

Volume **2** de 3

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

# Serviços de Aconselhamento Psicológico em Portugal

---

---

## 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

<b>1. A situação real dos Serviços de Aconselhamento Psicológico em Portugal (ano 2001)</b>	<b>9</b>
<b>1.1. Breve nota cronológica</b>	<b>9</b>
1.1.1. Seminário de Contacto sobre Aconselhamento no Ensino Superior	9
1.1.2. Conferência Internacional “A informação e a orientação escolar e profissional no Ensino Superior: um desafio da Europa”	10
1.1.3. I Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior	11
1.1.4. Seminários de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior	13
1.1.5. Outros encontros	14
<b>1.2. A especificidade da realidade portuguesa: alguns estudos</b>	<b>15</b>
<b>1.3. Referências</b>	<b>19</b>
<b>2. Síntese: Serviços de Aconselhamento Psicológico Portugueses actualmente em funcionamento</b>	<b>27</b>
<b>3. Serviços de Aconselhamento Psicológico ao Estudante do Ensino Superior</b>	<b>32</b>
<b>3.1. Serviço de Consulta Psicológica e Desenvolvimento Humano da Universidade do Minho (Integrando o Saber e o Ser)</b>	<b>32</b>
História e filosofia do Serviço	32
Unidades de prestação de serviços	34
Características da população universitária utente	35
<b>3.2. Área de Apoio Psicológico da Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto</b>	<b>37</b>
<b>3.3. Gabinete de Apoio ao Aluno, Secção de Integração Académica e Profissional da Faculdade de Economia da Universidade do Porto</b>	<b>39</b>
Inserção institucional	39
Valências disponíveis	39
Dados descritivos	42
Queixas/pedidos mais comuns dos utentes	42
Necessidades sentidas	43
<b>3.4. Gabinete de Integração Escolar e de Apoio Social da Reitoria da Universidade do Porto</b>	<b>44</b>
<b>3.5. Serviço de Psicoterapia e de Orientação Vocacional da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto</b>	<b>48</b>
<b>3.6. Serviço de Acompanhamento Psicológico e Profissional - SAPP - da Escola Superior de Biotecnologia</b>	<b>49</b>
Valências do SAPP	50
<b>3.7. Centro de Estudos e Intervenção Psicológica da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra</b>	<b>51</b>
Objectivos	51
Recursos Humanos	51
Actividades	52
<b>3.8. Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico dos Serviços de Acção Social da Universidade de Coimbra</b>	<b>57</b>
Inserção institucional do serviço	57
Objectivos	58
Valências do Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico	58
Publicações internacionais	61
Publicações em livros e revistas	62
Relatórios de projectos de investigação e desenvolvimento	63
Participação em congressos e seminários	64

Recursos Humanos	67
<b>3.9. Gabinete de Psicologia dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Coimbra</b>	<b>68</b>
Inserção institucional do Gabinete de Psicologia	68
Valências e actividades desenvolvidas pelo Gabinete de Psicologia	69
Alguns dados estatísticos relativos ao ano 2000 e evolução do serviço	70
Avaliação do serviço: resultados e necessidades sentidas	73
<b>3.10. Gabinete de Psicologia dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Leiria</b>	<b>74</b>
Preâmbulo	74
Objectivos	74
Áreas de intervenção	75
Como funciona	75
Divulgação do Gabinete de Psicologia	76
Colaboração interna	76
Evolução do trabalho efectuado no Gabinete de Psicologia	76
<b>3.11. Centro de Aconselhamento para Estudantes da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias</b>	<b>78</b>
Equipa	82
Instalações	83
Actividades desenvolvidas	83
Cooperações internacionais	83
<b>3.12. Gabinete de Saúde Escolar da Escola Superior de Enfermagem da Cruz Vermelha Portuguesa</b>	<b>84</b>
<b>3.13. Gabinete de Apoio Psicológico (GAP) da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa</b>	<b>85</b>
<b>3.14. Gabinete de Apoio Psicológico e Aconselhamento (GAPA) da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa</b>	<b>90</b>
Principais dados estatísticos relativos ao ano lectivo 2000/2001:	93
<b>3.15. Gabinete de Apoio Psicopedagógico (GAPsi) da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa</b>	<b>100</b>
Enquadramento institucional do GAPsi	101
Instalações	101
Actividade clínica do GAPsi	102
Outras actividades do GAPsi	106
Publicações e comunicações	109
<b>3.16. Núcleo de Aconselhamento Psicológico (NAP) do Instituto Superior Técnico (IST)</b>	<b>111</b>
Enquadramento institucional	111
Valências e actividades desenvolvidas pelo NAP no período compreendido entre 1993 e 2000	111
Recursos Humanos	116
Funcionamento do serviço	116
Caracterização dos utentes do NAP no ano de 1997	118
Caracterização da actividade clínica do NAP no ano 2000	121
Necessidades sentidas	122
Referências	122
<b>3.17. Serviço Aluno e Carreira da Universidade Católica Portuguesa</b>	<b>125</b>
O que o aluno pode encontrar no Serviço Aluno e Carreira	126
Recursos Humanos envolvidos	126
<b>3.18. Serviços de Atendimento a Universitários da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa</b>	<b>128</b>

