

Volume **1** de 3

A situação dos Serviços de Aconselhamento
Psicológico no Ensino Superior em Portugal, Ano de
2002

Contexto e Justificação

RESAPES

Rede de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior

Autores:

Comissão de Redacção

Anabela Pereira (GAP, SAS, UC)
Cláudio Pina Fernandes (GAPsi, FC, UL)
Graça Figueiredo Dias (GAPA, FCT, UNL)
Isabel Cristina Gonçalves (NAP, IST, UTL)
Maria Cristina Faria (GAPP, SAS, IPB)
Teresa Mendonça McIntyre (SCPDH, UM)

&

Adelaide Oliva Telles (GIEAS, RUP)
Américo Baptista (CAE, ULHT)
Ana Isabel Melo (CEIP, UC)
Ana Martins (SAC, UCP)
Angela Maia (SCPDH, UM)
Aurora Carreiro (GAP, UE)
Belina Duarte (NAP, IST, UTL)
Célia Figueira (GAP, FCSH, UNL)
Célia Ramos (GP, SAS, IPL)
Constança Gomes Machado (GAP, UE)
Eugénia Fernandes (SCPDH, UM)
Guiomar Gabriel (GAPsi, FC, UL)
Graça Palmito (SAP, SAS, IPS)
Helder Rebelo (GP, FEUP)
Helena Lopes (GP, FEUP)
Helena Moura (GP, SAS, IPC)
Iolanda Ribeiro (SCPDH, UM)

Isabel Sá (SAU, FPCE, UL)
Izabel Teixeira (SAP, SAS, IPS)
Joana Lemos (GAPA, FCT, UNL)
Luísa Machado dos Santos (SCPDH, UM)
Maria do Céu Taveira (SCPDH, UM)
Maria Emília Costa (SPOV, FPCE, UP)
Maria Lopes Cardoso (SAC, UCP)
Marina Ventura (GAPP, ESB, UCP)
Rosário Ataíde (GAP, SAS, UC)
Rosário Lima (SAU, FPCE, UL)
Rui Porta Nova (GSE, ESECVP)
Saúl Neves de Jesus (GPAP, UA)
Sofia Veiga (GAA, FE, UP)
Sónia Carvalho (GAPP, SAS, IPB)

Setembro de 2002

RESAPES

Rede de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior

Dossier que acompanha e justifica o pedido de audiência ao
Ministro da Ciência e do Ensino Superior

Setembro de 2002

Destinatários Preferenciais do Dossier

- ◆ Ministro da Ciência e do Ensino Superior
- ◆ Ministro da Saúde
- ◆ Conselho de Reitores das Universidades Portuguesas
- ◆ Conselho Coordenador dos Institutos Superiores Politécnicos
- ◆ Conselhos Directivos das Universidades e Institutos Superiores Politécnicos
- ◆ Instituto Português da Juventude
- ◆ Associações Académicas
- ◆ Associações de Estudantes das Universidades e Institutos Superiores Politécnicos

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO: OS SERVIÇOS DE ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO NO ENSINO SUPERIOR.....	6
1.1. Contexto e justificação.....	7
1.2. A evolução dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior	8
1.3. Objectivos e Funções dos Serviços de Aconselhamento Psicológico	9
1.4. Referências.....	14
2. A SITUAÇÃO DOS S SERVIÇOS DE ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO NOUTROS PAÍSES	19
2.1. Os países da Europa e a Federa.....	19
2.2. Algumas Instituições de Ensino Superior Americanas	27
2.3. Referências.....	30
3. A NECESSIDADE DOS SERVIÇOS DE ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO NO ENSINO SUPERIOR EM PORTUGAL	32
3.1. Aconselhamento a Estudantes do Ensino Superior: um imperativo para o século XXI	38
3.2. Rede de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior (RESAPES)	41
3.3. Referências.....	46
4. RECOMENDAÇÕES PARA A CRIAÇÃO E FUNCIONAMENTO DOS SERVIÇOS DE ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO EM CONTEXTO DO ENSINO SUPERIOR	48
4.1. Objectivos.....	48
4.2. Actividades	48
4.3. Utentes	49
4.4. Técnicos	50
4.5. Normas de funcionamento	50
4.6. Recursos.....	52
4.7. Organização e Gestão.....	53
4.8. Considerações Finais	53
4.9. Referências.....	55

1. Introdução: Os Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior

Este documento tem como objectivo fazer uma revisão da evolução dos serviços de aconselhamento psicológico em contexto do Ensino Superior em Portugal, apresentar o seu enquadramento nacional e internacional, assim como evidência da sua relevância social e académica. Pretende-se, ainda, a partir da experiência já longa de funcionamento destes serviços em Portugal, apontar algumas orientações para o seu funcionamento a nível da sua organização, enquadramento e gestão.

Através da evidência apresentada, espera-se ainda aumentar a consciência social e política para a importância dos serviços de aconselhamento psicológico em contexto do Ensino Superior. Como veremos ao longo deste documento, **os serviços de apoio psicológico são ainda um bem escasso no sistema de Ensino Superior em Portugal**. Com efeito, os centros existentes (ver vol 2.) surgiram por iniciativa de indivíduos ou departamentos da respectiva instituição de Ensino Superior, debatendo-se com **dificuldades de apoio institucional a nível económico, logístico e de recursos humanos**. No entanto, devido ao facto de que estes centros vêm suprir uma necessidade real dos estudantes do Ensino Superior, têm tendido a expandir-se apesar das barreiras encontradas. Contudo, estes serviços **carecem de regulamentação própria** que permita um enquadramento mais formal destes nas estruturas de apoio aos estudantes.

A criação e regulamentação de serviços psicológicos de apoio aos alunos enquadra-se no espírito da **Resolução da Assembleia da República nº71/2000 de 7 de Novembro**, que versa a necessidade de um debate alargado sobre os factores e comportamentos de risco na adolescência e juventude, assim como a preparação de um Livro Verde que defina as necessidades de diagnóstico e aponte soluções a implementar, encontrando-se entre estas a "criação de gabinetes de apoio aos alunos nas universidades..., ligados a centros de psicologia...". A criação e regulamentação dos centros de consulta psicológica são uma estratégia fundamental na resposta aos problemas crescentes que se têm vindo a identificar em termos da saúde mental desta faixa etária, conforme a revisão da literatura que incluímos neste documento irá atestar. Inseridos no meio ambiente por excelência do jovem estudante, estes serviços podem atingir os alunos antes de os problemas mais sérios se desenvolverem, tendo um papel importantíssimo na prevenção. Além da consulta de saúde, as consultas direccionadas para a aprendizagem e o aconselhamento vocacional, potenciam os processos de aprendizagem e de construção de carreira, contribuindo os vários tipos de consulta para o sucesso académico, a integração sociocultural do aluno e o seu bem-estar. Charles Ducey (O'Connor, 2001), director do *Harvard Bureau of Student Counsel*, resume do seguinte modo a função deste tipo de serviços: *"No matter what the concern or disorder, recovery is about developing a sense of self. This is the great thing*

that counseling does – it helps a students find him- or herself as an individual, separate from family demands, peer pressures or internalized critical voices or expectations that don't fit the reality of student's feelings, ideals and talents." (p. 45). **A Instituição de Ensino Superior que apoia e sustenta um serviço de aconselhamento psicológico para os seus alunos, assume, assim, esta função de promoção do bem-estar do estudante, condição essencial aos processos de aprendizagem e ao sucesso académico.** No entanto, queremos salientar que este esforço não pode permanecer apenas nas mãos dos centros de apoio psicológico aos alunos, tem de ser um esforço de colaboração entre estes centros, os administradores da Instituição de Ensino Superior, os docentes, as associações de estudantes e as outras entidades de apoio aos alunos, como as residências universitárias.

Em conclusão, os dados que aqui apresentaremos mostram a necessidade urgente de debate sobre as funções e modelos de implementação dos serviços de apoio psicológico ao aluno em contexto do Ensino Superior, cabendo às entidades políticas de referência nesta problemática, como o Ministério da Ciência e do Ensino Superior, o Conselho de Reitores das Universidades Portuguesas e o Conselho Coordenador dos Institutos Superiores Politécnicos, e as Associações de Estudantes, entre outros, contribuir para este debate, do qual não deve também ser excluído o Ministério da Saúde ou o Instituto Português da Juventude. A recentemente criada Rede de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior (RESAPES), que representa os centros de consulta psicológica já existentes, constitui também um importante interlocutor nesta matéria.

1.1. Contexto e justificação

Em Portugal, assiste-se a um interesse crescente, quer da parte dos investigadores e profissionais da educação superior, quer da parte dos políticos e empregadores, sobre o papel e funções da educação superior, como aliás o demonstra a vasta gama de publicações sobre o tema, produzidas nos últimos dez anos (para uma revisão cf. Gonçalves & Cruz, 1988; Tavares et al, 2000; Soares et al., 2000).

No debate que tem sido realizado sobre o ensino superior, é notória a dúvida sobre qual deve ser a missão da Instituição de Ensino Superior numa época de dramáticas mudanças a nível político, económico e social. Deve a educação superior focar-se em metas instrutivas e meramente académicas? Ou, pelo contrário, ter fins mais instrumentais, como por exemplo, a cidadania e a preparação para a vida futura de trabalho? Que tipo de serviço deve a Instituição de Ensino Superior prestar e com que finalidades?

Esta preocupação e o questionamento sobre a missão e finalidades do ensino superior não é independente da constatação da diversidade de pessoas que o frequentam, que exige uma reflexão sobre as implicações, quer no conteúdo, quer no processo, da democratização no acesso à experiência no Ensino Superior (Herr, Rayman, & Garis, 1993).

A revisão da literatura sobre o tema permite concluir que a Instituição de Ensino Superior Portuguesa confronta-se actualmente com expectativas sociais elevadas quanto à sua missão e finalidades sociais, à luz, aliás, do que acontece em outras sociedades

industrializadas e de informação. A missão pública de educação e formação, a construção e difusão do conhecimento científico e tecnológico, a participação no desenvolvimento económico, social e cultural dos cidadãos e da sociedade, e a construção local de práticas e políticas de qualidade, são alguns dos desafios principais colocados às instituições portuguesas de ensino superior (cf. Santiago, Tavares, Taveira, Lencastre, & Gonçalves, 2001). A Instituição de Ensino Superior luta ainda, se bem que de uma forma discreta, com a crise ideológica que entretanto se instalou no ensino superior, resultante da transposição para o mundo da educação da lógica empresarial e da linguagem do marketing, e da desvalorização progressiva do pensamento em favor da preocupação com a utilidade social dos seus processos e resultados educativos (Lemos Martins, 2001).

Neste contexto, **os serviços de aconselhamento psicológico são entidades únicas das instituições de ensino superior porque se constroem e desenvolvem como unidades de serviços no meio de duas culturas: a cultura académica e a cultura da sociedade onde a Instituição de Ensino Superior está inserida.** Necessitam, por isso mesmo, de reflectir e de responder aos valores da cultura académica mas ao mesmo tempo de reflectir os valores da comunidade, representada em diferentes instituições e organizações. Em geral, contribuem para a promoção de bem estar e de competências na Instituição de Ensino Superior, e para dar resposta às necessidades desenvolvimentais com que se deparam as diversas populações que a frequentam.

1.2. A evolução dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior

No início da história do ensino universitário na Europa e nos Estados Unidos da América, os serviços de consulta universitários, designados como serviços de orientação, confinavam a sua actuação a uma ajuda pontual por parte de um professor ou mentor, aos estudantes - na sua maioria do sexo masculino, para resolver dificuldades académicas ou para recomendar o aluno a uma pessoa influente no mercado de trabalho que entretanto poderia empregar o mesmo por respeito ao referido professor. Quando esta ajuda assumiu um carácter mais personalizado e regular no tempo, passou a designar-se de *Aconselhamento* ou, mais recentemente, de *Consulta*. A partir dos anos 20 e durante os anos 30, a actividade de Aconselhamento ou Consulta assumiu um carácter especializado, sendo realizado por diversos profissionais ou membros específicos da sociedade (e.g. religiosos, profissionais da saúde, jurídicos, da assistência social e da psicologia/educação) e, abrangendo uma variedade de problemas. **O aumento explosivo da população universitária durante os anos 40 nos Estados Unidos e, mais tarde, nos anos 60, em Inglaterra, bem como a preocupação crescente por parte dos investigadores, educadores e políticos com o bem-estar psicossocial, a saúde e o desenvolvimento holístico dos estudantes do ensino superior, estiveram na base da criação de serviços de aconselhamento psicológico, de saúde e de assistência social em contexto do Ensino Superior.** Os Estados Unidos foram pioneiros, a nível mundial, da criação dos serviços de aconselhamento psicológico universitários, enquanto na Europa foi a Inglaterra quem assumiu mais precocemente esta preocupação. Desde então, continua a ser abundante a literatura psicológica enfatizando a

consciência crescente da necessidade de serviços de aconselhamento psicológico junto das instituições universitárias (Amada, 1985; Bishop, 1990; Garni, 1982; Gilbert, 1989; Stone & Archer, 1990; Talley & Rockwell, 1985).

1.3. Objectivos e Funções dos Serviços de Aconselhamento Psicológico

Várias investigações realizadas em Portugal sugerem a necessidade de assegurar dentro dos espaços do Ensino Superior, serviços de aconselhamento psicológico que possam contribuir para uma melhor adaptação dos alunos aos contextos de Ensino Superior, facilitando assim não só o seu sucesso, como também o seu desenvolvimento enquanto pessoas. Estes estudos e reflexões organizam-se à volta de 3 temas: os problemas relacionados com as questões académicas, os desafios impostos pelas questões desenvolvimentais, os desequilíbrios emocionais que se enquadram em problemáticas clínicas.

Quanto às questões académicas, os estudos realizados nos últimos anos em Portugal sobre o sucesso/insucesso dos estudantes do ensino superior têm sido múltiplos. Por exemplo, os resultados de um projecto de investigação recentemente realizado em Portugal sobre os "Factores de Sucesso/Insucesso no 1º Ano dos Cursos de Licenciatura em Ciências e Engenharia no Ensino Superior", financiado pelo Programa PRAXIS XXI (1998/2000), revelam, entre outros aspectos, que **a maioria dos alunos do 1º ano afirma ter dificuldades relacionadas com os estudos e as aprendizagens, com problemas de atenção e concentração e gestão dos tempos de estudo, bem como problemas de ansiedade**. Além disso, existe uma correlação positiva entre a percepção do grau de adaptação à Instituição de Ensino Superior, o sucesso académico objectivo (Tavares, Santiago, Taveira, Lencastre & Gonçalves, 2000), e uma abordagem ao estudo profunda e de alto rendimento (Bessa & Tavares, 2000). Uma outra investigação, com estudantes do 1º ano da Universidade do Minho, revelou que existe uma associação significativa entre a "dimensão pessoal" de adaptação à Instituição de Ensino Superior e o rendimento escolar nos cursos de Ciências, e destacou o impacto dos "métodos de estudo" no rendimento académico dos alunos (Santos, 2000). Verificou-se ainda, numa investigação envolvendo 396 estudantes não-caloiros de vários anos e licenciaturas da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa, que a percepção de auto-eficácia académica estava altamente associada aos resultados escolares (Dias & Azevedo, 2001).

