões mais matizadas, carregadas de questionamentos críticos, políticos e existenciais substancialmente densos. O mais importante, no processo de escuta, é que os integrantes do grupo construíram caminhos singulares, não com base numa agenda determinada, mas segundo temas que emergiram em conformidade com suas demandas, em contextos sociais e históricos específicos. A produção de saúde mental, por fim, construiu-se dialética e recursivamente, mediante a construção do protagonismo dos sujeitos participantes.

Decerto que nossa proposta possui limites evidentes, em especial quando consideramos que relatamos a experiência de somente um grupo composto por sete estudantes. Por isso, de um lado desejamos que outras iniciativas dessa natureza sejam conduzidas e compartilhadas em revistas científicas, para que possamos aprimorar a construção de nossa escuta nestas modalidades virtuais de intervenção. De outro lado, no mesmo projeto relatado, já colocamos em marcha novos grupos, desta vez abertos a outras comunidades acadêmicas. Esperamos que com eles possamos dar continuidade ao nosso trabalho, para ampliarmos nossas estratégias de apoio psicossocial aos estudantes.

REFERÊNCIAS

1. PICHON-RIVIÈRE, E. **O processo Grupal**. São Paulo: Martins Fontes, 2005.
2. ENRIQUEZ, E. O papel do sujeito humano na dinâmica social. In: MACHADO, M. M.; CASTRO, E.; ARAÚJO, J. N. G.; ROEDEL, S. (org.) **Psicossociologia**:

- análise social e intervenção. Belo Horizonte: Autêntica, 1994. p. 27-43.
3. PICHON-RIVIÈRE, E.; QUIROGA, A. P. **Psicologia da vida cotidiana**. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
4. LOURAU, R. **Análise Institucional**. 3. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.
5. BAREMBLITT, G. **Compêndio de Análise Institucional e Outras Correntes**. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1992.
6. BARUS-MICHEL, J.; ENRIQUEZ, E.; LÉVY, A. (org.) **Dicionário de Psicossociologia**. Lisboa: Climepsi, 2004. p. 414-423.
7. OLIVEIRA, E. S.; FREIRE, P. Pichon-Rivière: aproximações conceituais em torno da Educação e da Psicologia. **Revista Vozes em Diálogo**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 2, jul./dez. 2008. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/vozesemdialogo/article/view/925/856>. Acesso em: 21 jan. 2021.
8. TRAJANO, A. R. C.; CARVALHO, R. A. A. Oficinas de Autogestão como produtoras de novas identidades laborais no contexto da Economia Solidária. In: TIRIBÁ, L.; PICANÇO, I. (org.). **Trabalho e Educação: arquitetos, abelhas e outros tecelões da Economia Popular Solidária**. São Paulo: Ideias & Letras, 2004.
9. TRAJANO, A. R. C. **Trabalho e Identidade em novas configurações socioprodutivas: autogestão**, 2002. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Belo Horizonte, 2002.
10. AFONSO, L. **Oficinas em Dinâmica de Grupos: um método de intervenção psicossocial**. Belo Horizonte: Edições do Campo Social, 2000.
11. GAYOTTO, M. L. C. **O processo educativo segundo Paulo Freire e Pichon-Rivière**. São Paulo: Vozes, 1991.
12. BRUM, E. Exaustos-e-correndo-e-dopados. **El País Brasil.**, [S.l.], 4 jul. 2016.
13. MACRUZ, F. M. **Jogos de Cintura**. Belo Horizonte: Escola Sindical 7 de Outubro / CUT, 1995.
14. FABRO, A. M. et al. O relógio ou nós? Uma visão da invenção do tempo social na percepção político-cultural de Edward P. Thompson. **Revista em Debate**, Florianópolis, v. 17, p. 55-69, 2017.
15. ANTUNES, R. **O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital**. São Paulo: Bomtempo, 2018.
16. GAULEJAC, V. **Gestão como doença social: ideologia, poder gerencialista e fragmentação social**. Aparecida: Ideias & Letras, 2007.
17. BRAZ, M. V. **Paradoxos do Trabalho: as faces da insegurança, da performance e da competição**. Curitiba: Appris, 2019.
18. GAULEJAC, V. **Travail, les raisons de la colère**. Paris: Éditions du Seuil, 2011.
19. BRAZ, M. V. A pandemia de COVID-19 (SARS-CoV-2) e as contradições do mundo do trabalho. **Revista Laborativa**, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 116-130, 2020.
20. GAULEJAC, V. **Qui est « je » ?** Sociologie Clinique du sujet. Paris: Éditions du Seuil, 2009.
21. SILVA, J. R. Hobbes e a pandemia hipotética no Leviatã: entre a liberdade e a segurança. **Investigação Filosófica**, Macapá, v. 11, n. 2, p. 5-12. 2020.
22. DAMATTA, R. **Antropologia da Saudade**. Rio de Janeiro: Rocco, 1993.
23. ALMEIDA, S. L. **Racismo Estrutural**. São Paulo: Sueli Carneiro, Pólen, 2019. (Coleção Feminismos Plurais).

24. AKOTIRENE, C. **Interseccionalidade: feminismos plurais**. São Paulo: Sueli Carneiro, Pólen, 2019.
25. TRAJANO, A. R. C. **O trabalho no SAMU e a Humanização do SUS: saberes - atividade - valores**. Saarbrücken, Germany: Novas Edições Acadêmicas, 2013.
26. TARNOWSKI, M.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em estudantes de psicologia. **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, v. 15, n. 2, p. 173-180, 2007.
27. BARROS, R. B. **Grupo: a afirmação de um simulacro**. Porto Alegre: UFRGS, 2007.
28. BLEGER, J. **Temas de Psicologia: entrevista e grupos**. São Paulo: Martins Fontes, 1980.