<b>3.19. Serviço de Aconselhamento Psicológico dos Serviços de Acção Social (SAP) do Instituto Politécnico de Setúbal</b>	<b>130</b>
Breve resenha histórica	130
Localização	130
A equipa	130
Objectivos	131
Actividades desenvolvidas	131
Dados estatísticos	132
Avaliação dos resultados	132
<b>3.20. Gabinete de Aconselhamento Psicológico da Universidade de Évora</b>	<b>134</b>
<b>3.21. Gabinete de Apoio Psico-Pedagógico do Instituto Politécnico de Beja</b>	<b>136</b>
Introdução	136
Historial do GAPP	137
O GAPP na actualidade	140
Funcionamento	142
Orgãos de governo do GAPP	143
Qualificação académica dos elementos dos conselhos do GAPP	148
Parcerias assumidas (2000/ 2001)	149
Actividades desenvolvidas	149
Projectos de investigação/ intervenção psico-pedagógico	151
Participações do GAPP em seminários/ congressos com comunicação	151
Publicações do GAPP	152
Documentos elaborados pelo GAPP	153
<b>3.22. Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico da Universidade do Algarve</b>	<b>154</b>
Introdução	154
O nosso campo de acção	155
Objectivos que considerámos importantes para o sucesso do projecto	156
Perfil descritivo do G.P.A.P.	156
O G.P.A.P. está vocacionado para	157
Outras áreas de actividade do G.P.A.P.	157
<b>3.23. Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico da Universidade dos Açores</b>	<b>159</b>
Introdução	159
Recursos Humanos	159
Recursos financeiros	160
Tipos de Problemas apresentados pela população que recorre ao GAPP	160
Dados estatísticos	160
Divulgação	160
Outras actividades	160
Conclusão	160

# 1

---

A situação real dos Serviços de  
Aconselhamento Psicológico em  
Portugal (ano 2001)



# 1. A situação real dos Serviços de Aconselhamento Psicológico em Portugal (ano 2001)

## 1.1. Breve nota cronológica

Sendo que Portugal se situa entre os países do sul da Europa, logo menos vocacionados para o apoio institucionalizado aos estudantes do ensino superior, espera-se da situação portuguesa uma certa semelhança com países como a Espanha, a Itália ou a Grécia, e uma grande dissemelhança com a situação descrita para os países anglo-saxónicos.

Oscar Gonçalves e Fernando Cruz, num artigo publicado em 1988 na Revista Portuguesa de Educação, afirmam que “o rápido desenvolvimento das universidades portuguesas nos domínios do ensino, investigação e serviços colocam um crescente número de exigências à instituição em si e a todos os que nela trabalham”, especificando que “a universidade deixa de aparecer como uma instituição reprodutora, através das gerações, de um saber estático, para se oferecer como veículo dinâmico da sua própria transformação, da dos seus agentes e da comunidade com a qual se relaciona (...). Uma das consequências mais imediatas deste desenvolvimento consiste na progressiva diferenciação de unidades, serviços e projectos que, num ambiente de transdisciplinaridade, assegurem a optimização dos recursos humanos e materiais na actividade produtiva e transformadora da universidade” (Gonçalves & Cruz, 1988). Os autores propõem, então, e neste espírito algo optimista, a criação de “**unidades de educação**” que se responsabilizariam pela “**consecução do projecto de desenvolvimento global do aluno**”, que é, no fundo o objectivo nobre que se espera que as instituições de ensino superior cumpram.

### 1.1.1. Seminário de Contacto sobre Aconselhamento no Ensino Superior

Em 22 de Maio de 1996 o Presidente da Direcção Nacional da Associação dos Psicólogos Portugueses (APPORT), Prof. Doutor Eduardo João Ribeiro dos Santos dirigiu uma circular a todas as Universidades e Institutos Politécnicos Portugueses anunciando a criação de um “grupo de trabalho sobre o aconselhamento de estudantes do ensino superior” no seio da APPORT.

A importância deste tema e desta realidade são apresentados na acima mencionada circular da seguinte forma: **o aconselhamento psicológico e educativo dos estudantes no ensino superior tem vindo a revelar-se como um poderoso auxiliar estratégico na dinamização das instituições de ensino superior**. A sua eficácia ao nível do rendimento

escolar, a melhoria da qualidade de vida dos estudantes acompanhados e a eficiência da transição para o mundo do trabalho são apenas alguns dos benefícios da implementação de serviços de aconselhamento em instituições de ensino superior. Prova desta realidade é o nível de generalização destes serviços nos países europeus e americanos e a imensa investigação produzida nesta área, bem como a existência de diversas associações internacionais organizadas sobre estas matérias”.

Foi neste espírito que se organizou, no Departamento de Pedagogia e Educação da Universidade de Évora, em Julho de 1996, um “Seminário de Contacto sobre Aconselhamento no Ensino Superior”, cujos objectivos eram tão só “ a troca de experiências, a abertura de novos conhecimentos científicos, técnicos e pessoais e o planeamento de realizações futuras”.

Neste seminário estiveram presentes representantes de cerca de dez instituições do Ensino Superior, de entre as quais gostaríamos de destacar o Gabinete de Acompanhamento Psicopedagógico da Universidade de Évora, o Gabinete de Psicologia da Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto, o Centro de Psicologia Clínica e Psicoterapia de Lisboa da Universidade Lusófona e, finalmente, o Serviço de Aconselhamento Psicológico (SAP), do Instituto Superior Técnico (IST). Destacamos estas instituições na medida em que apenas nestas os representantes afirmaram a implementação, no concreto, de um Serviço de Aconselhamento Psicológico.