Em suma, os estudos realizados apontam para o impacto que tem no sucesso no ensino superior a inexistência de competências adequadas para fazer face aos desafios que são impostos aos alunos que nele entram. Desta forma, conclui-se pela importância da implementação de programas de intervenção dirigidos tanto para a aquisição de competências académicas que possibilitem uma abordagem ao estudo mais eficiente, como para o desenvolvimento pessoal e vocacional dos estudantes.

Para além das questões relacionadas com o sucesso/insucesso escolar, note-se que a maioria dos estudantes universitários, os jovens adultos defrontam-se com uma inevitável e complexa **crise de desenvolvimento** na fase de transição da adolescência para a idade adulta, crise acrescida pelo impacto de uma mudança de ambiente, a qual é acompanhada de novas expectativas e pressões sociais. Qualquer fase de transição põe à prova os recursos do sujeito e reacende anteriores conflitos e vulnerabilidades, muito particularmente a fase de transição da adolescência para a adultícia, em que a personalidade não está ainda consolidada. Contudo, o desenvolvimento cognitivo nesta fase, com a acrescida capacidade de reflexão e abstracção, possibilita aos jovens o remanejamento de anteriores conflitos não resolvidos, retomando o desenvolvimento de dimensões da sua personalidade que por vezes tinham ficado bloqueadas. Acresce que a Instituição de Ensino Superior, ao propiciar uma moratória institucionalizada, lhes permite amplas oportunidades de experimentação (interpessoal, social, intelectual) e de reflexão que facilitarão, em princípio, aqueles processos.

Na fase de transição da adolescência para o mundo adulto, o jovem defronta-se com certas tarefas psicossociais normativas da juventude, tarefas que correspondem, quer a necessidades intrapsíquicas e interpessoais, quer às expectativas do contexto social, económico e cultural em que estão inseridos os jovens. De entre elas são consensualmente consideradas como fundamentais a **emancipação da tutela parental**, o desenvolvimento da capacidade de estabelecer **relações de intimidade amorosa**, o comprometimento num conjunto de **objectivos de vida** que compreendem não só uma escolha vocacional/profissional, mas também a aquisição de um sentido de autonomia que se consubstancia pela capacidade de escolha, autodeterminação, sentido da responsabilidade e capacidade de viver a vida de acordo com os seus valores pessoais e preferências. Estas tarefas interligadas devem estar, pelo menos em grande parte, resolvidas antes de atingida a idade adulta (Arnstein, 1984) (para uma revisão mais extensa destes conceitos, ver 4.1.1.).

Ao longo do seu percurso académico, os jovens deparam-se com várias tarefas que se encontram divididas em quatro domínios principais (Almeida, Soares & Ferreira, 1999): o **domínio académico** (envolve adaptações constantes às estratégias de ensino/aprendizagem, aos sistemas de avaliação e de estudo), o **domínio social** (envolve o desenvolvimento de padrões de relacionamento mais maduros com os professores, colegas e familiares), o **domínio pessoal** (envolve o desenvolvimento de um sentido de identidade, uma maior consciência de si próprio, e uma visão pessoal do mundo) e o **domínio vocacional** (envolve o desenvolvimento de uma identidade vocacional). Vários momentos dentro da vida académica de cada aluno podem ser potenciadores de crise e vulnerabilidade; são exemplos a transição do ensino secundário para o superior, a época de exames, e o estágio (Ramalho & McIntyre, 2001).

A experiência dos serviços de consulta portugueses em contexto do Ensino Superior permitiu constatar que muitas das dificuldades psicológicas dos estudantes que recorrem ao apoio psicológico podem ser compreendidas à luz das dificuldades na resolução das tarefas normativas da juventude, por vezes ampliadas pela separação da sua família de origem ou por uma história de vida mais problemática. Esta constatação deu lugar a um projecto de investigação financiado (1991/1995) pela JNICT que, entre outros objectivos, pretendia verificar se existiriam, na generalidade dos jovens universitários, dificuldades desenvolvimentais semelhantes às dos jovens que procuravam aconselhamento, e de que modo elas influenciariam o seu bem-estar psicológico e o seu rendimento académico. Os

resultados deste trabalho que incidiu sobre 537 estudantes de vários estabelecimentos do ensino superior de Lisboa, permitiram constatar que as preocupações veiculadas pelos estudantes que solicitam ajuda psicológica, e que se podem inscrever num registo de dificuldades na resolução das tarefas normativas do jovem adulto, são comuns aos estudantes em geral e afectam quer o seu bem-estar psicológico, quer o seu rendimento escolar. Além disso, **verificou-se que os jovens com piores resultados escolares estavam mais deprimidos, tinham menor auto-estima e menor capacidade de projectarem o seu futuro** (Dias, 1996).

Como este estudo revela, não são apenas as dificuldades na resolução das tarefas desenvolvimentais que, ao nível pessoal, são fonte de sofrimento psicológico dos estudantes. Para além dos problemas académicos, vocacionais e desenvolvimentais, as dificuldades sociais e pessoais interferem comprovadamente, não só no amadurecimento psicossocial, mas também no rendimento escolar e na taxa de desistência dos cursos (Amada, 1985; Rockwell, 1984; Talley & Rockwell, 1985). **A depressão é um problema muito comum entre a população universitária** (Lustman & Sowa, 1984; Vredenburg & O'Brien, 1988), encontrando-se em muitos casos quadros clínicos graves. **A experiência dos técnicos que trabalham nos serviços de psicologia das Instituições de Ensino Superior portuguesas sugere que se tem vindo a dar um crescimento de perturbações psicológicas graves entre os estudantes que procuram apoio.** Esta convicção é reforçada por um estudo levado a cabo no Reino Unido no âmbito da *Association for University and College Counselling* (AUCCS), uma divisão da *British Association for Counselling* (BAC). Vários responsáveis de serviços de aconselhamento elaboraram em 1999 um relatório, *"Degrees of Disturbance: The New Agenda. The Impact of Increasing Levels of Psychological Disturbance amongst Students in Higher Education"*, sobre o impacto do aumento dos distúrbios psicológicos na população dos estudantes do ensino superior. Segundo este relatório, existe consenso geral relativamente ao facto de os problemas de saúde mental estarem a aumentar entre os jovens, compreendendo doenças psiquiátricas, distúrbios do comportamento e dificuldades psicológicas e sociais, os quais podem ter efeitos seriamente perniciosos na capacidade de os estudantes prosseguirem os seus estudos adequadamente.

Têm ainda vindo a ser desenvolvidos outros estudos, centralizados nos problemas pessoais dos alunos e baseados no modelo de *Peer Counselling*, com particular envolvimento dos alunos. São exemplos a LUA, na Universidade de Aveiro (Pereira, 1995, 1998; Tavares *et al.*, 1999; Pereira & Williams, 2000, 2001), com um sistema de apoio a alunos por alunos, através de uma linha telefónica. Os resultados indicaram terem sido os problemas relacionados com o desenvolvimento pessoal seguidos dos de natureza académica os mais frequentes.

Também em Coimbra, baseado no Despacho nº 6659/99, de 5 de Abril foi implementado e continua em desenvolvimento, o projecto piloto "Apoio de Alunos por Alunos", baseado no modelo de *Peer Counselling*, no qual os alunos são a ajuda e apoio psicológico para os colegas que têm problemas. Este modelo, já testado, mostrou-se eficaz não só na ajuda ao outro, mas também permite adquirir experiências ao nível do seu auto e hetero conhecimento, bem como aprender estratégias para lidar adequadamente com as situações difíceis, nomeadamente com o stress da vida académica. O modelo de formação do "Projecto de Apoio de Alunos por Alunos" é composto por formação básica, formação

contínua, supervisão individual, supervisão em grupo, encontros e actividades de lazer em grupo (trimestral) e avaliação (semestral). Pereira *et al.* (2000) e Pereira *et al.* (2001).

O *National Survey of Counseling Center Directors de 2001* assinala que nos Estados Unidos, nos últimos 10 anos, tem-se notado igualmente um aumento de problemas psicológicos e psicopatologia grave nos estudantes universitários (O'Connor, 2001). O inquérito que abrange 300 Instituições de Ensino Superior conclui que nos últimos 10 anos se verificou um aumento de problemas de abuso de álcool e uso de drogas ilícitas, problemas de aprendizagem, desordens de alimentação, e vitimização sexual. Um inquérito realizado aos utentes do Serviço de Consulta Psicológica da Universidade do Minho, confirma os dados acima, revelando que as razões principais subjacentes ao *pedido de ajuda*, neste serviço, foram por ordem decrescente as seguintes: ansiedade (35%), depressão (32%), problemas interpessoais (22%) e problemas académicos (11%). Na mesma amostra, o *diagnóstico principal* identificado foi por ordem decrescente: sem critérios para um diagnóstico clínico (39%), desordens de humor (20%), desordens de ansiedade (19%), problemas relacionais (8%), desordens de ajustamento (4%), problemas de identidade (2%), desordens de personalidade (2%) e outros (6%). As *fontes de stress* identificadas nesta amostra, responsáveis pelas problemáticas para as quais pediam ajuda, foram por ordem decrescente: familiares (26%), académicas (24%), relacionais /parceiros (21%) e relacionais /amigos (19%). Os *factores de risco* identificados foram: tentativas prévias de suicídio (8%) e hospitalizações prévias (6%) (McIntyre, 1996). Um estudo posterior apenas na população estudantil feminina (Ramalho & McIntyre, 2001), confirmou estes dados e revelou como problemáticas principais das jovens universitárias os problemas de ansiedade (46%) e de depressão (30.2%), muitas vezes com necessidade de intervenção psiquiátrica, o que replica os dados estrangeiros.

Na Consulta de Psicologia e Apoio Psicopedagógico, nos Serviços Médico-Universitários da Universidade de Coimbra (GAP-SASUC), as razões de pedido de ajuda foram, por ordem decrescente, as seguintes: rendimento escolar; depressão; auto-estima; variações de humor; ansiedade aos exames; motivação para o estudo; problemas relacionais (Pereira *et al.* 2000, 2001; Pereira e Ataíde, 2002). Como se poderá verificar pela consulta do Volume II do presente Dossier, estes dados são semelhantes para todos os Serviços de Aconselhamento Psicológico a Estudantes do Ensino Superior em Portugal.

Este aumento de psicopatologia tem sido atribuído a uma maior facilidade de procura de consulta psicológica por parte dos jovens associado a um menor estigma que rodeia os problemas de saúde mental. Refere-se ainda, por outro lado, a um aumento real das dificuldades psicológicas nestes jovens. Em parte, estes resultados devem-se ao alargamento do acesso ao ensino superior, o que torna a população estudantil mais representativa dos jovens em geral, e também dos seus problemas, por comparação com o passado, em que aquele acesso era mais restrito e as instituições de ensino superior mais elitistas. Com este alargamento tornaram-se também mais relevantes as pressões económicas, fonte de stress, a que estão sujeitos muitos destes jovens que não são oriundos das tradicionais famílias de classe média/alta. Além disso, o alargamento também tornou o ambiente no Ensino Superior mais anónimo, com menor interacção individual entre docentes e discentes, maior competição entre os alunos, requerendo dos estudantes uma maior autonomia e bem-estar psicológico para adequadamente desenvolverem um trabalho independente. Acresce ainda o aumento da instabilidade familiar que pode contribuir para potenciar as inseguranças dos estudantes.

Os autores destes relatórios terminam enfatizando que é necessário que as autoridades institucionais reconheçam as implicações do alargamento do acesso ao ensino superior na prevalência dos problemas de saúde mental dos jovens e que reconheçam que é da sua responsabilidade desenvolver políticas que disponibilizem recursos humanos e financeiros para lidar com esta questão.

Quanto à *avaliação dos resultados do trabalho de intervenção* dos serviços de aconselhamento psicológico, esta tem vindo a ser também objecto de investigação empírica em Portugal, revelando claramente os efeitos positivos das intervenções, quer ao nível da **promoção do bem-estar psicológico e desenvolvimento pessoal dos estudantes**, quer ao nível da **promoção do seu rendimento académico** (e.g. Azevedo, Dias & Conceição, 2000; Dias, 1988, 1994/95, 1999; Dias & Almeida, 1991; Gonçalves, 1997; Welling & Silva, 2000). De facto, os estudos de avaliação dos centros de aconselhamento nos Estados Unidos concluem que os estudantes que utilizam os serviços de aconselhamento psicológico desistem dos seus cursos, em média, 50% menos do que a generalidade da população estudantil, e terminam o seu curso em menor número de anos.

Um dos indicadores da qualidade dos serviços prestados é a satisfação dos estudantes com os mesmos. Um estudo levado a cabo em 2001 pelo Serviço de Consulta da Universidade do Minho numa amostra aleatória representativa dos seus utentes, indica que 46.3% dos utentes avaliaram os cuidados como Muito Bons, outros 46.3% como Bons e 7.3% como Razoáveis, uma avaliação francamente positiva. Embora todas as dimensões fossem avaliadas positivamente, as dimensões com as quais os utentes se encontravam mais satisfeitos foram os aspectos interpessoais da consulta, assim como a qualidade técnica dos psicólogos (McIntyre et. al., 2001). **Os itens que geraram alguma insatisfação tiveram a ver com o acesso aos serviços, nomeadamente o tempo de espera entre o pedido de consulta e a primeira consulta, reflectindo a dificuldade geral de resposta destes serviços ao incremento de pedidos.** Estes dados não são únicos do nosso país. Nos Estados Unidos, em que existe uma tradição deste tipo de serviços, 63% dos directores inquiridos indicaram que o aumento de exigência de serviços não é compensado com o aumento de recursos materiais e humanos (O'Connor, 2001).

Em suma, são diversos os tipos de problemas com que a população estudantil se tem de defrontar. E se é certo que a ampla maioria tem ou desenvolve no contexto da Instituição de Ensino Superior competências para lhes fazer frente, temos de reconhecer que sem ajuda especializada não é possível a muitos jovens enfrentarem com sucesso o ensino superior. Atendendo ao exposto, em geral, considera-se que as principais funções dos serviços de aconselhamento psicológico devem ser (Amada, 1985; May, 1999):

- (1) **apoiar o processo educativo e o sucesso académico** dos estudantes, nomeadamente, pela promoção das suas competências de estudo e do seu desenvolvimento vocacional;
- (2) **promover o desenvolvimento pessoal e prevenir comportamentos de risco**, dando aos estudantes uma oportunidade para explorar os problemas que interferem com os estudos, o trabalho, as relações familiares e com os amigos, apoiar os estudantes com sofrimento psicológico. Considera-se

que a intervenção psicológica deve dar ênfase aos aspectos preventivos e de promoção do desenvolvimento dos jovens. Não pode, contudo, deixar de ter também uma função de intervenção, em particular em situações de crise, e ainda de identificação e de encaminhamento psiquiátrico de situações psicológicas mais graves. O trabalho preventivo a nível de comportamentos de risco no domínio da sexualidade, alimentação, acidentes e consumo de substâncias, é um aspecto essencial deste tipo de intervenção, quer do ponto de vista individual quer em campanhas de promoção da saúde de âmbito mais alargado;

- (3) **trabalhar com o sistema institucional global**, por exemplo, reflectindo com os professores a situação de estudantes que os preocupam, apoiando na resolução de situações conflituosas nas residências universitárias, etc. Esta função de consultoria, tem também o objectivo de promover no "campus" um ambiente e atitude que permita aos estudantes que têm dificuldades psicológicas, caso sejam identificáveis, não serem tratados pela instituição de modo diferente da generalidade dos estudantes, prevenindo a estigmatização.
- (4) promover a **reflexão sobre a prática pedagógica e as metodologias de ensino** (consultoria aos docentes e órgãos directivos, por exemplo no âmbito do mentorado e tutorado)

Em suma, **os serviços de aconselhamento psicológico são um recurso que cada vez mais deve fazer parte integrante de um conjunto de serviços oferecidos pela Instituição de Ensino Superior aos seus estudantes, à semelhança das congéneres Europeias.** Estes serviços desempenham um papel significativo no desenvolvimento académico, social, e emocional dos alunos, através de estratégias multifacetadas e de parcerias várias. As problemáticas abordadas vão desde as políticas e procedimentos académicos, as competências e atitudes face ao estudo, as estratégias de gestão do tempo, o desenvolvimento de competências de comunicação e de relacionamento, o pluralismo cultural, a redução do stress, a saúde e o bem estar, a exploração vocacional, a preparação para a inserção no mercado de trabalho, o estabelecimento de objectivos de vida, a motivação, ao desenvolvimento pessoal e os problemas do foro psicopatológico.

A evidência nacional e estrangeira que acima referimos apoia a necessidade urgente de reflectir sobre o alargamento e regulamentação destes serviços nas instituições de Ensino Superior portuguesas. Com base na experiência adquirida ao longo dos últimos 10 anos sobre o funcionamento dos serviços já existentes e os seus modelos de funcionamento, apresentaremos no final deste dossier algumas orientações gerais para a futura criação e implementação deste tipo de serviços em Portugal.

1.4. Referências

Amada, G. (1985). Organizing a community college: Mental Health Program. In G. Amada (Ed.), *Mental health on the community college campus*. University Press of America.

- Arnstein, R. L. (1984). Developmental issues for college students. *Psychiatric Annals*, 14, 643-646.
- Azevedo, M., Dias, G. F. & Conceição, N (2000). "Oficina de Aquisição e Promoção de Competências para o Sucesso Académico: Avaliação dos Sucessos e Insucessos da Intervenção". *III Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior - Adaptação e Sucesso: Formas de Intervenção*, 30 de Junho, Monte de Caparica.
- Bessa, J. & Tavares, J. (2000). Níveis de ajustamento e auto regulação académica em estudantes do 1º ano (comum) de ciências e engenharias da universidade de Aveiro. In J. Tavares e R. A. Santiago (Eds.), *Ensino superior, (in)sucesso académico*. Porto Editora
- Bishop, J. B. (1990). The university college center: An agenda for the 1990's. *Journal of Counseling and Development*, 68, 408-413.
- Dias, G. F. (1988). Psicoterapia breve a estudantes universitários. *Psicologia*, 6, 29-46.
- Dias, G. F. (1994/95). Psicoterapia breve a estudantes universitários: Alguns resultados exploratórios junto de uma população portuguesa. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 10/11, 67-77.
- Dias, G. F. (1996). *Tarefas desenvolvimentais e bem-estar psicológico dos jovens*. Dissertação de Doutoramento. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Dias, G. F. (1999). "Assessment and Treatment of University Students with Separation/Attachment Difficulties". *FEDORA PSYCHE Conference on Attachment and Separation*, 15 a 17 de Setembro, Copenhaga, Dinamarca.
- Dias, G. F., Almeida, M. J. V. (1991). Prevenção e desenvolvimento num centro universitário de consulta psicológica. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 7, 67-75.
- Dias, G. F. & Azevedo, M. (2001). Desenvolvimento psicológico, atitudes em relação ao estudo e sucesso académico. Publicado na Revista *FASES on-line* <http://www.ualg.pt/fchs/ceduc/fases/>
- Garni, K. F. (1982). Accreditation guidelines for university and college counseling services. *The personnel and guidance journal*, October, 1982, 117-121.
- Gilbert, S. P. (1989). The juggling act of the college counseling center: A point of view. *The Counseling Psychologist*, 17, 477-489.

- Gonçalves, O. F. & Cruz, J. F. (1988) A organização e implementação de serviços universitários de consulta psicológica e desenvolvimento humano *Revista Portuguesa de Educação*, 1 (1) pp 127-145
- Gonçalves, I. (1997). O serviço de apoio psicológico do Instituto Superior Técnico: Balanço do trabalho realizado durante o ano de 1995. *Actas da Conferência Internacional A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior: Um desafio da Europa*. Universidade de Coimbra.
- Lustman, P. J. & Sowa, C. J. (1984). Factors influencing college student health: Development of the psychological distress inventory. *Journal of Counseling Psychologist*, 31, 28-35.
- Martins, M.L. (2001): Um passo de dança na Universidade. *Boletim da Universidade do Minho*, 94, 2-3.
- May, R. (1999). Doing clinical work in a college or university. How does the context matter? In J. Lees and A. Vaspe (Eds.), *Clinical counseling in further and higher education*. London: Routledge.
- McIntyre, T. (1996). *A necessidade de serviços de aconselhamento psicológico nas universidades: O saber, o ser e o saber ser*. Comunicação apresentada nas III Jornadas de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos, Universidade do Porto, 24 de Outubro.
- McIntyre, T., Soares, V., Salgueira, A., Constantino, A., Nogueira, C., Matias, M., Lopes, P., & Batista, R. (2001). *Avaliação da satisfação dos utentes do Serviço de Consulta Psicológica e Desenvolvimento Humano da Universidade do Minho*. Monografia realizada no âmbito da Cadeira de Psicologia da Saúde. Braga: Universidade do Minho.
- Newton, F. B. (1984). The assessment of college student needs: First step in a prevention response. *The Personnel and Guidance Journal*, 1984, 537-543.
- O'Connor, E. (2001). Student mental health: secondary education no more. *Monitor on Psychology*, 32(8), 44-47.
- Pereira, A.M. S. & Williams, D. I. (2001) Stress and coping in helpers on a student "nightline" service *Counselling Psychology Quarterly*, Vol14, n.º1, pp 43-47.
- Pereira, A. M. S. , Silva e Jesus (2001) "University Students Stress". *European Health Psychology Society e British Psychological Society. Div. Health Psychology "Changing Behaviour: Health and Healthcare"*. St. Andrews, Escócia. pp 134.
- Pereira, A.M. S. & Williams, D. I. (2000) Ponto de encontro das ciências do comportamento no apoio psicológico ao estudante. In Constança Machado (Eds) *Actas do Congresso*

- Internacional Interfaces da Psicologia*, Vol. I Évora. Universidade de Évora. pp. 355 - 363.
- Pereira, A.M. S. (2000) "Academic Life adaptation: student stress". *XXX Congress of the European Association for Behavioural & Cognitive Therapies*. Universidade de Granada, Espanha. Simpósio: Stress adaptation or desadaptation. pp 8.
- Tavares, J. & Pereira, A. M. S. & Sousa, L. (1999) Activação do desenvolvimento cognitivo *Inovação Revista do Ministério da Educação e do Instituto de Inovação Educacional*, Vol.12. nº2 pp.25-36.
- Tavares, M. C. Maia, A. Santos, L. et al (2000) Apoio psicossocial na transição para o Ensino Superior: Um modelo integrado de serviços in A. P. Soares e col., *Transição para o Ensino Superior* Braga: Universidade do Minho. Conselho Académico.
- Pereira, A.M. S. (1999) Sucesso versus insucesso: Taxonomia das necessidades do aluno, in José Tavares (Eds) Investigar e Formar em Educação. *IV Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação*. (II Vol.) Aveiro. Pp 129-136.
- Pereira, A.M. S. (1998) Apoio ao estudante universitário: *Peer Counselling* (Experiência-piloto). *Psicológica*. Universidade de Coimbra. 20. pp 113- 124.
- Pereira, A.M. S. (1996) "LUA: a help line on campus during the night. A Portuguese experience", em representação da Universidade de Aveiro, (juntamente com o Eng. Maia Marques), que se realizou de 20 a 22 de Março de 1996, no *First International Congress on Campus Security*, na Universidade de Southampton, Grã-Bretanha.
- Pereira, A.M. S. (1995) LUA Linha da Universidade de Aveiro. Relatório Final. Universidade de Aveiro. Aveiro.
- Ramalho, V., & McIntyre, T. (2001). *Unidade de Consulta Psicológica Clínica e da Saúde do SCPDH da Universidade do Minho: Caracterização das utentes estudantes*. Comunicação apresentada no Congresso Percursos no Feminino: Saúde e psicopatologia da Mulher, Porto, 25 de Outubro.
- Rockwell, K. (1984). Brief psychotherapy with university students. *Psychiatric Annals*, 14 (9).
- Rockwell, W. J. K. & Talley, J. E. (1985). Who seeks psychological services on campus and why. In J. E. Talley and J. K. Rockwell (Eds.), *Counseling and psychotherapy services for university students*. Springfield: Charles C. Thomas.
- Santiago, R. A ., Tavares, J., Taveira, M.C.; Lencastre, L., & Gonçalves, F. (2001). *Promover o sucesso académico através da avaliação e intervenção na Universidade*. Braga: Universidade do Minho.

- Santos, L. (2000). *Adaptação académica e rendimento escolar: Estudo com alunos universitários do 1º ano*. Universidade do Minho.
- Soares, A.P., Osório, A., Capela, J.V., Almeida, L.S., Vasconcelos, R.M., & Caires, S.M. (2000) (Eds.), *Transição para o ensino superior*. Braga: Universidade do Minho, Conselho Académico.
- Stone, G. L. & Archer, J. (1990). College and university counseling centers in the 1990s: Challenges and limits. *The Counseling Psychologist*, 18, 539-607.
- Talley, J. (1985). Psychological needs reported by students not seeking services. In J. E. Talley and W. J. Rockwell (Eds.), *Counselling and psychotherapy services for university students*. Illinois: Charles C. Thomas Publ.
- Talley, J. E. & Rockwell, W. J. (1985). *Counselling and psychotherapy services for university students*. Illinois: Charles C. Thomas Publ.
- Tavares, J., Santiago, R., Taveira, M. C., Lencastre, L. & Gonçalves, F. (2000). Factores de sucesso/insucesso no 1º ano dos cursos de licenciatura em ciências e engenharia do ensino superior. In A. P. Soares, A. Osório, J. V. Capela, L. S. Almeida, R. M. Vasconcelos & S. M. Caires (Eds.), *Transição para o ensino superior*. Braga: Universidade do Minho, Conselho Académico.
- Vredenburg,, K. & O'Brien, E. (1988). Depression in college students: Personality and experiential factors. *Journal of Counseling Psychology*, 35, 419-425.
- Welling, H. & Silva, S. (2000). "A psicoterapia e o insucesso escolar". *III Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior - Adaptação e Sucesso: Formas de Intervenção*, 30 de Junho, Monte de Caparica.

2. A situação dos Serviços de Aconselhamento Psicológico noutros países

2.1. Os países da Europa e a Fedora

Na Europa, os Serviços de Aconselhamento Psicológico tiveram início nos anos 60 no Reino Unido e foram-se expandindo para o resto da Europa. A importância que assumem, quer para o desenvolvimento pessoal e o bem-estar psicológico dos estudantes universitários, quer no apoio dos jovens na transição do Ensino Secundário para o Ensino Superior, quer ainda no desenvolvimento dos seus projectos de carreira e inserção no mercado de emprego, levou à organização, em 1988, do **Forum Européen d'Orientation Académique (FEDORA)**, que compreende actualmente todos os países da Comunidade Europeia.

Os membros desta organização de apoio aos estudantes do Ensino Superior trabalham em serviços focalizados em diversas valências, desde os serviços de carreiras, aos serviços de apoio psicológico. Para o que aqui nos interessa, no último levantamento dos serviços de apoio psicológico existentes na Europa, Watts & Van Esbroeck (1998) salientam que estes: **"... para além de lidarem com as questões relacionadas com o estudo, como a ansiedade face aos exames, lidam também com problemas pessoais que dificultam o estudo: problemas ligados às relações interpessoais, depressão, baixa auto-estima, perturbações alimentares, processos de luto, identidade sexual, etc.** O balanço entre uma maior focagem na área educacional ou pessoal varia mas, na generalidade, estes serviços tendem a prestar menos atenção às questões claramente vocacionais e a pesquisar o que está subjacente aos problemas actuais, de modo a explorar o tipo de personalidade em causa e outras questões que o indivíduo tem latentes. Grande parte do trabalho desenvolvido nestes serviços liga-se ao aconselhamento individual, que pode ter a duração de uma ou várias sessões ou mesmo a de uma psicoterapia a longo prazo de cerca de dois anos. Também podem ser feitas psicoterapias em grupo e programas de prevenção sobre, por exemplo, técnicas e metodologias de estudo, como lidar com o stress, gestão do tempo e desenvolvimento da assertividade." (Watts & Van Esbroeck, 1998, p.40)

Em anexo, incluímos os dados em que os autores se basearam para elaborarem o estudo acima mencionado - *New skills for new futures. Higher education guidance and counselling services in the European Union*. Contudo, gostaríamos de deixar os nossos leitores com uma visão um pouco mais completa, nomeadamente do ponto de vista qualitativo, do aconselhamento a estudantes do Ensino Superior na Europa.

Assim, e como o Simpósio de "Aconselhamento a Estudantes na Áustria e na Europa", que se realizou em Setembro de 1995 em Viena permitiu verificar, de forma inequívoca, "existem muitas tradições institucionais e organizadas, de aconselhamento a estudantes ou de temáticas afins, nos países da Europa, tradições essas que explicam que as coisas sejam

como na realidade são” (Klaus, 1995), isto é, muito menos integradas do que seria desejável.

Raban (1997) afirma que os diferentes países da Europa evoluíram de formas bastantes distintas no que se refere à provisão das necessidades de desenvolvimento dos estudantes universitários [tal como descritas anteriormente]. Por outro lado, ainda que com objectivos genericamente semelhantes, é possível encontrar casos que espelham a existência de diferenças bastante significativas de Instituição de Ensino Superior para Instituição de Ensino Superior, dentro de cada um dos países considerados. Esta diversidade de situações faz com que não seja fácil encontrar algo que se pudesse designar de modelo “europeu” para os serviços de apoio a estudantes do ensino Superior.