No final deste seminário, decidiu-se sobre a realização de um encontro de maiores dimensões e sobre a mesma temática, a organizar conjuntamente pela APPORT e pelo Serviço de Aconselhamento Psicológico do IST, prevendo-se o eventual apoio do Conselho Directivo do IST para esta iniciativa.

### **1.1.2. Conferência Internacional “A informação e a orientação escolar e profissional no Ensino Superior: um desafio da Europa”**

Em franca associação com a área da orientação vocacional e de carreira, a questão do aconselhamento a estudantes do ensino superior foi discutida, pela primeira vez publicamente em Portugal na conferência internacional “A informação e a orientação escolar e profissional no Ensino Superior: um desafio da Europa”, que se realizou em Coimbra, em Setembro de 1996, sob os auspícios da FEDORA e da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

“Contando com a participação de representantes de 15 países da União Europeia (...), esta conferência teve como objectivo principal **suscitar um movimento de sensibilização das autoridades máximas das Universidades e dos Institutos Politécnicos portugueses para a necessidade de criação de Centros de Informação e de Apoio Psicológico e Psicopedagógico**

**(CIAP) destinados a serem consultados pelos estudantes**". Durante o discurso de abertura dos trabalhos, o presidente da comissão organizadora desta conferência internacional referiu também a "larga experiência de serviços de apoio aos estudantes no domínio do seu planeamento formativo" nas Universidades e Institutos Politécnicos de muitos países da Europa, designadamente os do Norte. Uma situação contrária ao Sul da Europa que "não tem, em geral, uma forte tradição" destas estruturas de apoio a estudantes do ensino superior, embora nos últimos anos, a Itália, Grécia e Espanha "tenham feito um esforço significativo neste domínio". **Em Portugal**, afirmava à data o Prof. Doutor Viegas de Abreu, **"registam-se algumas tentativas e alguns esboços promissores, mas devemos reconhecer com humildade que estamos praticamente no ponto de partida"** (in "Diário de Coimbra", 27 de Setembro de 1996).

O serviço de aconselhamento psicológico português convidado para representar Portugal no Painel Internacional "Prática de Orientação e de Consulta Psicológica no Ensino Superior" desta conferência foi o SAP, do Instituto Superior Técnico, no entanto é com a acima mencionada humildade que reconhecemos que este é apenas mais um passo para a concretização de um apoio psicológico que tantos investigadores portugueses consideram essenciais nas universidades portuguesas (Gonçalves & Cruz, 1988; Ferreira & Hood 1990; Ferreira, 1991; Pinheiro & Ferreira, 1997).

### **1.1.3. I Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior**

Fazendo referência às conclusões do primeiro "Seminário de Contacto sobre Aconselhamento no Ensino Superior", foi lançado um apelo aos profissionais que trabalham nesta área em Portugal, para que participassem no "I Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior": — **"a opinião foi unânime, quer no reconhecimento da necessidade urgente deste tipo de serviços (dadas as características da população), quer no reconhecimento da necessidade de os profissionalizar, encontrando um suporte institucional para o seu funcionamento e não os fazendo depender da boa vontade dos profissionais ou das universidades, que não têm dotações próprias para este tipo de serviços"**..

Na **sessão de abertura** estiveram presentes o Prof. Doutor Sousa Lobo, Reitor da Universidade Nova de Lisboa e Presidente do Conselho Nacional de Acção Social para o Ensino Superior (CNASES); o Prof. Doutor Albano Estrela, Presidente do Conselho Directivo da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa, em representação do Prof. Doutor Virgílio Meira Soares, Reitor da Universidade de Lisboa; o Prof. Doutor Diamantino Durão, Presidente do Conselho Directivo do Instituto Superior Técnico; o Prof. Doutor Eduardo Ribeiro dos Santos, Presidente da APPORT; o Dr. José Manuel Correia, Administrador dos Serviços de Acção Social da Universidade Técnica de Lisboa, em representação do Prof. Doutor António Alberto Monteiro Alves, Vice-Reitor da Universidade Técnica de Lisboa; e a aluna Susana Limão, em representação de Sara Oliveira, Presidente da Associação de Estudantes do Instituto Superior Técnico.

Do **programa** constava a realização de um “Workshop” orientado conjuntamente pelo Prof. Doutor António Branco Vasco (FPCE) e pela coordenadora do SAP, intitulado — *“Processos de Tomada de Decisão Clínica em Psicoterapia com Adultos”*, que decorreu no Centro de Congressos do IST.

No que às comunicações diz respeito, gostaríamos de salientar a:

- Conferência pela Dra. Helen Veasey, “Senior Counsellor” na Universidade de Surrey (UK), Coordenadora do Grupo Europeu da Associação Britânica de Aconselhamento para Estudantes, membro da FEDORA

As restantes comunicações organizaram-se em torno de três temas:

- “Organização dos Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior”
- “Caracterização dos Utentes dos Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior”
- “Modelos de Intervenção dos Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior”

Neste encontro, estiveram presentes cerca de 80 **participantes** em representação das seguintes instituições: Universidade de Évora, ISPA, CSEUL, ISMAG, UTL/IPL, Academia da Força Aérea, ESE de Castelo Branco, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa, Secretaria Regional da Educação da Madeira, Escola Superior de Saúde de Alcoitão, Gabinete de Psicologia da Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto, Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa, Universidade Lusófona, AAL, Direcção Geral de Administração Pública, Universidade da Beira Interior, Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa, Escola Superior de Educação de Beja, Reitoria da UTL, Montepio Geral, Axi-Sul, Instituto de Emprego e Formação Profissional, INESC, Metropolitano de Lisboa, Centro de Psicologia FAP, CABE, Serviço de Consulta Psicológica da Universidade do Minho, Secretariado Nacional de Reabilitação, Faculdade de Motricidade Humana, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Universidade de Aveiro.