Tony Raban, da Universidade de Cambridge, distingue da seguinte forma as tradições de aconselhamento psicológico a estudantes do ensino superior nas universidades do sul e do norte da Europa: **“culturalmente, os países do sul da Europa tendem a assumir mais fortemente a posição de que o aconselhamento profissional é desnecessário porque os estudantes serão apoiados pelas suas famílias e pelas redes locais de suporte, sendo os conselheiros profissionais frequentemente encarados com alguma desconfiança.** Na realidade, este tipo de suporte é muito mais fácil nos casos em que os estudantes vivem com a sua família de origem, mas muito mais inacessível se saem de casa para estudar, como acontece em França ou em Inglaterra”. Não surpreende, pois, que existam tradições de aconselhamento quer nos países anglo-saxónicos, quer nas universidades francesas de maior prestígio. O aconselhamento a alunos universitários é também já bastante frequente nas universidades holandesas, alemãs, dinamarquesas, irlandesas, finlandesas, suecas e belgas; existem também alguns desenvolvimentos em países como a Grécia, Espanha e Itália, que têm revelado particular dinamismo nos últimos anos, de modo a proporcionar num maior número possível de instituições, de serviços de apoio aos estudantes.

A tendência geral vai no sentido de **um aconselhamento mais profissionalizado ser implementado em todos os países da União Europeia, tendendo os países do sul da Europa a aproximarem-se daquilo que os seus parceiros do norte já oferecem à população estudantil.** Um dos factores que tem vindo a contribuir para que esta tendência se generalize passa pelos intercâmbios cada vez mais frequentes entre países, nomeadamente da União Europeia, fomentados por organizações como a FEDORA.

Para que possamos beneficiar das tradições alheias e para que tenhamos uma ideia comparada da realidade portuguesa com a realidade europeia, vamos fazer uma brevíssima resenha do que se passa noutros países da Europa:

Alemanha: Em 1994, cerca de 94% de todas as instituições de ensino superior dispunham de Serviços de aconselhamento, estando cerca de 83% dos conselheiros a trabalhar a tempo inteiro nestes centros, tendo todos eles concluído uma licenciatura (mais de 1/3 dos quais em Psicologia) e tendo cerca de 20% obtido mesmo duas licenciaturas, o que traduz o elevado grau de profissionalismo atingido neste país no que ao aconselhamento a estudantes do ensino superior diz respeito (Figge, 1997).

Num estudo de campo realizado junto de todas as instituições de ensino superior (Figge, Kaiphas, Knigge-IIIner, Rott, 1995 cit. por Figge, 1997), verificou-se que quatro grandes áreas de actividade emergiram:

- a) orientação e informação;
- b) aconselhamento individualizado a estudantes;
- c) aconselhamento psicológico/psicoterapia;
- d) tratamento psiquiátrico/psicoterapêutico.

As duas primeiras áreas estão presentes em cerca de 80% das instituições, a terceira em cerca de 50% e a quarta em apenas 16% das instituições.

Áustria

É um dos países da União Europeia em que os Centros de Aconselhamento Psicológico para estudantes constituem recursos estabelecidos por legislação específica, tendo como objectivo apoiar os estudantes nas suas actividades académicas. Existem centros nas seis cidades em que existem universidades, abrangendo um total de 230 000 estudantes. Os estudantes recebem apoio, quer através de sessões de orientação, consultas de aconselhamento psicológico e psicoterapia, quer através de medidas de apoio, que incluem formação para otimizar o desempenho e para o desenvolvimento da personalidade.

O apoio específico para questões relacionadas com a planificação de carreira e inserção no mercado de trabalho são igualmente facultadas em alguns centros. Também é comum encontrar serviços que prestam apoio, ao nível do aconselhamento psicológico ou outro tipo de ajuda, a estudantes portadores de deficiência.

O investimento neste tipo de serviços tem como objectivo final a promoção da qualidade e eficiência do treino universitário tomado como um todo (Schilling, 1996).

Bélgica

Existe legislação sobre este tipo de serviços, nomeadamente ao nível do financiamento.

Todas as Universidades têm centros de aconselhamento, sendo o apoio facultado ao nível orientação educacional o tipo de serviço mais frequentemente prestado. A consulta psicológica, quer sob a forma de aconselhamento, quer sobre a forma de psicoterapia, é facultada em parte significativa das Universidades.

Os serviços de apoio a estudantes podem facultar outras valências, como sejam as questões relacionadas com a planificação de carreira e inserção no mercado de trabalho, o apoio a estudantes portadores de deficiência ou o trabalho junto dos estudantes/atletas.

Dinamarca

Os serviços de aconselhamento psicológico a estudantes estão presentes em quase todas as universidades, fazendo parte de uma política global que aposta em facultar, de um modo descentralizado, uma série de apoios promotores do desenvolvimento pessoal e sucesso académico dos estudantes do ensino superior.

Espanha

Echeverría (1997), da Universidade de Barcelona, refere que o desenvolvimento da orientação universitária começou muito timidamente em Espanha. Nas instituições de Ensino Superior em que estes serviços existem, eles dirigem-se sobretudo aos estudantes do primeiro ano ou alunos finalistas, nomeadamente ao nível da procura do primeiro emprego.

Nos últimos anos tem-se verificado um crescente dinamismo na criação de serviços de apoio psicológico, existindo progressivamente mais universidades a facultarem aos estudantes o acesso a esta valência, embora ainda se esteja muito longe de cobrir toda a rede de ensino superior.

Finlândia

Neste país, todos os estudantes do ensino superior têm acesso a serviços de aconselhamento psicológico. Os serviços de atendimento contam com 31 psicólogos a efectuar psicoterapia, 21 a efectuarem aconselhamento psicológico e 25 psiquiatras.

Outros serviços são igualmente facultados em todas as Universidades e Politécnicos, como por exemplo, serviços de orientação académica e serviços de planificação de carreira e inserção no mercado de trabalho.

França

Possui uma estrutura alargada de serviços de apoio para estudantes, cobrindo todo o percurso de um estudante, desde a integração na instituição de ensino superior, até à saída do estudante para o mercado de trabalho.

No que concerne aos serviços de apoio psicológico, eles não cobrem a totalidade das instituições de ensino superior, embora estejam presentes em muitas delas.

Grécia

Neste país, o esforço para melhorar e expandir os serviços de orientação e aconselhamento no ensino superior levou o governo a legislar sobre esta matéria. Tal necessidade surgiu em grande medida de se constatar que não existia uma política comum de aconselhamento a estudantes no ensino superior. Quando existiam, estes serviços centravam-se acima de tudo no aconselhamento vocacional e de carreira, sendo uma das excepções o caso do Centro de Aconselhamento da Universidade de Atenas, citado por Marouda-Chatjoulis e Sidiropoulou-Dimakakou (1995), que proporciona aconselhamento a estudantes do ensino superior, sobretudo para os que apresentam algum tipo de deficiência. Nos últimos tempos, os serviços de atendimento psicológico têm-se vindo a expandir, mas ainda não cobrem a maioria das instituições.

Irlanda

Possui serviços de aconselhamento psicológico em todas as universidades e em outras instituições. Os serviços de orientação de carreira e orientação educacional também estão presentes em todas as instituições de ensino superior. A orientação educacional não é necessariamente efectuada por profissionais especializados, dado que é muitas vezes desempenhada por docentes ou alunos mais velhos.

Itália

Ainda que a reforma do sistema universitário operada em 1980, consigne como dever a introdução 'do aconselhamento a estudantes como um serviço específico da universidade', muito há ainda a fazer antes que possa falar-se de uma implementação generalizada deste tipo de serviços nas universidades (Berta, 1995). No início, esta actividade era desenvolvida nos Serviços de Apoio Psicológico dos Hospitais Universitários, sem qualquer reconhecimento formal.

Actualmente, embora os serviços de aconselhamento psicológico já estejam a funcionar em muitas instituições de ensino superior, ainda não cobrem a maioria delas. Existem outros tipos de serviços de apoio ao estudante, como por exemplo, de orientação educacional e vocacional.

Holanda

Neste país, tradicionalmente, presta-se muita atenção ao bem-estar dos estudantes, e essa atenção traduz-se no número de recursos humanos disponíveis para o trabalho com os estudantes, bem como pelos orçamentos disponibilizados anualmente para esta actividade (recordamos que, na Holanda, todas as universidades são financiadas a 100% pelo estado, e que todos os estudantes podem aceder à universidade, se o desejarem, não havendo "numerus clausus").

Os serviços de apoio psicológico (aconselhamento e psicoterapia) são generalizados a todas as universidades, podendo os estudantes, em muitos casos, ter igualmente acesso a consultas de psiquiatria. Na universidade, existem quatro momentos em que se implementam actividades específicas de aconselhamento:

- na transição do ensino secundário para o ensino superior;
- no momento de decisão após o período propedêutico;
- em momentos especiais de escolha, ao longo do curso;
- na transição do ensino superior para o mundo do trabalho.

Em termos dos recursos disponíveis para os alunos, verifica-se que existem professores que são também tutores com funções de orientação específicas, para além de um conselheiro de estudo. Frequentemente estudantes mais velhos são mentores em pequenos grupos de estudantes do primeiro ano, facilitando a sua integração na universidade.

Adicionalmente, existe um Centro de Orientação de Carreira, onde só são proporcionados aos estudantes serviços de aconselhamento profissional, com o objectivo de os ajudar a lidar mais eficazmente com futuras situações de escolha e tomada de decisão, na medida em que promovem o auto-conhecimento (adapt. de Ramaker, 1996).

Reino Unido

À sua chegada à universidade o estudante pode esperar encontrar um “arsenal” de serviços de apoio incluindo: aconselhamento psicológico; aconselhamento de carreira; serviço de acomodação/residência; apoio religioso prestado por organizações religiosas com sede no “campus” ou por outros grupos; serviço de saúde; serviço de aconselhamento pedagógico/educativo.

Os serviços de aconselhamento envolvem, normalmente “staff” fixo relativamente pequeno (1 a 4 conselheiros), com o suporte adicional de conselheiros em tempo parcial.

Estes serviços têm tido uma grande aceitação junto dos estudantes, e por isso atingiram proporções tais que justificam a existência de uma associação que congrega os esforços individuais de cada um destes centros e que promove o contacto entre serviços análogos noutros países da Europa - a **Association for Student Counselling** - ASC.

Suécia

Tal como a Finlândia e a Dinamarca, os estudantes têm acesso a uma série de serviços de apoio, presentes em todas as universidades. É um dos países que desenvolveram legislação específica como modo de enquadrar legalmente e promover este tipo de serviços.

Concluimos, pois, este breve inventário das várias opções de alguns países da União Europeia em relação ao aconselhamento psicológico a estudantes do Ensino Superior, para o qual nos baseámos essencialmente em dados fornecidos no contexto de actividades da FEDORA. Excluimos, naturalmente, Portugal deste inventário, uma vez que este dossier constitui, em si mesmo, o melhor e mais actualizado descritor das actividades de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior em curso no nosso país (ver, em anexo, uma **Listagem dos membros portugueses da FEDORA**).

Relativamente aos dados apresentados, gostaríamos de salientar alguns pontos:

- Existem diferenças, que nos parecem óbvias, entre os países do Norte (p.ex. Holanda) e do sul da Europa (p.ex. Espanha), sendo que nos primeiros o investimento nesta área é bastante mais significativo.
- Consideramos digno de nota que na maior parte dos casos descritos, é dado grande ênfase ao **elevado grau de profissionalismo** que deve ser exigido dos técnicos que se encontram integrados nestes serviços.
- Neste tipo de serviços é normalmente **exigido aos utentes um pagamento simbólico**.
- Os serviços prestados são geralmente **proporcionados no próprio contexto da faculdade/universidade**.
- **Os processos de acompanhamento psicológico** são tipicamente de **duração relativamente breve** (embora pareça haver alguma polémica quanto ao que poderá ser a duração mais adequada).
- **Os serviços são** apoiados, do ponto de vista financeiro, pelo Estado.

Finalmente, Watts & Van Esbroeck (1998) salientam que os serviços de orientação e aconselhamento psicológico, da análise efectuada aos dados dos países da União Europeia, tendem a ser organizados de modo a focalizarem a sua atenção em três períodos significativos da vida de um estudante do Ensino Superior:

1º- No momento da entrada na universidade, em que orientação e aconselhamento psicológico podem desempenhar uma importante função na integração dos estudantes no Ensino Superior, reduzindo a probabilidade da ocorrência de desistências precoces e promovendo um envolvimento rápido em modos que optimizem a eficácia do estudo.

2ª- No período em que os estudantes se encontram nas instituições, os diferentes países tendem a ver os serviços de aconselhamento psicológico como uma estrutura capaz de intervir junto dos alunos, nomeadamente combatendo o insucesso

académico ou os riscos de desistência do curso devido a problemas académicos e/ou pessoais.

3ª- Na transição para o mercado de trabalho, os serviços de orientação e aconselhamento psicológico são um modo de ajudar a uma eficaz transição do estudante para o mundo laboral, maximizando o investimento público efectuado na formação de um profissional qualificado.

Em Portugal, Gonçalves & Cruz (1988), numa linha concordante com os dados atrás referidos sobre as áreas de intervenção potencialmente cobertas por serviços de aconselhamento psicológico, descreve as valências que podem ser desenvolvidas no âmbito destas estruturas de apoio aos estudantes:

a) Prestar serviços remediativos

Consistem, acima de tudo, na psicoterapia ou apoio terapêutico, dirigido a estudantes que experienciam problemas de ajustamento susceptíveis de merecerem atenção profissional imediata. Quanto mais célere e eficaz for esta resposta, maiores serão as possibilidades de prevenir a emergência de situações de ruptura total como é o caso, por exemplo, do esgotamento/exaustão, depressão grave, abandono dos estudos ou até mesmo o suicídio. Para além de terapia individual (breve ou prolongada) e de grupo, os serviços poderão ainda dispor de unidades de emergência (ex.: linhas de crise).

b) Prestar serviços de natureza Preventiva

Estes serviços têm como objectivo a diminuição da incidência de determinados problemas, mediante a identificação e controle dos factores de risco. Podem aqui ser desenvolvidos diferentes programas, nomeadamente para o período de entrada na Instituição de Ensino Superior e para o período de transição para o mundo do trabalho, momentos tipicamente considerados como mais *stressantes*.

c) Prestar serviços ao nível da realização de acções de desenvolvimento pessoal

O objectivo é ir além da identificação dos factores de risco, procurando orientar a intervenção para acções de promoção e optimização do desenvolvimento psicológico, de modo a ajudar os estudantes a beneficiarem maximamente do seu potencial humano.

d) Investigação acerca dos Processos de Transformação e Desenvolvimento Humano

Finalmente, os autores referem a necessidade de efectuar uma cuidadosa investigação dos serviços prestados, com o objectivo de aumentar a sua eficácia e de contribuir para o avanço do conhecimento acerca dos mecanismos reguladores dos processos de transformação e desenvolvimento humano, referindo três tipos de estudo a serem desenvolvidos:

- a) Estudos epidemiológicos (feitos em parte neste relatório);
- b) Estudos comparativos e de resultados;
- c) Estudos de processos clínicos

Gonçalves & Cruz (1988) referem ainda a possibilidade de uma das vertentes de intervenção serem os serviços de Aconselhamento Psicológico e Educacional à Comunidade, no entanto, esta valência fará mais sentido para serviços que se implementem em instituições de Ensino Superior que disponham de departamentos de psicologia.