Finalmente, gostaríamos de concluir apresentando as conclusões deste encontro:

- promoveu-se e incentivou-se a criação de novos serviços de Apoio Psicológico a estudantes do Ensino Superior;
- sugeriu-se a “construção” de uma rede de contactos e caracterização destes Serviços de Apoio Psicológico portugueses, com ligações europeias através da FEDORA e da ASC;
- sugeriu-se a edição das Actas do I Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior.

### 1.1.4. Seminários de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior

"Desde 1994 que o projecto de investigação factores de sucesso/insucesso no 1º ano dos cursos de Licenciatura em Ciências e Engenharia no Ensino Superior está em desenvolvimento, nos pólos ou linhas das Universidades de Algarve, Aveiro, Minho e Porto. De 1994 a 1998 foi apoiado financeiramente pela Reitoria da Universidade de Aveiro e a partir de 1998 pelo Programa PRAXIS XXI. São responsáveis pelas linhas de investigação os Professores Doutores Fernando Gonçalves, Rui Santiago, Isabel Soares, Maria do Céu Taveira e Leonor Lencastre, respectivamente. Coordena e é responsável pelo projecto o Prof. Doutor José Tavares da Universidade de Aveiro, instituição proponente, e integrando investigadores das quatro instituições referidas e vários mestrandos e doutorandos que realizam investigação no seu âmbito. (...) De acordo com os seus objectivos, os trabalhos desenvolvem-se em torno de actividades de diagnóstico e intervenção que se articulam mutuamente e determinam o andamento das diferentes fases que têm dado prioridade, no início, às actividades de diagnóstico e, seguidamente, às de intervenção, a fim de possibilitar novos diagnósticos e assim sucessivamente, numa dinâmica em espiral. (...) A metodologia inscreve-se basicamente no formato de investigação-acção utilizando a observação, o questionário e a entrevista para a recolha dos dados na fase do diagnóstico e o desenvolvimento de diferentes formas de incentivo, activação e sua observação e avaliação na fase de intervenção. No tratamento de dados recorre-se a métodos mais descritivos ou inferenciais em consonância com a natureza dos dados e os objectivos a atingir em cada caso. Foram já disponibilizados alguns resultados em trabalhos publicados ou divulgados através de relatórios, dissertações e na Internet" (Tavares et al., 2000)

No âmbito dos trabalhos do "Projecto de investigação Factores de sucesso/insucesso no 1º ano dos cursos de Licenciatura em Ciências e Engenharia no Ensino Superior" realizaram-se em Portugal, nos últimos anos, alguns encontros científicos, nomeadamente:

- Ano de 1999: **I Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior**, organizado nas instalações de Gualtar da Universidade do Minho (21 de Maio);
- Ano de 1999: **II Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior — "Factores de Sucesso/Insucesso no Ensino Superior, Instrumentos de Diagnóstico e Formas de Intervenção"**, organizado pela Universidade de Aveiro (10 de Dezembro)
- Ano 2000: Seminário **"Transição para o Ensino Superior"**, organizado nas instalações de Gualtar da Universidade do Minho (18-19 de Maio);
- Ano 2000: **III Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior — "Adaptação e sucesso — formas de intervenção"**, organizado nas instalações da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa (30 de Junho)

- — Ano 2001: **IV Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior — "A relação pedagógica no ensino superior"**, organizado nas instalações de Gambelas da Universidade do Algarve (9 de Março)
- Ano 2001: **V Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior — "Qualidade e Ensino: Contribuições da Teoria, Investigação e Prática"**, organizado na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viana do Castelo (25 e 26 de Outubro) e que incluiu a realização de um "Curso de Aprofundamento sobre abordagem quantitativa da investigação", coordenado pela Prof. Doutora Carolina Silva
- Ano 2001: **III Simpósio Pedagogia na Universidade**, organizado pela Reitoria da Universidade Técnica de Lisboa, no âmbito das comemorações do 70º aniversário da UTL, no período compreendido entre Abril e Junho, em vários Institutos da UTL
- Ano 2001: **1º Fórum de Investigação e Intervenção no Ensino Superior**, organizado pelo Gabinete de Apoio Psico-pedagógico dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Beja, no Auditório dos Serviços Comuns (IPB), em Junho
- Ano 2002: **I Encontro Nacional de Gabinetes de Apoio à Integração Profissional no Ensino Superior**, organizado pelos Gabinetes de Apoio à Integração Profissional das Faculdades de Engenharia, da Faculdade de Economia e da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, realizado na Faculdade de Engenharia da UP (Asprela), em 27 de Setembro

### 1.1.5. Outros Encontros

Ainda com relevância para a intervenção psicológica no Ensino Superior, realizaram-se no nosso país os seguintes encontros:

- Ano 1998: **IV Congresso Galaico-Português de Psicopedagogia**, organizado nas instalações de Gualtar da Universidade do Minho (23-26 Setembro)
- Ano 2001: **I Fórum de Investigação e Intervenção no Ensino Superior**, organizado pelo Gabinete de Apoio Psicopedagógico dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Beja (6 de Junho)
- Ano 2001: **III Simpósio de Pedagogia na Universidade — "Os estudantes nas Escolas da Universidade Técnica de Lisboa"**, organizado pela Reitoria da Universidade Técnica de Lisboa (9 de Maio)