Como conclusão, de diferentes modos e recorrendo a diferentes tipos de trabalho junto da população estudantil, estes serviços são vistos, de uma perspectiva política, como importantes instrumentos para a eficiência e para a igualdade no ensino superior, e por conciliar estas vertentes com o respeito pela autonomia do indivíduo. **Para a maior parte dos países considerados, estes serviços fazem parte de uma atitude de promoção da qualidade total do ensino superior contemporâneo.**

2.2. Algumas Instituições de Ensino Superior Americanas

Nos Estados Unidos (EUA), o Ensino Superior é caracterizado pela diversidade, magnitude e permanente mudança da sua estrutura. Na ausência de uma instituição nacional responsável pela educação, cada instituição ou conjunto de instituições desenvolve a sua actividade segundo a sua concepção de ensino superior e de acordo com os seus próprios padrões de qualidade. O governo federal, através do *U.S. Department of Education*, não influencia nem controla de forma significativa as políticas seguidas pelas universidades nem os currículos oferecidos" (Silva, 1995). Neste quadro de grande diversidade, não surpreende, por isso, que cada instituição encontre o seu próprio sistema de aconselhamento a estudantes, sendo que, e como já afirmámos, é nos EUA que o desenvolvimento deste tipo de serviços é mais acentuado, acompanhando aliás a popularidade de que nesse país gozam as actividades ligadas à psicologia em geral e à psicoterapia em particular.

Assim sendo, seleccionámos duas instituições de Ensino Superior americanas que nos parecem particularmente interessantes.

Massachusetts Institute of Technology (MIT), Massachusetts

O MIT dispõe de um Serviço de Apoio e Aconselhamento (*Counselling and Support Services*), uma divisão do "*Office of the Dean of Students and Undergraduate Education*". Resumidamente, este serviço proporciona (informação recolhida a partir da página do MIT [http:// web.mit.edu/counsel/www](http://web.mit.edu/counsel/www)):

- Aconselhamento pessoal e académico para estudantes;
- Consultoria dirigida às faculdades, ao pessoal, às famílias e aos amigos dos estudantes relativa a uma variedade de dificuldades pessoais, desde os problemas de ajustamento e de estudo às situações de crise e de perturbação crónica;
- Apoio especial a grupos de estudantes, tal como grupos de mulheres, de estudantes negros, de estudantes portadores de deficiência e de estudantes homossexuais;
- Defesa dos estudantes em encontros do Comité de Desempenho Académico (CDA), nomeadamente nos encontros de final de semestre;
- Readmissão dos estudantes que fizeram interrupção de estudos (*"Leave of Absence"*) ou que abandonaram a universidade (*"Withdrawals"*), quer voluntariamente, quer por decisão do CDA;
- Supervisão de linhas de apoio geridas por estudantes - a *"Nightline"* (de aconselhamento e informação) e a *"Contact Line"* (questões ligadas com a sexualidade);
- Concessão de dispensas (*"Excused Absences"*) de exames finais a estudantes que apresentam circunstâncias pessoais extenuantes.

Este serviço conta com uma equipa de seis técnicos, que realizam actividades de aconselhamento, contacto com outros serviços do MIT, supervisão, intervenções de crise e orientação de grupos com características terapêuticas.

Stanford University (SU), California

Os Serviços de Aconselhamento e Psicologia (*"Counselling and Psychological Services"* - CAPS) da Universidade de Stanford proporcionam apoio a estudantes que experienciem problemas pessoais ou situações difíceis durante a sua estadia em Stanford. Este serviço dispõe de um atendimento 24 horas. Todos os alunos têm direito a uma avaliação e um aconselhamento ajustado até dez sessões, inteiramente gratuitas. No entanto, os alunos que necessitem ou solicitem um acompanhamento mais prolongado terão de pagar esse serviço.

Adicionalmente, o CAPS anuncia na sua página na Internet os seguintes serviços:

- **Edição de pequenos textos de apoio** sobre temas que incluem: depressão, perturbações alimentares, insónia, solidão, procrastinação, stress, doenças sexualmente transmissíveis e violência doméstica; na página do CAPS há também “links” para outro tipo de recursos “on-line” nas áreas da saúde em geral e da saúde mental em particular;
- **Grupos e “workshops” centrados em temáticas consideradas de utilidade para os estudantes** de Stanford, tendo como objectivo a potenciação da sua eficácia nas áreas social, pessoal e académica; os grupos centram-se em tópicos como: ansiedade, luto, depressão, procrastinação, timidez, ansiedade às avaliações, perfeccionismo, relações interpessoais,
- **Consultoria às faculdades, aos docentes e funcionários, aos familiares ou a outros estudantes que apresentem preocupação relativa a qualquer estudante** da Universidade de Stanford;
- **Programas psico-educacionais sobre vários temas de desenvolvimento e de saúde mental**, julgados relevantes para os estudantes; tipicamente, estes programas são apresentados nas residências universitárias; adicionalmente, elementos do CAPS podem deslocar-se a salas de aula com o objectivo de participarem em debates sobre temáticas na área da saúde mental;

O CAPS funciona ainda como **local de treino para psiquiatras, psicólogos e assistentes sociais**, proporcionando actividades de treino em: avaliação clínica, intervenção na crise, psicoterapia individual, psicoterapia de casal, terapia de grupo, liderança de “workshops” estruturados, consultoria, ética profissional e aconselhamento multicultural.

Um **elevado profissionalismo** é exigido de todos os que trabalham no CAPS, havendo uma garantia de que todos permanecem em **formação contínua**, sendo que muitos publicam na área da saúde mental e apresentam comunicações em congressos e outros encontros científicos. Todos são elementos activos nas organizações profissionais em que se encontram filiados. As exigências de qualidade deste serviço obrigam a uma **avaliação permanente do trabalho clínico aí realizado**, quer recorrendo a inquéritos aos utentes, quer através de um grupo de avaliadores externos (informação recolhida a partir da página da SU <http://www.stanford.edu/group/cowell/caps/counselling>).

2.3. Referências

- Bertha, L. (1995) *Educational Counselling in Italy*_Viena: Symposium "Students Counselling in Europe", pp 183-187
- Echeverría, B. (1997) *La Orientation Universitaria en España* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa", pp 31
- Figge, P. (1997) *Counselling institutions as academic service-centers: advocating an integrated approach to counselling* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa", pp 37-46
- Klaus, J. (1995) *The Philosophies and Traditions behind Student Counselling in the Countries of the European Union; Student Counselling as a University Service*. Viena: Symposium "Students Counselling in Europe", pp 159-161
- Marouda-Chatjoulis, A. e Sidiropoulou-Dimakakou, D. (1995) *Higher Education and the Career Guidance System in Greece* Viena: Symposium "Students Counselling in Europe", pp 195-197
- Pethen, R. (1995) *Careers Guidance in Universities in the United Kingdom* Viena: Symposium "Students Counselling in Europe" , pp 167-175
- Raban, T. (1997) *An update of European Guidance and Education systems* Esbroeck, R. V. Butcher, V. Broonen, J. P. & Klarer, A. M. (Eds.) *Decision Making for Lifelong Learning* Bruxelas: Fedora & VUB Press, pp 71-81
- Ramaker, I. (1997) *Guidance for first year students in the Higher Education in the Netherlands* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa", pp 73-79
- Schilling, M. (1996) *Some specific problems and aims of student counselling from the experience of psychological student counselling in Austria* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa", pp 33-35
- Silva, L. O. (1995) *Perspectiva Global do Ensino Superior nos Estados Unidos da América* Lisboa: IST, Conselho Directivo, GEP

Valerio, P. (1997) *Psychodynamic Counselling in a University Setting* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa", pp 33-35

Watts, A. G. & Van Esbroeck, R. (1998) *New skills for new futures. Higher education guidance and counselling services in the European Union* Belgium: VUB University Press.

3. A necessidade dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior em Portugal

A nível mundial, os Estados Unidos e a nível europeu a Inglaterra foram, como já referimos, pioneiros na criação dos Serviços de Aconselhamento Universitário” - assim, “o aumento explosivo da população universitária nos Estados Unidos nos anos 40 e em Inglaterra nos anos 60, e a preocupação com o bem-estar psicossocial dos estudantes, com o seu desenvolvimento holístico e com a sua saúde, levaram à criação de serviços de saúde, consulta psicológica e sociais junto às universidades” (Dias, 1997).

Desde então, a concepção do desenvolvimento do estudante do Ensino Superior tem constituído uma área de estudo com princípios, finalidades e objectivos bem definidos, explicitados por ocasião do *American Council on Education* (1949). Verifica-se, ainda, que as teorias e os modelos do desenvolvimento têm ocupado um lugar de destaque na investigação com estudantes do ensino superior (veja-se, p.ex. o destaque que publicações especializadas nesta área, como o *Journal of College Student Development* ou o *Journal of Counselling and Development* dão a este tipo de modelos).

O aumento do número de jovens que, em todo o mundo, frequentam o Ensino Superior, criou tempo e espaço para que um novo estágio de desenvolvimento surgisse, entre o fim da adolescência e o início da idade adulta - a expressão “jovem adulto” descreve esse período, que se situa sensivelmente no intervalo etário dos 18 aos 25 anos, e que é caracterizado por mudanças estruturais nas áreas do **desenvolvimento psicossocial, cognitivo, moral, ético e vocacional**, bem como na área dos **papéis sexuais e profissionais**. A tese central comum a estas teorias (Sanford, 1962; Heath, 1965; Chickering, 1969 cit. por Ferreira e Hood, 1990) é que “o estudante sofre modificações no auto e hetero-conhecimento, nas características da sua personalidade e no seu comportamento, em resultado das experiências vividas durante o percurso universitário e que **promover e apoiar estas mudanças no desenvolvimento deve ser uma preocupação das instituições de ensino responsáveis por estes estudantes**” (Pinheiro e Ferreira , 1997).

Paolo Valerio (1997) afirma que “o estatuto do estudante universitário acrescenta alguns elementos específicos às dificuldades gerais e bastante generalizadas da população jovem”. Na verdade, a instituição educativa não apresenta, frequentemente, um “ambiente facilitador” do crescimento e desenvolvimento do jovem. **Sobretudo na Europa, a educação tem vindo a ser progressivamente conduzida como uma “actividade do ego”, centrando-se sobretudo no desempenho, nos resultados quantificáveis, na aquisição e avaliação de um estreito conjunto de conhecimentos, bem como na preparação para o mundo do trabalho, e não na aquisição de uma experiência de vida.** Nesta pressão para o desempenho existe,

frequentemente, muito pouco respeito pela ideia de desenvolvimento pessoal. Para muitos jovens, os problemas relacionados com os estudos surgem, assim, como um meio pelo qual expressam o seu desconforto pessoal.

As instituições académicas vêem-se, assim, confrontadas com tarefas adicionais às tradicionais tarefas educativas: o auxílio na adaptação do aluno ao seu novo papel - o de estudante do Ensino Superior - e na adaptação às tarefas que lhe são inerentes, das quais se destacam a integração na instituição de Ensino Superior, a realização do trabalho académico, a avaliação e a saída da Instituição de Ensino Superior com a consequente preparação para a entrada no mundo do trabalho (Valerio, 1996).

Para além destas tarefas, que colocam um desafio simultaneamente intelectual e emocional aos jovens estudantes, existem ainda factores externos que, resultando das transformações estruturais no sistema educativo europeu, põem problemas adicionais aos estudantes universitários. Paulo Valerio refere cinco destes factores:

- um enorme aumento do número de estudantes que acedem à Instituição de Ensino Superior;
- mudanças estruturais e diferenciação dos conteúdos académicos;
- dificuldades ao nível do estabelecimento de critérios de selecção dos candidatos;
- elevado número de estudantes que saem do sistema (*drop-outs*);
- dificuldades em estabelecer laços entre o sistema educativo e o sistema laboral.

O autor avança então com a proposta da criação de Serviços de Aconselhamento Psicológico nas instituições de Ensino Superior como **estratégia para auxiliar os estudantes a explorarem as dificuldades internas que impedem a realização do seu potencial** (Valerio, 1996).

Inspirando-se no trabalho seminal de Erikson, alguns investigadores dedicam-se ao estudo do desenvolvimento do estudante do Ensino Superior - nomeadamente Sanford, Heath e Chickering. Estes teóricos avançaram modelos progressivamente mais descritivos das tarefas desenvolvimentais e da sua confrontação com as exigências dos contextos académicos, oferecendo suporte para a criação de serviços de apoio ao estudante do Ensino Superior. Expandiram-se também no âmbito desse apoio, dos desempenhos meramente académicos para as competências de vida.

“O sucesso académico”, afirma Raoul Van Esbroeck, da Universidade de Bruxelas, “tornou-se, na academia, um tópico de alguma relevância”. Assim, ainda que cada vez um maior número de adolescentes tenham acesso a um ensino de nível superior, a taxa de sucesso desses mesmo adolescentes tende a diminuir, o que preocupa, naturalmente, não só as instituições de ensino superior, como os próprios governos (com particular destaque para

os ministérios da educação) e a sociedade em geral. Não surpreende, pois, que as instituições académicas atribuam uma relevância cada vez maior aos “serviços de apoio aos estudantes” (Van Esbroeck, 1995).

A pertinência do apoio aos estudantes do Ensino Superior é ainda reforçada pela probabilidade de a **entrada para o Ensino Superior poder fazer emergir dificuldades de desenvolvimento**, que até aí pudessem ter passado despercebidas, quer pela menor exigência de autonomia e de trabalho, própria do Ensino Secundário, quer pelo ambiente mais securizante, menos impessoal, em que vivia o estudante até à sua entrada para o Ensino Superior. Estas dificuldades, poderão beneficiar de uma oportunidade ideal para serem resolvidas, uma vez que estes anos de permanência no Ensino Superior constituem uma “moratória institucionalizada” que permite ao estudante reflectir e experimentar opções (Dias & Fontaine, 1997) .

A responsável pelo Gabinete de Apoio Psicológico e Aconselhamento da Faculdade de Ciências e Tecnologia, afirma, baseada na sua experiência de 13 anos de aconselhamento e investigação, que é de **toda a conveniência que um serviço de apoio psicológico que pretende dar ênfase à prevenção e desenvolvimento dos estudantes” funcione fisicamente junto às faculdades**, enumerando cinco razões para que assim seja (Dias, G. F. 1997):

1. “os estudantes resolvem em geral pedir ajuda num impulso e portanto o apoio é muito mais efectivo se os técnicos se encontram fisicamente próximos”;
2. “os estudantes mais facilmente pedem ajuda se o podem fazer rapidamente durante um ‘furo’ no horário ou no intervalo de uma aula”;
3. “os estudantes sentem-se mais à-vontade em pedir apoio a uma pessoa cuja cara se lhes torna familiar”;
4. “o contacto próximo com a Faculdade permite conhecer os órgãos directivos e pedagógicos, os responsáveis dos departamentos e outros docentes, o que facilita o encaminhamento dos estudantes, quando necessário, face a certas dificuldades académicas, curriculares ou outras e, vice-versa, estar acessível para discutir com os docentes a situação de um aluno que os preocupe”;
5. “um serviço com várias vertentes tem necessariamente de ter um contacto próximo com a realidade da vida da Faculdade para poder planear as intervenções mais adequadas, em especial no que diz respeito à organização de ‘workshops’ e conferências”.

Michael Schilling, Ministro Federal da Ciência, dos Transportes e das Artes em Viena (Shilling, 1997) reforça a ideia do potencial de desenvolvimento inerente a esta fase da vida do jovem adulto, ao afirmar que “os conflitos pessoais e os problemas de estudo podem

constituir, e frequentemente constituem, uma oportunidade concreta para o desenvolvimento da personalidade dos estudantes do ensino superior, na medida em que para muitos deles, as crises neste período da vida lhes permitem pela primeira vez...

- formular os seus objectivos pessoais;
- encarar de forma crítica as suas capacidades, competências e recursos;
- tomar consciência do seu "background" social e padrões de desempenho, bem como das expectativas dos outros com quem se relacionam;
- reflectir sobre os seus modelos de identificação e sobre os conflitos associados a estes".

Deste modo, os problemas e conflitos com que os jovens são confrontados nesta fase poderão constituir um catalizador para o seu desenvolvimento, ajudando-os a amadurecer e a desenvolver estratégias de "coping" e de resolução de problemas, que lhes serão depois muito úteis quer a nível pessoal quer a nível profissional. Para este autor, os serviços de aconselhamento podem ter um **"papel importante no aumento da qualidade e eficiência do treino universitário, tomado como um todo"** (Schilling, 1997).

Anthony Clare (1995), do Trinity College de Dublin, vai mais longe ao identificar simultaneamente as **exigências** (múltiplas) que tipicamente são feitas aos estudantes nesta fase da sua vida (descrita como particularmente "stressante") e os **recursos** (obviamente finitos) de que os estudantes dispõem para as enfrentar:

Exigências e riscos:

1. o estudante sai de casa dos seus pais pela primeira vez na sua vida;
2. o estudante tem de assumir pela primeira vez responsabilidade por questões de gestão de um orçamento limitado, de aluguer de casa/quarto, de alimentação e de cuidar da limpeza e manutenção das suas roupas;
3. o estudante entra em competição directa com pares aparentemente muito competentes do ponto de vista académico, sendo frequente a constatação de que se está a competir com "os melhores" e que "ser o melhor da sua classe do secundário" não é garantia de sucesso;
4. o ensino secundário contém em si um conjunto de regras razoavelmente claras sobre os conteúdos alvo de avaliação, bem como sobre os limites de tempo para os adquirir; ao invés, no ensino superior, exige-se do estudante uma maior capacidade de escolha e uma maior selectividade na apreensão dos conteúdos, uma vez que as regras são agora menos claras/organizadas e mais flexíveis;

5. a Instituição de Ensino Superior permite uma primeira experiência de decepção e insucesso pessoais, com todas as implicações desse insucesso face ao próprio, face à família e face à própria instituição;

6. é também nesta fase que se verificam as mais importantes descobertas do estudante relativamente à sua sexualidade, com o estabelecimento de uma primeira relação mais duradoura; nos casos em que o aluno descobre em si uma orientação sexual diferente da que é mais típica, o "stress" tende a aumentar;

Recursos:

1. factores individuais - nível cognitivo-emocional, social, auto-estima e estilos de coping
2. o grupo dos pares, relacionado com o envolvimento em actividades extra-curriculares como o futebol, o teatro, a música (e.g. Tunas) ou a ginástica, onde o estudante pode ter uma oportunidade para desenvolver e cultivar aptidões sociais, bem como derivar suportes sociais considerados indispensáveis para o seu bem-estar;
3. os pais e restante família do estudante constituem outra fonte importante de suporte, aconselhando, dando afecto, encorajando e constituindo-se como um refúgio importante para quando as coisas correm menos bem;
4. uma relação amorosa privilegiada, a descoberta de um talento especial, um bom ambiente de trabalho são tudo factores de suporte que não podem ser esquecidos.

Peter Figge, da Universidade de Hamburgo, sem pôr em causa a importância do desenvolvimento deste tipo de recursos, vem em defesa da necessidade de Serviços de Aconselhamento Psicológico especializados para aqueles alunos que enfrentem maiores níveis de exigência e/ou não tenham os seus recursos suficientemente desenvolvidos/mobilizados - assim, "a competência especial dos técnicos, a fácil acessibilidade dos serviços de aconselhamento no campus e os métodos especiais de psicoterapia desenvolvidos pelos profissionais, permitem oferecer um serviço bastante competente numa **fase inicial relativamente à origem e gravidade do problema**, com promessa de benefícios imediatos para o estudante" (Figge, 1997).

Joachim Klaus (1996) recorda que o aconselhamento a estudantes do Ensino Superior "não pode ser estático, devendo outrossim constituir-se como um reflexo de uma sociedade em permanente mudança, a nível político, económico, cultural, etc. Os profissionais desta área têm, por isso, a responsabilidade de entender estes movimentos e as exigências que lhe são inerentes, e a melhor forma de o conseguirem passa pela necessidade de se envolverem em actividades de formação e supervisão". Acrescentaríamos que destes técnicos, se espera ainda a disponibilidade para desenvolver trabalho em equipas pluridisciplinares (para uma

revisão mais extensa desta questão, consultar Welling & Gonçalves, 1998) e a flexibilidade necessária para trabalhar na intersecção dos modelos teóricos que mais frequentemente surgem mencionados na literatura relativa ao aconselhamento a estudantes do Ensino Superior (modelos cognitivo-comportamentais, de desenvolvimento, modelos dinâmicos e modelos sistémicos, modelos oriundos da psicologia social - para uma referência mais completa consultar o Volume III - Anexos).

Gostaríamos de concluir mencionando resultados recentes que mostram que " o sucesso na idade adulta é muito mais influenciado pelo nível e estágio de desenvolvimento psicológico do que por critérios académicos mais convencionais, tais como os resultados em testes estandardizados ou as avaliações anuais/semestrais. Ironicamente, as notas passadas são bons preditores das notas futuras, e os resultados em testes passados permitem antecipar os resultados em testes futuros: nem uns nem outros podem ser considerados bons preditores do sucesso numa ocupação profissional. Alguns dos índices que permitem antecipar o sucesso na vida adulta referem-se a estádios de desenvolvimento psicológico como: **a capacidade para conceptualizar abstractamente** (Piaget e David Hunt), a capacidade para alcançar níveis mais elevados de desenvolvimento do ego (Loevinger), a capacidade de raciocínio moral (Kohlberg) e a **capacidade de descentração interpessoal** (Selman) (Sprinthall, 1991), competências que são adquiridas, treinadas e/ou aperfeiçoadas no contexto de processos de aconselhamento psicológico.

Em conclusão, a reflexão nacional e europeia sobre as necessidades académicas e pessoais dos estudantes do Ensino Superior aponta para a pertinência da criação dos Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior, como resposta prioritária a esta problemática.

Os benefícios da implementação de Serviços de Aconselhamento Psicológico nas instituições de Ensino Superior são também de ordem económica. Se **"o Estado português gasta cerca de meio milhão de contos todos os anos com alunos do ensino superior que raramente frequentam as aulas e se eternizam no sistema por muitos mais anos do que os que seriam necessários para a conclusão da sua licenciatura"** (Ricardo Jorge Pinto, jornal "Expresso", Novembro de 1996) e se "estudos de avaliação dos centros de aconselhamento nos Estados Unidos concluem que os estudantes que utilizam os serviços de aconselhamento psicológico desistem menos dos seus cursos e terminam o seu curso em menor número de anos (Rickinson, 1995 cit por Dias, 1997)"- muito dinheiro poderia ser poupado ao Estado, através da criação de serviços de aconselhamento psicológico, com a vantagem adicional de, como se viu anteriormente, contribuir para uma mais completa formação dos estudantes, nomeadamente a nível humano.

A dimensão humana, aparentemente "dispensável", revela-se de suprema importância - assim, Amândio da Fonseca, director geral da Egor (empresa de recursos humanos), enumerou recentemente à "Forum Estudante" algumas das características pessoais que, mais do que um bom currículo, constituirão "trunfos" na procura de um primeiro emprego: "domínio das capacidades de leitura, escrita e cálculo", **"poder de iniciativa e criatividade"**, **"apetência para exercer autonomamente as funções e para trabalhar em equipa"**, "estar preparado para aprender sempre, analisando novas situações e conseguindo resolver problemas diferentes", "saber como definir um projecto e avaliar os resultados", "estar

habilitado para recolher, tratar e utilizar informação pertinente”, “**vontade de ouvir os outros e facilidade para comunicar com rigor e precisão**”, “**segurança e convicção na comunicação interpessoal**”, e, finalmente, “**possuir auto-estima e motivação para prosseguir sempre o desenvolvimento pessoal**” - tudo competências que, directa ou indirectamente, são potenciadas no contexto de um processo de aconselhamento psicológico.

Os Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior, embora constituam uma realidade recente em Portugal, têm-se desenvolvido como imperativo de resposta às necessidades académicas e humanas dos estudantes portugueses. Contudo, a sua eficácia e pleno desenvolvimento têm sido limitados pela falta de enquadramento institucional e legal para o seu funcionamento. No Volume II do presente Dossier apresentamos uma revisão do panorama português neste domínio, incluindo uma listagem e descrição dos serviços existentes até à data.

3.1. Aconselhamento a Estudantes do Ensino Superior: um imperativo para o século XXI

“ O mundo do trabalho continua a mudar profundamente e com ele mudam também as carreiras dos estudantes graduados - para lidarem de forma adequada com estas mudanças, os estudantes precisarão de um novo conjunto de aptidões, relacionadas com a auto-confiança. Estas competências garantem a gestão adequada dos processos de aprendizagem e profissionais ao longo da vida.” (Hawkins, P. 1997).

Num estudo de 1995, citado por Peter Hawkins (1997), realizado pela “Association of Graduate Recruiters” (UK) estas competências são descritas de forma ainda mais precisa, e consideradas como essenciais para uma adequada integração dos recém-licenciados no mundo do trabalho. Assim, as capacidades de negociação, de planeamento, de gestão de redes de contactos (“networking”) e as qualidades de auto-consciência e de auto-confiança parecem constar entre as mais necessárias, neste contexto.

A “Association of Graduate Recruiters” é bastante específica ao identificar o novo contexto laboral em que uma grande parte dos recém-licenciados terão de se integrar: é um contexto de competição a nível global, de desregulação e de novas tecnologias que exigem respostas rápidas das organizações às exigências do mercado. Neste quadro, as transições de carreira são mais frequentes, os licenciados precisam gerir a incerteza e a mudança, o conhecimento rapidamente se torna obsoleto, as estruturas de suporte desapareceram, o rácio professor-aluno no ensino superior aumenta e os licenciados precisam ser cada vez mais flexíveis e adaptáveis.

Para “enfrentar estes desafios (afirma Leitão, L. M. , 1997), e assegurar o êxito precisamos de apostar aberta e decisivamente na educação, preparando-nos (...) para desenvolver individual e colectivamente o nosso potencial humano, que é sem dúvida o melhor recurso para vencer. **Formar indivíduos completos, dotados de conhecimentos e competências suficientemente alargados e flexíveis, aptos para intervir socialmente e motivados para um processo contínuo de aprendizagem deve tornar-se o objectivo final da ‘cadeia educativa’, onde cada elo se deve ligar e articular num todo coerente face a esses objectivos”.**

O “**ensino superior, como elo de topo desta mesma cadeia**”, acrescenta Leitão, L. M. (1997), “**não se pode demitir do seu papel, na consecução destes objectivos, na medida em que lhe cabe a educação e formação dos quadros superiores que irão ocupar os postos cimeiros da dinamização e transformação dos vários sectores da sociedade**”.

Numa clara continuidade relativamente a esta perspectiva, surgem as reflexões do próprio IST, apresentadas na edição de 1997 do seu “Relatório de Actividades e Contas”: “o ensino superior deverá representar mais do que a entrega de uma qualificação formal específica, passando a transmitir a capacidade mais genérica de aprender”. Também neste relatório se identificam algumas das aptidões a desenvolver nos estudantes: “características como espírito crítico, criatividade, capacidade de compreensão e análise de problemas complexos e capacidade empreendedora são (...) essenciais para garantir um forte potencial de aprendizagem e flexibilidade face à complexidade e dinamismo do mundo actual”.

Qual será, então, o papel dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior nesta realidade que se avizinha?

É ainda a Leitão, L. M. (1997) que faremos referência na resposta a esta questão: os Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior¹ servem os **estudantes** “pela diversidade de apoios psicossociais que lhes prestam ao longo do seu percurso académico e na importante transição para o mundo do trabalho”, servem a **instituição de ensino superior** “porque promovem a reflexão sobre o seu próprio funcionamento tornando-a mais flexível, capaz de se adaptar à mobilidade do contexto, promovendo inovações no seu próprio seio e nas interligações estabelecidas com os contextos circundantes mais significativos”, servem o **mundo do trabalho** “ao fortalecer as relações entre a formação académica e a formação profissional e aumentando o grau de eficácia das diversas formas de colaboração entre os diversos contextos de formação” e servem a **sociedade** “porque contribuem para a formação de cidadãos mais completos, criativos, conscientes e responsáveis, capazes de contribuírem de uma forma original para dar respostas aos complexos desafios da sociedade do futuro”.