## 1.2. A especificidade da realidade portuguesa: alguns estudos

Em Portugal, a investigação produzida acerca dos estudantes do ensino superior, enquanto grupo com características próprias e problemáticas específicas não tinha sido muito abundante até ao início da década de 90, contudo os anos 90 e os dois primeiros anos de 2000, permitiram-nos assistir a uma grande proliferação de estudos nesta área (ver, em anexo, "Publicações e Comunicações de elementos da RESAPES"), "facto que indicia que **as preocupações com o aconselhamento e acompanhamento psicológicos, no âmbito das universidades, são relativamente recentes no nosso país**" (Medeiros, Ferreira, Ponciano & Pocinho, 1997), contudo são também reais, traduzindo-se quer pelo empenhamento dos profissionais da Psicologia, quer pela aceitação destes serviços por parte de utentes e órgãos de gestão das Universidades e Institutos Politécnicos portugueses.

1) Durante a conferência internacional "A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior: Um desafio para a Europa", que se realizou em Setembro de 1996 na Universidade de Coimbra foram apresentadas as conclusões de um estudo dirigido pela Dra. Paula Paixão do Núcleo de Orientação Escolar e Profissional da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, intitulado "**Aspirações e Projectos Pessoais; Condições de Vida e estudo dos Alunos do Ensino Superior de Coimbra**", esta pesquisa consiste na primeira aplicação do programa EuroStudent a Portugal. "O '**EuroStudent 96**' é um questionário formulado pelo 'European Council for Student Affairs', associação científica que tem por objectivo aferir das condições sócio-materiais em que vivem os estudantes europeus".

O relatório português foi estruturado em dois momentos do percurso formativo dos jovens: frequência do Ensino Superior; e transição do secundário para o Ensino Superior.

Neste último estrato, as principais conclusões referem que **a maior parte dos jovens vê o ensino superior apenas como um meio para atingir os objectivos de vida que valorizam e quer continuar a dispor da orientação escolar a que já tinha acesso no secundário**. Isto parece tanto mais importante quanto se sabe que grande parte dos jovens não encontra colocação no curso da sua preferência, facto que obriga a reformular os projectos de carreira e de vida.

As questões relativas à orientação de carreira entre os jovens estudantes do Ensino Superior têm vindo a receber grande atenção por parte dos investigadores portugueses (Lima, 1989, 1995, 1997, 1998, 1999, 2000, 2001; Afonso & Lima, 1995; Teixeira & Lima, 1992) seguindo uma linha que é comum a um grande número de países europeus.

No estrato que respeita à frequência do ensino superior, há outras conclusões a reter. **Os alunos demonstram grande necessidade de apoios psicossociais durante a transição para a vida profissional**, quando começam a esbarrar com as barreiras que se opõem à realização dos

seus sonhos profissionais e pessoais. **As dificuldades sócio-económicas dos estudantes portugueses aconselham também o apoio à sua inserção na vida académica**” (Álvaro Vieira, in “Público”, 27 de Setembro de 1996).

2) José Bravo Nico, centrando-se especificamente nas instituições de ensino portuguesas e em aspectos da cultura nacional relacionados com o ensino superior, recorda que **“conseguir transitar do ensino secundário para o ensino superior é um projecto que, frequentemente, não é exclusivo do aluno, sendo partilhado com igual intensidade pela sua família e pelos seus amigos”**, pelo que as responsabilidades do jovem aluno se tornam maiores. Adicionalmente, adverte os técnicos que trabalham nesta área no sentido de estarem atentos às modificações que esta instituição sofreu nos últimos anos, bem como à falácia da homogeneidade da população-alvo: os estudantes universitários. Na realidade, “na última década, a Universidade Portuguesa viu-se confrontada com um número cada vez mais elevado de discentes. (...) **O mundo universitário português, outrora restrito e elitista, tem vindo a assumir características massificantes**, as quais têm vindo a transformar, lenta mas inexoravelmente, as atitudes, os comportamentos, as normas e, inclusivamente, o estatuto da instituição e dos seus membros. (...) Oriundos, geograficamente, de todo o país, socialmente de todas as camadas, apresentando, do ponto de vista académico uma amplitude desmesurada de classificações de entrada, encarando a universidade sob as mais diversas perspectivas e encerrando projectos de vida por vezes muito diferentes, **os alunos universitários debutantes constituem uma população bastante heterogénea, bem diferente da elite que chegava a esta instituição ainda há poucos anos**” (Nico, 1996).

De facto, nos últimos anos verificou-se um crescimento da população universitária e a sua progressiva heterogeneização (e.g. taxas crescentes de alunos provenientes de estratos sociais mais desfavorecidos, maior número de estudantes portadores de deficiências físicas). Este crescimento não parece ter sido acompanhado por mudanças adequadas, quer nas instituições de Ensino Secundário quer nas instituições de Ensino Superior, o que se revela pelas elevadas taxas de insucesso académico dos estudantes do 1º ano do Ensino Superior.