Referimo-nos, por último, às conclusões da Conferência Internacional “A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da Europa”, expressas pelo Prof. Doutor Manuel Viegas Abreu, da Universidade de Coimbra, e que constituem um

¹ Designados pela autora como Centros de Informação e de Apoio Psicológico

esboço de programa para o desenvolvimento dos Serviços de Aconselhamento Psicológico em Portugal nos próximos anos:

1. “reforçar com o apoio da FEDORA (Forum Europeu de Orientação Académica), a troca de experiências e a análise comparativa de estruturas organizativas e de métodos de intervenção (destes serviços) de apoio aos estudantes do ensino superior dos diversos países e apoiar iniciativas de expansão e de desenvolvimento destes (serviços) nos países da União Europeia onde eles são ainda em número muito reduzido, como é o caso de Portugal”;
2. “recomendar que (estes serviços), por constituírem estruturas transversais de prestação de serviços e abertas a todos os estudantes, devam ser organicamente consideradas no âmbito dos Serviços Centrais em conexão directa com as autoridades académicas - Reitores das Universidades e Presidentes dos Institutos Politécnicos”;
3. “recomendar que (estes serviços), para além do atendimento dos pedidos individuais, desenvolvam iniciativas e programas de acção sistematicamente orientados para responder às necessidades dos estudantes, especialmente em três momentos decisivos do seu percurso de desenvolvimento pessoal e de concretização do seu projecto de vida:
 - 3.1. o momento de transição do ensino secundário para o ensino superior, melhorando as condições de acesso e de apoio às escolhas entre vias diversificadas de formação;
 - 3.2. o momento da inserção e da integração das novas condições de vida que o ensino superior em geral representa;
 - 3.3. o momento de transição da formação académica para o mundo das actividades profissionais, aperfeiçoando as relações entre o ensino superior e as empresas”;
4. “apoiar a continuidade dos estudos sobre expectativas, aspirações e condições de vida e de estudo, por intermédio do inquérito EUROSTUDENT promovido pelo European Council for Student Affairs e que tem vindo a revelar-se um instrumento muito útil para a identificação das realidades vivenciadas pelos estudantes, das suas principais dificuldades e expectativas de desenvolvimento”;
5. “apoiar a proposta, a apresentar ao Conselho de Reitores das Universidades Portuguesas e à Comissão Coordenadora dos Institutos Politécnicos, de realização de um conjunto de iniciativas conducentes à criação (deste tipo de serviços) nas diversas instituições de ensino superior em Portugal, bem como a constituição de redes a nível nacional susceptíveis de favorecerem a troca de experiências e a concretização das condições da sua expansão e desenvolvimento”.

Terminamos, pois, com uma nota optimista, sendo que a nível institucional se reconhece a importância dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior, tomados já não como um “luxo” ou uma actividade marginal relativamente à função central das universidades e institutos politécnicos - ensinar - mas como uma actividade bastante importante para estas instituições, sobretudo neste fim de milénio que se inicia sob o signo da mudança, uma mudança que pela primeira vez exige uma formação mais flexível e duradoura dos indivíduos que se espera venham a gerir os destinos do mundo durante o século XXI.

No entanto, não gostaríamos que este optimismo nos fizesse esquecer tudo o que há ainda a fazer, nomeadamente ao nível da criação de um espaço institucional que sirva de terreno fértil à profissionalização destes serviços, uma vez que até aqui nem o Ministério da Educação (mais recentemente, o Ministério da Ciência e do Ensino Superior), nem o Conselho de Reitores/Conselho Coordenador dos Institutos Superiores Politécnicos, nem as Associações de Estudantes nem as Associações Profissionais de Psicólogos conseguiram unir as boas intenções expressas em encontros como a Conferência Internacional “A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da Europa” ou o “I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior” no sentido de criarem soluções para este movimento que, cada vez mais, ganha contornos de generalização para um nível que é já claramente nacional e não apenas local - i.e. específico a esta ou àquela instituição de ensino superior.

3.2. Rede de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior (RESAPES)

No âmbito de alguns encontros e seminários organizados por e destinados a profissionais do aconselhamento a estudantes do Ensino Superior em Portugal, surgiu a ideia da formação de uma rede que congregasse, nomeadamente, os coordenadores destes serviços. A operacionalização da estrutura e objectivos dessa rede, formada no final do ano 2000, é apresentada seguidamente.

3.2.1. Estrutura e objectivos da rede

A RESAPES constituiu-se em Novembro de 2000, como iniciativa de alguns responsáveis de serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior, tendo como objectivos a colaboração, entre-ajuda e apoio mútuo, que permitisse potenciar os recursos existentes e angariar novos. Estes objectivos gerais são detalhados mais à frente.

A RESAPES veio ainda responder a algumas preocupações dos serviços existentes à data, dos quais salientamos os seguintes:

- 1) insuficiência de recursos humanos relativamente à população estudantil que é suposto apoiar

- 2) indefinição do seu estatuto institucional
- 3) os profissionais que neles trabalham terem, geralmente, um vínculo precário à instituição

Esta situação dificulta o desempenho de um trabalho de qualidade e cria situações de insegurança que não incentivam e mesmo impossibilitam projectos de intervenção amplos, com continuidade, compreendendo também inquéritos de avaliação de necessidades e de resultados, o estabelecimento de metas e planos a médio prazo, o aprofundamento da formação dos técnicos.

A rede (RESAPES) é inicialmente constituída pelos Responsáveis dos seguintes Serviços de Aconselhamento do Ensino Superior: Instituto Politécnico de Setúbal, Faculdade de Ciências e Tecnologia e Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa, Instituto Superior Técnico da Universidade Técnica de Lisboa e Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa. **A RESAPES tem como objectivo, precisamente, vir a congregar todos os serviços de aconselhamento a estudantes do Ensino Superior em Portugal.**

Prevê-se que cada serviço tenha uma Homepage com informações sobre o serviço consideradas relevantes (serviços prestados, marcações, outras informações úteis, etc), de forma a que todos tenham maior visibilidade e que a comunicação e colaboração inter institucional saia reforçada.

Qualquer responsável de serviço de aconselhamento do Ensino Superior pode aderir à RESAPES, para o que basta contactar a RESAPES, com a indicação da Homepage do seu serviço de aconselhamento (ver, em Anexo, **Listagem dos coordenadores de Serviços e Serviços aderentes à RESAPES**) .

Mais especificamente, os objectivos da Rede são:

- **Troca de experiências**

- . de intervenção
- . de informação estatística
- . de inserção institucional
- . de congéneres nacionais e internacionais

- **Apoio mútuo**

- . actividades de supervisão e intervisão
- . partilha de experiências
- . discussão de políticas comuns (p.ex. relativamente à gestão das listas de espera)

- . partilha de materiais de avaliação e textos de apoio sobre problemáticas comuns
 - “Empréstimo” de técnicos com valências específicas
- **Cooperação na formação (externa e interna)**
 - . seminários conjuntos
 - . troca de estagiários
 - . partilha de custos (e.g. no convite de técnicos estrangeiros)
- **Cooperação científica**
 - . organização de encontros científicos sobre problemáticas consideradas relevantes para a população-alvo
 - . projectos (e.g. estudos de necessidade)
 - . orientações teórico-metodológicas
 - . disponibilização bibliográfica
- Promoção conjunta do Aconselhamento no Ensino Superior, junto do Ministério do Ensino Superior Ciência e Tecnologia, do Conselho de Reitores das Universidades Portuguesas, do Conselho Coordenador dos Institutos Superiores Politécnicos, das Associações Académicas, das Associações de Estudantes, etc.
- Actuação conjunta para definição de formas de financiamento e de quadros em função do número de estudantes.
- Construção de uma identidade/linguagem/ filosofia comum, nomeadamente através da criação de um código deontológico comum a estes serviços.

Encontros no âmbito da RESAPES – Como estratégia de promoção dos objectivos acima enunciados, prevê-se a realização de encontros bi-anuais, envolvendo sempre que possível profissionais oriundos de todos os serviços representados na rede, encontros esses de cariz informal.

Financiamento da Rede. A rede permite uma escala maior de estudo e actuação pressupondo troca de experiências, formação, investigação, o proporcionar de estágios, etc. Assim, para as actividades conjuntas poderá solicitar-se financiamentos a entidades públicas e privadas como sejam o Instituto Português da Juventude, a Fundação Calouste Gulbenkian ou a Fundação Luso-Americana para o Desenvolvimento.

À rede corresponderá uma Homepage Geral com a lista dos serviços cujos responsáveis aderiram à rede, com data da última actualização e ponteiros para as Homepages de cada serviço. A Homepage Geral conterá uma secção onde figuram nomes e ponteiros da Internet de outros serviços e instituições portuguesas com interesse para os estudantes do Ensino Superior (e.g. Serviços Médicos e Sociais, Associação de Planeamento Familiar, etc), bem como ponteiros para textos estrangeiros sobre temáticas psicológicas que os aderentes considerem de utilidade geral para os estudantes (e.g. alguns textos elaborados pelo Royal College of Psychiatrists e pela Universidade de Stanford). O Serviço de Informática da FCT disponibilizou espaço no computador do Serviço de Informática da FCT para a constituição da Homepage Geral.

Cada Homepage de um dado serviço deve ter indicação de que pertence à rede com uma palavra activa permitindo regressar à Homepage central da RESAPES. A entrada para a Homepage Geral far-se-á também a partir das Páginas Nacionais de Apontadores (e.g. SAPO = Serviço de Apontadores Portugueses).

3.2.2 Estrutura e aspecto da página da RESAPES na Internet

A página da RESAPES na Internet pode encontrar-se no seguinte endereço: <http://resapes.fct.unl.pt>. Nesta página podem encontrar-se indicações :

- Acerca da Rede
- Objectivos da Rede
- "Websites" de serviços de consulta psicológica a estudantes do Ensino Superior portugueses
- Contactos para serviços de consulta psicológica a estudantes sem "Website"
- Outros sites úteis ao estudante do Ensino Superior
- Espaço de discussão
- Publicações
- Próximos eventos
- Como aderir à RESAPES

3.3.3. Serviços de Aconselhamento Psicológico que constituem a RESAPES (Julho 2002)

- Área de Apoio Psicológico da Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto
- Centro de Aconselhamento para Estudantes da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia

- Centro de Estudos e Intervenção Psicológica da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra
- Gabinete de Aconselhamento Psicológico da Universidade de Évora
- Gabinete de Aconselhamento Psicológico da Universidade dos Açores
- Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico dos Serviços de Acção Social da Universidade de Coimbra
- Gabinete de Apoio ao Aluno, Secção de Integração Académica e Profissional da Faculdade de Economia da Universidade do Porto
- Gabinete de Apoio ao Estudante da Escola Superior de Enfermagem da Cruz Vermelha
- Gabinete de Apoio Psico-Pedagógico dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Beja
- Gabinete de Apoio Psicológico da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa
- Gabinete de Apoio Psicológico e Aconselhamento da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa
- Gabinete de Apoio Psicopedagógico da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa
- Gabinete de Integração Escolar e Apoio Social da Reitoria da Universidade do Porto
- Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico da Universidade do Algarve
- Gabinete de Psicologia dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Coimbra
- Instituto de Consulta Psicológica de Formação e de Desenvolvimento da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto
- Núcleo de Aconselhamento Psicológico do Instituto Superior Técnico da Universidade Técnica de Lisboa
- Serviço Aluno e Carreira da Universidade Católica Portuguesa
- Serviço Aluno e Carreira do Centro Regional do Porto da Universidade Católica Portuguesa
- Serviço de Acompanhamento Psicológico e Profissional da Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa
- Serviço de Aconselhamento Psicológico dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Setúbal
- Serviço de Atendimento a Universitários do Serviço de Orientação Escolar e Profissional da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa
- Serviço de Atendimento Psicológico do Núcleo Cognitivo-Comportamental da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa
- Serviço de Consulta Psicológica e Desenvolvimento Humano da Universidade do Minho

- Serviço de Psicologia Clínica dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Leiria

3.3. Referências

- Clare, A. (1995) *Change: a precipitant of growth and stress?* Dublin: Fedora Summer School "Successful Adjustment to University and Progression Beyond in a European Context pp 19-20
- Dias, G. F. (1996). *Tarefas desenvolvimentais e bem-estar psicológico dos jovens*. Dissertação de Doutoramento. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Dias, G. F. e Fontaine, A. (1997) *Projecção no Futuro e Bem-estar Psicológico* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa" pp 173-176
- Dias, G. F. (1997) *O modelo anglo-saxónico na FCT/UNL* Lisboa: Actas do I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior (a aguardar publicação)
- Ferreira, J.A. e Hood, A. B. (1990) Para a compreensão do desenvolvimento psicossocial do estudante universitário *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXIV, pp 391-406
- Figge, P. (1997) *Counselling institutions as academic service-centers: advocating an integrated approach to counselling* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa", pp 37-46
- Hawkins, P. (1997) Skills for graduates in the 21st century in Raoul Van Esbroeck, Val Butcher, Jean Paul Broonem e Anne-Marie Klaver (eds) Decision Making for lifelong learning Brussels: VUBPress pp 81-88
- Klaus, J. (1995) The Philosophies and Traditions behind Student Counselling in the Countries of the European Union; Student Counselling as a University Service. Viena: Symposium "Students Counselling in Europe", pp 159-161
- Leitão, L. M. (1997) Um desafio da europa: a organização de centros de informação e apoio psicológico para estudantes do ensino superior Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa" pp 307-313
- Pinheiro, M. R. e Ferreira, J.A. (1997) *O desenvolvimento da autonomia e o domínio das emoções em contexto universitário* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa" pp 219-227

- Schilling, M. (1997) *Some specific problems and aims of student counselling from the experience of psychological student counselling in Austria* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa", pp 33-35
- Sprinthal, N. A. (1991) *Role Taking Programs for High School Students: New Methods to promote psychological development* in Bártolo Paiva Campos (Ed.) *Psychological Intervention and Human Development* Porto: Instituto de Consulta Psicológica, Formação e Desenvolvimento pp 33-38
- Valerio, P. (1997) *Psychodynamic Counselling in a University Setting* Coimbra: Actas da Conferência Internacional "A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da europa", pp 33-35
- Van Esbroeck, R. (1995) *Adjustment for Academic Success* Dublin: Fedora Summer School "Successful Adjustment to University and Progression Beyond in a European Context pp 7-8
- Welling, H. e Gonçalves, I. C. (1998) *We all stand together: psychotherapists, teamwork and psychotherapy integration* Comunicação apresentada na XIV Conferência Internacional da SEPI Colégio Oficial de Médicos de Madrid, Julho

4. Recomendações para a criação e funcionamento dos Serviços de Aconselhamento Psicológico em Contexto do Ensino Superior

As recomendações que se seguem sobre a organização dos Serviços de Aconselhamento Psicológico em Portugal resultam, por um lado, da experiência dos técnicos que trabalham nos serviços já existentes; por outro lado, das recomendações para o Reino Unido veiculadas por uma publicação da *Association for University and College Counselling* (AUCC), "*Guidelines for University and College Counselling Services*" (1998); e, por último, das recomendações internacionais veiculadas pela *International Association of Student Affairs and Services Professionals* (IASAS), "*The Role of Student Affairs and Services in Higher Education: A Practical Manual for Developing, Implementing, and Assessing Student Affairs Programmes and Services*"(2000). Estas recomendações são suficientemente abrangentes de modo a salvaguardar, por um lado, a diversidade já existente de enquadramentos e modalidades de funcionamento deste tipo de serviços em Portugal, e por outro, a liberdade inerente à Lei de Autonomia das Universidades Portuguesas.