3) Tanto os problemas vividos na transição Escola Secundária / Ensino Superior, e que depois se repercutem ao longo do percurso académico (Bessa & Tavares, 2000; Rebelo & Lopes, 2001; Dias, 1998; Soares et al., 2000; Bento & Ferreira, 1996), como a preocupação com o desenvolvimento psicossocial dos estudantes (Dias & Fontaine, 1996, 1997, 1998, 1999, 2000), têm justificado um aumento da investigação nesta área, assim como a criação de um crescente número de serviços de apoio aos estudantes universitários no seio das respectivas instituições (Baptista et al., 2000; Gonçalves, 1994, 1995, 1997; Gonçalves et al., 1997; McIntyre et al., 2001; Pereira, 1998; Pereira, 1995; Rebelo & Lopes, 2001; Afonso, 1997; Azevedo & Conceição, 1999; Azevedo & Conceição, 2000; Botas et al., 1995; Gonçalves & Botas, 1996; Dias, 1986, 1988, 1997, 1999; Lima, 1997; Maia & Fernandes, 1997; Pereira & Lima, 1997; Ramalho & McIntyre, 2001). Este movimento é patente pelo número de Seminários sobre aquelas problemáticas organizados nos últimos anos (e.g. entre 1999-2001: “I, II, III e IV Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior”, Seminário “Transição para o Ensino Superior”), e pela publicação em revistas da especialidade de números temáticos a elas dedicados (e.g. Psicologia Vol. XIV, n.º 2 em 2000). Os técnicos



envolvidos no aconselhamento psicológico universitário têm eles próprios desenvolvido em paralelo investigação em diversas áreas também relacionadas com essas questões, a qual tem permitido consubstanciar as suas intervenções e os respectivos resultados.

Neste contexto, verifica-se que não só os técnicos e investigadores preconizam a importância dos serviços de apoio psicológico para a promoção do sucesso académico e desenvolvimento psicossocial dos estudantes universitários, mas os próprios poderes institucionais já o reconhecem (e.g. Machado dos Santos, 2000).

4) Num estudo sobre o desenvolvimento do estudante do ensino superior, junto de uma larga amostra de jovens portugueses oriundos de várias Escolas, concluiu-se que a resolução com sucesso das tarefas psicológicas desenvolvimentais próprias do jovem adulto está associada a melhores resultados académicos (Dias, 1996). Este estudo foi complementado por outros trabalhos de investigação sobre os resultados do aconselhamento psicológico, em que se constatou: (1) que os estudantes que a ele recorrem devido a dificuldades desenvolvimentais têm estas dificuldades significativamente diminuídas no fim do aconselhamento (Dias, 1999); (2) e que, em média, os estudantes que recorrem ao aconselhamento têm maiores dificuldades na resolução das tarefas desenvolvimentais normativas do jovem adulto do que uma amostra "genérica" de jovens universitários (Dias, no prelo).

5) Noutro estudo (Welling & Silva, 2000), realizado com uma amostra de utentes do Núcleo de Aconselhamento Psicológico do IST, mostrou-se que o acompanhamento influi positivamente nos resultados académicos dos estudantes. Assim, e tomando como ponto de partida os resultados de um estudo piloto realizado pelo NAP em 1995 (Gonçalves, 1997) procedeu-se a uma replicação do mesmo, desta vez apenas com os alunos que tiveram um processo de psicoterapia individual. Para este estudo foram tratados os dados de pessoas que iniciaram uma psicoterapia individual no NAP durante anos lectivos de 96-97 e 97-98.

Dos 116 casos iniciados nos anos lectivos de 96 e 97 no NAP foram excluídos os 60 casos que preenchem os seguintes critérios: casos de funcionários ou docentes do IST; casos de aconselhamento (número de sessões inferior a 4); alunos em terapia conjugal ou familiar; processos reiniciados pela 2ª vez; casos de alunos que desistiram dos seus estudos; casos de mudança de curso; casos de alunos que prescreveram; estudantes trabalhadores; casos iniciados durante o 1º ano lectivo do aluno; casos iniciados durante o último ano lectivo do aluno.

Assim, foram seleccionados 29 casos iniciados em 96 e 27 iniciados em 97, num total de 56 casos que constituem a amostra do estudo.

A **metodologia** utilizada foi uma análise estatística do n.º de cadeiras feitas nos períodos anteriores e posteriores ao início do processo terapêutico, tendo-se obtido estas informações na Secretaria do IST, onde existem folhas informativas de fácil acesso para este estudo, que explicitam a data e a nota de todas as cadeiras feitas por cada aluno. Para cada aluno acompanhado no Serviço, foi analisado o n.º de cadeiras feitas durante o período de um ano antes de iniciar o processo terapêutico, em comparação com o n.º de cadeiras feitas após um período de acompanhamento. Este período de acompanhamento foi estabelecido, independentemente do número de sessões efectuadas no caso específico, em 10 semanas (a literatura diz 8 sessões, sendo estas tipicamente semanais).

Verificou-se (ver tabela) um aumento significativo na realização de cadeiras em relação ao período anterior ao início da terapia. Os resultados apontam para um aumento de 1.3 cadeiras, sendo este número significativo. Este número é inferior ao encontrado no estudo piloto (1.8 cadeiras).

### Resultados do T-Teste para amostras dependentes

(n.º de disciplinas feitas um ano/ semestre antes de iniciada a terapia e um ano/ semestre depois)

	MÉDIA	DESVIO PADRÃO	N	DIFERENÇA
ANTES	4.536	3.033	56	+1.268
DEPOIS	5.804	3.113		(sig.) P<.001

Efectuou-se ainda, uma Anova tendo em conta o sexo do aluno, não tendo sido encontrado nenhum efeito que diferencie significativamente os resultados.

O tamanho reduzido da amostra não permitiu que se fizessem outras análises como por exemplo, comparar o número de sessões, a licenciatura ou o ano de curso do aluno.

Sendo a questão do sucesso académico uma questão bastante relevante no Ensino Superior em Portugal, não surpreende que muitos investigadores se tenham dedicado ao seu estudo, nomeadamente entre os que trabalham no Aconselhamento Psicológico a estudantes do Ensino Superior, sobretudo do ponto de vista da caracterização/diagnóstico do mesmo (Bessa & Tavares, 2000; Dias et al., 1988; Dias & Azevedo, no prelo; Pereira, 1999; Azevedo & Dias, 2001; Bastos, 1997; Dias, 1995; Gonçalves, 1996; Santos, 2000) e da promoção do sucesso através de programas específicos de treino de competências (Duarte, 2001; Tavares et al., 1999; Azevedo & Conceição, 1999; Azevedo & Conceição, 2000; Santiago et al., 2001).

### 1.3. Referências

- Afonso, A. J. (1997) "Gabinete de Aconselhamento Psicológico do Espaço Ágora — um novo serviço para os estudantes da Academia de Lisboa" Lisboa: Actas do *I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior* IST, 8 Fevereiro (a aguardar publicação)
- Afonso, M. J. & Lima, M. R. (1995) "Saliência dos Papéis em estudantes do Ensino Superior" Comunicação apresentada nas *II Jornadas da Sociedade Portuguesa de Psicologia: "Desenvolvimento e Cultura"*, Lisboa
- Azevedo, M., Dias, G. F. & Conceição, N. (1999). "Oficina de Aquisição e Promoção de Competências para o Sucesso Académico". *II Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior — Factores de Sucesso/Insucesso no Ensino Superior*, 10 de Dezembro, Aveiro.
- 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*, Faculdade de Ciências e Tecnologia, 30 de Junho, Monte de Caparica.
- Azevedo, M. & Dias, G. F. (2001). "Desenvolvimento psicológico, atitudes em relação ao estudo e sucesso académico". *IV Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior A Relação Pedagógica no Ensino Superior — Estudo e Intervenção*, 9 de Março, Universidade do Algarve.
- Bastos, A. M. (1997) "O estudante, os problemas mal estruturados e as mil ideias que os outros semeiam em nós: que possibilidades de apoio psicológico no ensino superior?" Lisboa: Actas do *I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior* IST, 8 Fevereiro (a aguardar publicação)
- Bento, M. F. E Ferreira, J. A. G. (1996) Auto-conceito e participação social do estudante do ensino superior *Actas da Conferência Internacional A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior — Um Desafio da Europa*, 173-176. Universidade de Coimbra. pp. 159-166
- 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
- Botas, A. L., Chambel, J., Gabriel, G. & Costa, C. (1995) Terapia Individual com os Estudantes do IST: caracterização e Avaliação da Eficácia do Serviço de Apoio Psicológico. Comunicação apresentada no *Congresso "Ansiedade aos Exames — Factores Emocionais Relacionados com o Desempenho Escolar"* ULHT, 16 a 18 de Novembro, Torre do Tombo, Lisboa

- Dias, G. F. (1986). "Serviço de Aconselhamento Pessoal na Universidade". *2º Congresso Nacional de Psiquiatria Social*, 5 a 8 de Fevereiro, Lisboa (onde coordenou a Mesa "Intervenções centradas numa perspectiva antropológica").
- Dias, G. F., Almeida, M. J. V. A. & Caldeira, P. Z. (1988). "Estudo Preliminar sobre o Insucesso Escolar na FCT". *II Simpósio Nacional sobre Investigação em Psicologia*, Associação Portuguesa de Psicologia, 28 a 30 de Novembro, Lisboa.
- Dias, G. F. (1988). "Desenvolvimento de um Serviço Integrado de Aconselhamento". *Seminário "Parar para Reflectir"*, Faculdade de Ciências e Tecnologia, Estoril.
- Dias, G. F. (1988). Psicoterapia breve a estudantes universitários. *Psicologia*, 6, 29-46.
- Dias, G. F., Almeida, M. J. V. & Caldeira, P. Z. (1988). Estudo preliminar sobre o insucesso escolar em meio universitário. *Actas do 1º Encontro de Estudos Locais do Distrito de Setúbal*, 85-105.
- Dias, G. F. (1991). "Brief Psychotherapy of University Students - Research Outcome in a Portuguese Faculty". *International Conference on Counselling - Counselling: Challenges and Prospects for the Next Decade*, Abril, Faculdade de Psicologia da Universidade do Porto.
- 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. & Fontaine, A. M. (1992) a. "Contribuição para o Estudo do Processo de Consolidação da Identidade Sexual nos Jovens". *III Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, 21 a 23 de Outubro, Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1992) b. "Contribuição para o Estudo da Autonomia no Jovem Adulto".  
Poster apresentado às *1ªs Jornadas da Sociedade Portuguesa de Psicologia*, 20 e 21 de Novembro, Coimbra.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1992) c. "Processo de Separação das Figuras Parentais em Jovens Universitários: Diferenças em Função do Sexo, da Idade e do Nível Sócio-Económico". *II Congresso da Sociedade de Ciências da Educação*, 29 de Novembro a 1 de Dezembro, Braga.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1993). "Sexual Identity Consolidation Process in Young Adults - Implications for Counselling". *Congresso Student Counselling in the Higher Education: A Task of Growing Importance*, 13 a 16 de Abril, Bordéus, França.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1994). "Projecting the Self into the Future, Depression and Academic

Results. Implications for Counselling". *5th FEDORA Congress New Challenges for Guidance in Europe - The Present and the Future*, 27 a 30 de Abril, Barcelona.