4.1. Objectivos

Os serviços de aconselhamento psicológico deverão ser parte integrante das instituições de Ensino Superior tendo como *objectivo geral* apoiá-las nos seus alvos principais, isto é, nos processos de ensino, aprendizagem e desenvolvimento dos estudantes de graduação e pós-graduação. Estes serviços terão como base os pressupostos da "*World Declaration on Higher Education*" (1998), nomeadamente que a educação deve ser levada a cabo de uma forma holística, endereçando as necessidades pessoais e desenvolvimentais dos estudantes enquanto seres humanos completos. Os serviços de aconselhamento psicológico pretendem pois apoiar as instituições de ensino superior a potenciar as capacidades dos estudantes na prossecução dos seus estudos e do seu desenvolvimento pessoal, situando-se os seus objectivos específicos a nível preventivo, desenvolvimental e remediativo.

4.2. Actividades

Para levar a cabo os seus objectivos de intervenção os serviços de aconselhamento psicológico deverão desenvolver as seguintes actividades :

- (1) Prestação de *serviços de aconselhamento psicológico* nas suas diferentes modalidades (e.g. de crise, individual, e em grupo) aos alunos que os procurem por

iniciativa própria ou referenciados por outros agentes, como os professores, colegas, Serviços de Acção Social, Residências, etc.;

(2) Organização de *acções promotoras da saúde dos estudantes*, como campanhas de aumento de consciência de comportamentos de risco (e.g. consumo de álcool, tabaco, drogas, sexo não protegido) e de motivação para comportamentos saudáveis (e.g. prática de exercício físico, actividades de lazer, etc.), aumento de consciência de problemas de aprendizagem e de saúde mental (e.g. dificuldades de estudo, problemas vocacionais, depressão, desordens alimentares) com vista à sua detecção precoce e encaminhamento;

(3) Publicação de *Materiais de Apoio* às actividades de Intervenção Psicológica

(4) *Consultoria e parceria* junto de órgãos directivos, funcionários, corpo docente das Instituições de Ensino Superior, e Associações de Estudantes, por exemplo, com vista ao apoio à gestão de situações com alunos com dificuldades de adaptação ou à preparação de iniciativas dirigidas aos estudantes em geral (e.g. actividades de integração dos caloiros).

(5) *Formação* de psicólogos, técnicos do serviço social, professores e funcionários em várias questões relacionadas com a promoção do sucesso académico e desenvolvimento pessoal do aluno.

(6) *Divulgação* das actividades do Serviço de Consulta Psicológica junto dos diversos agentes da Instituição e fora desta, de modo a facilitar a acessibilidade dos serviços e promover o diálogo com outros serviços congéneres.

(7) Organizar e apoiar *projectos de investigação* que contribuam para aumentar o conhecimento sobre os processos psicossociais associados à vivência e ajustamento do estudante do Ensino Superior, assim como determinar as modalidades de intervenção que são mais eficazes.

(8) Fazer uma *avaliação contínua e pública da qualidade dos serviços prestados*, pelo menos com periodicidade anual, por exemplo, através de indicadores académicos e clínicos, e indicadores de satisfação dos utentes e prestadores de serviços.

4.3. Utentes

São utentes privilegiados dos Serviços de aconselhamento psicológico em contexto do Ensino Superior os estudantes de graduação e pós-graduação. Contudo, conforme os recursos disponíveis e a estratégia da Instituição de Ensino Superior, estes serviços poderão ter valência de apoio aos funcionários, docentes e familiares, assim como à comunidade em geral.

4.4. Técnicos

Os técnicos que trabalham nestes serviços deverão ter como *habilitação mínima a Licenciatura em Psicologia*, bem como o *estágio académico* no domínio em que se propõem desenvolver a sua actividade, e, pelo menos *um ano de prática profissional supervisionada*. Poderão considerar-se várias modalidades de colaboração nestes serviços, desde a contratação de psicólogos a tempo inteiro até à colaboração pontual de profissionais da comunidade que poderão responder a necessidades específicas do serviço. No caso de existirem estagiários de Psicologia em formação no serviço, estes deverão estar sob a responsabilidade directa de um psicólogo Licenciado do serviço. Consoante as valências do serviço, poderão integrar o quadro técnico profissional de outras especialidades (p.ex. Pedagogia, Sociologia, Nutrição, Psiquiatria, Serviço Social).

4.5. Normas de funcionamento

Apresentaremos de seguida algumas orientações que asseguram um funcionamento de qualidade dos Serviços de Aconselhamento Psicológico, com especial ênfase nas questões éticas de manutenção de competência dos técnicos prestadores de serviços e de salvaguarda dos direitos dos utentes.

Formação/Supervisão

A formação dos psicólogos que trabalham nestes serviços de consulta é uma condição essencial para se assegurar a qualidade dos serviços prestados. Neste domínio, deverão ser contempladas as seguintes orientações:

1. Deverá ser assegurada *supervisão regular* (preferivelmente com periodicidade semanal), e *de carácter individualizado* (individualmente ou em pequenos grupos), dos psicólogos do serviço por psicólogos com experiência de consulta nos domínios considerados, sendo estes contratados externamente no caso de não existirem recursos no próprio serviço.
2. Nos contextos em que trabalhe uma ou mais equipas de técnicos, deverão ser contempladas *reuniões periódicas de equipa* (de preferência semanalmente), com vista à distribuição do serviço, discussão de casos, e discussão de questões administrativas de funcionamento dos serviços, entre outros.
3. Os serviços deverão proporcionar oportunidades de *formação contínua*, tendo um plano anual de formação dos seus técnicos.

4. Os serviços deverão providenciar oportunidades de *investigação* nos domínios de prática psicológica contemplados, assim como a participação em reuniões científicas e a *divulgação* dos trabalhos realizados nacional e internacionalmente.

5. Os serviços deverão promover condições para que os seus técnicos possam usufruir de psicoterapia ou outra qualquer forma de desenvolvimento pessoal, devendo esta actividade ser considerada no âmbito da sua formação.

Responsabilidades dos técnicos

As responsabilidades dos técnicos devem estar bem definidas através de *um manual de funcionamento do Serviço* que contemple a inserção do serviço a nível institucional, os procedimentos administrativos respeitantes aos funcionários e utentes, os procedimentos de atendimento dos utentes desde a recepção do pedido até à finalização, assim como os procedimentos de criação, manutenção e protecção de registos das actividades de serviço prestadas. Deverão ser condições essenciais à prestação de serviços, a frequência da supervisão, das reuniões de equipa e a manutenção de ficheiros e/ou relatórios actualizados sobre os serviços prestados.

Distribuição das actividades do psicólogo

As actividades de serviço do psicólogo a tempo inteiro deverão distribuir-se pelas áreas acima indicadas (consultoria, consulta, formação, supervisão, investigação, actividades administrativas), consoante o melhor ajustamento entre os interesses e competências do técnico e as necessidades do Serviço de Consulta. No entanto, recomenda-se que o número de horas de consulta psicológica (individual ou de grupo) não exceda as 20h semanais de modo a garantir a qualidade dos serviços prestados.

Direitos dos utentes

Os procedimentos administrativos e de prestação de serviços deverão reger-se pelos princípios éticos da profissão, salientando-se a salvaguarda dos direitos dos utentes à *privacidade, confidencialidade e ao consentimento informado*. Desde o início da prestação de serviços, o Serviço de Consulta deverá providenciar material escrito e informação oral básica sobre o funcionamento do serviço, as responsabilidades e direitos dos utentes e dos técnicos (e.g. marcação e desmarcação de consultas, pagamentos, limites da confidencialidade, periodicidade das consultas) de modo ao utente poder fazer uma decisão informada sobre o início e manutenção do processo de acompanhamento psicológico, assim como sobre a divulgação de informação privilegiada. Um processo equivalente deverá reger as acções de consultoria, formação e promoção da saúde.

Clareza de papéis e fronteiras

Este é outro aspecto a salvaguardar nos serviços de consulta em contexto do Ensino Superior, pelo que se recomenda que no caso do psicólogo ser também docente da Instituição de Ensino Superior, este não faça o atendimento de alunos, ex-alunos ou colegas com quem mantém relações de proximidade.

4.6. Recursos

4.6.1. Recursos Materiais

Independentemente do tipo de inserção institucional do serviço, os Serviços de aconselhamento psicológico em contexto do Ensino Superior, deverão ser dotados pela respectiva Instituição de Ensino Superior de um *financiamento próprio* que permita assegurar as despesas materiais e humanas necessárias ao seu bom funcionamento. No seu orçamento, além das rubricas usuais, deverão constar verbas para o marketing dos serviços, formação e supervisão, assim como alguma verba para apoio a projectos de investigação realizados no âmbito do serviço.

Recomenda-se, ainda, que estes serviços tenham *um espaço próprio*, preferivelmente com área de recepção, salas de consulta e de formação/grupos, e gabinetes para os técnicos, assim como um espaço protegido para armazenamento de material sensível (e.g. ficheiros dos utentes). Os espaços deverão ser planeados de modo a salvaguardar *a privacidade e confidencialidade dos utentes*, i.e., com isolamento sonoro, não sendo zona de passagem para outras actividades académicas, etc. Recomenda-se ainda a dotação do serviço de uma pequena testoteca, videoteca e biblioteca de apoio às suas actividades.

4.6.2. Recursos Humanos

Os recursos humanos exigidos dependerão, obviamente, da dimensão do serviço e da Instituição de Ensino Superior. No entanto, há dois tipos de recursos humanos essenciais ao bom funcionamento de um serviço deste tipo: Pessoal de secretaria/recepção e psicólogos.

Chama-se à atenção para o facto do *peçoal de secretaria* exigir um treino especializado para este tipo de funções, quer em termos do atendimento telefónico, quer pessoal dos utentes e profissionais que aí trabalham.

Embora *os psicólogos do serviço* possam colaborar em diversas modalidades (tempo inteiro ou parcial, docentes ou não docentes da Instituição de Ensino Superior, etc.), considera-se essencial que pelo menos exista um psicólogo a tempo inteiro por cada modalidade de consulta i.e., Clínica, Educacional, de Saúde, etc. Em geral, recomenda-se a existência de um psicólogo a tempo inteiro por cada 2.000 alunos. Estes psicólogos deverão fazer parte do

quadro da Instituição de Ensino Superior e não estar em condições de precariedade, o que põe em causa a estabilidade essencial a um serviço deste tipo.

4.7. Organização e Gestão

A inserção dos Serviços de Aconselhamento Psicológico nos estabelecimentos de Ensino Superior poderá assumir vários formatos consoante as especificidades de cada contexto institucional (e.g. depender directamente da Reitoria, estar ligado aos Serviços Sociais, depender do Departamento de Psicologia, etc.). No entanto, os Serviços de aconselhamento psicológico deverão explicitar o modo de articulação e objectivos dos mesmos em conjugação com os órgãos da Instituição em que se inserem, através de um *Regulamento próprio*.

Os Serviços de Aconselhamento Psicológico deverão possuir *órgãos próprios de gestão*, sempre que a sua dimensão o justifique, como uma Direcção (por exemplo, composta pelo director de serviço, coordenadores das várias áreas de consulta, representante dos estudantes e representante do órgão superior hierárquico, e representante do pessoal de secretaria), e uma Comissão consultiva ou científica, aprovados pelos órgãos competentes da Instituição de Ensino Superior. Independentemente da dimensão do Serviço e da modalidade de inserção institucional, o coordenador do Serviço deverá ser um técnico *senior* de Psicologia, cabendo-lhe fazer a gestão administrativa e técnico-científica do Serviço, em articulação com os outros órgãos. Cabe-lhe ainda a elaboração de um relatório anual das actividades do Serviço, assim como organizar a avaliação contínua da sua qualidade.

Os Serviços de Aconselhamento Psicológico deverão estabelecer protocolos de cooperação com instituições significativas da comunidade de modo a assegurar parcerias no desenvolvimento de projectos, encaminhamento e prestação de serviços.

4.8. Considerações Finais

Ao longo deste documento torna-se evidente a necessidade urgente de reflexão ao mais alto nível sobre a situação dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no contexto do Ensino Superior em Portugal. Assim sendo, consideramos prioritários os seguintes passos:

1. Criação de uma comissão consultiva multisectorial de peritos nesta matéria (representando as Instituições de Ensino Superior, os Serviços de Consulta e os Alunos) que se articule com e informe o grupo de trabalho que, a nível parlamentar, estará encarregue de legislar sobre "os riscos na adolescência e na juventude", as "necessidades de diagnóstico" e as "metodologias" de intervenção necessárias à sua prevenção.

2. Dinamização de um debate alargado sobre as formas e modelos de implementação dos serviços de apoio psicológico aos alunos em contexto do Ensino Superior, envolvendo nesse debate os Ministérios da Educação e da Saúde, as Associações de Estudantes, o CRUP e o CCISP, e todos os que estão directamente envolvidos no processo educativo ao nível do Ensino Superior.

Propomos ainda que estes esforços sejam informados e concretizados pelas seguintes iniciativas e orientações específicas:

1. Potenciar e concretizar a Resolução da Assembleia da República nº 71/2000 de 7 de Novembro (ver anexo), relativa à "criação de gabinetes de apoio aos alunos" do Ensino Superior, colaborando na preparação do Livro Verde que vai definir as necessidades de diagnóstico e as soluções a implementar na prevenção dos comportamentos de risco na adolescência e juventude, contribuindo para a promoção da saúde nesta população.
2. Enquadrar as actividades dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior no âmbito das iniciativas dirigidas à problemática do sucesso/insucesso académico e do desenvolvimento pessoal dos estudantes, como as decorrentes no âmbito do Conselho Nacional de Educação, Grupo de Trabalho de Avaliação no Ensino Superior, etc.
3. Criar um enquadramento institucional e legal que valide a dimensão, impacto e continuidade dos Serviços de Aconselhamento Psicológico já existentes, e representados na RESAPES, e oriente a criação de novos Serviços de Aconselhamento Psicológico, respeitando o que foi proposto no presente Dossier no que diz respeito a objectivos, funções, utentes, técnicos, funcionamento, recursos, organização e gestão dos Serviços. Este enquadramento deverá contemplar a integração no quadro das instituições de Ensino Superior dos profissionais de Psicologia afectos aos Serviços de Aconselhamento Psicológico em funcionamento, incluindo aqueles que se encontram em situação de precariedade, assim como a definição da carreira para os técnicos dos futuros Serviços de Aconselhamento Psicológico.
4. Promover e apoiar a criação de Serviços de Aconselhamento Psicológico em instituições de Ensino Superior.
5. Desenvolver mecanismos de avaliação que garantam a qualidade destes serviços, nomeadamente ao nível da formação dos técnicos, e ao nível da avaliação da qualidade dos serviços prestados.

Todas estas linhas de acção e orientações deverão, contudo, respeitar as especificidades de cada contexto institucional e a liberdade inerente à Lei de Autonomia das Universidades Portuguesas e à Lei de Autonomia dos Institutos Politécnicos.

4.9. Referências

AUCC (Association for University and College Counselling (1998). *Guidelines for university and college counseling services*. The British Association for counseling.

IASAS (An International Association of Student Affairs and Services Professionals) (2000). *The role of student affairs and services in higher education: A practical manual for developing, implementing, and assessing student affairs programmes and services*. R. B. Ludeman.