- 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. & Fontaine, A. M. (1995). "Psychological Counselling Assessment of Needs Among University Students". *IV European Congress of Psychology*, 2 a 7 de Julho, Atenas, Grécia.
- Dias, G. F. (1995). "O Papel do Aconselhamento Psicoterapêutico no Sucesso Académico Universitário". *Congresso Ansiedade aos Exames - Factores Emocionais Relacionados com o Desempenho Escolar*, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia, 16 a 18 de Novembro, Lisboa. Neste congresso organizou e coordenou a mesa "Sucesso Académico e Aconselhamento Psicológico".
- 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. & Fontaine, A. M. (1996) a. "Ser Autónomo e Permanecer Ligado: Diferenças entre Géneros numa Amostra de Jovens Portugueses". *IV Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, 28 e 29 de Novembro, Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1996) b. Tarefas desenvolvimentais e bem-estar dos jovens: Algumas implicações para o aconselhamento psicológico. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 12, 103-114.
- Dias, G. F. (1997) a. "O Modelo Anglo-Saxónico na FCT/UNL". *I Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa.
- Dias, G. F. e Fontaine, A. M. (1997) a "Diferenças desenvolvimentais entre estudantes que solicitam e não solicitam apoio psicológico/psiquiátrico" *I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa
- Dias, G. F. (1997) b. "Aconselhamento psicológico a estudantes universitários na FCT/UNL". Mesa Redonda "Orientação/Formação ao Longo da Vida". *VI Encontro Nacional da Associação Portuguesa de Orientadores Escolares e Profissionais - A Orientação e a Escola*, 23 de Maio, Lisboa.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1997) b . "Implications of Psychological Separation from Parents for University Students' Personal Counselling". *Vith FEDORA Congress*, 28 a 31 de Maio, L'Aquila, Itália.

- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1997) c. Projecção no futuro e bem-estar psicológico. *Actas da Conferência Internacional A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior - Um Desafio da Europa*, 173-176. Universidade de Coimbra.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1997 d). O encontro do par amoroso: Construção de um instrumento para jovens universitários portugueses. *Psicológica*, 18, 119-139.
- Dias, G. F. (1998) a. "Adaptação ao Ensino Superior". *III Fórum Pedagógico*. Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências e Tecnologia, 31 de Março e 1 de Abril, Monte de Caparica.
- Dias, G. F. (1998) b. "The Counselling Service at the Faculty of Sciences and Technology of the New University of Lisbon". *Congress on Higher Education Guidance*, 15 e 16 de Dezembro, Barcelona, Espanha.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1998) a. Implications of the Research on Socio-Economic Differences in Development for Counselling of University Students. *Proceedings from the Fifth European Congress of Psychology*. Dublin, Irlanda.
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1998) b. Famille, autonomie et bien-être au début de l'âge adulte. In A. M. Fontaine & J. P. Pourtois (Eds.), *Regards sur l'Éducation Familiale: Représentation, Responsabilité, Intervention*, 67-79. Bruxelles: De Boeck.
- Dias, G. F. (1998) b. Intervenção psicológica junto de estudantes universitários no âmbito do modelo antropológico. *Antropoanálise*, 3, 10-14.
- 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. & Fontaine, A. M. (1999). A construção da autonomia: Elaboração de um instrumento para jovens universitários portugueses. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 33, 37-70.
- Dias, G. F. & Fontaine, A., M. (2000). Diferenças desenvolvimentais entre estudantes que solicitam e não solicitam apoio psicológico/psiquiátrico. *Psicologia*, 14 (2), 225-234.
- Dias, M. Graça F. & Fontaine, A. M. (2001) *Tarefas Desenvolvimentais e bem-estar de Jovens Universitários* Fundação Calouste Gulbenkian, Fundação para a Ciência e a Tecnologia, Ministério da Ciência e da Tecnologia
- Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (no prelo). Young adult developmental tasks: Relationships and specificities. Artigo aceite para publicação na revista *Counselling Psychology Quarterly*.

- Dias, G. F. & Azevedo, M. (no prelo). Estratégias de estudo e desempenho académico: Adaptação do "Inventário de Hábitos e Atitudes em Relação ao Estudo" à população universitária portuguesa e estudos exploratórios. Artigo aceite para publicação na *Revista de Educação*.
- Duarte, A. (2001) *Avaliação e Modificação de Concepções, Motivações e Estratégias de Aprendizagem em Estudantes do Ensino Superior* Dissertação de Doutoramento, Lisboa: FPCE
- 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
- Gonçalves, I. C. (1996) Sugestões sobre o Sistema de Avaliação de Conhecimentos no IST. Comunicação apresentada no *Congresso "Avaliação no IST"*. IST: Salão Nobre, 10 e 11 de Janeiro
- Gonçalves, I. C. & Botas, A. L. (1996) Serviço de Aconselhamento Psicológico do IST: Três anos de experiência clínica com a população Universitária. Comunicação apresentada nas *III Jornadas de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos*, Universidade do Porto, 24 de Outubro
- Gonçalves, I. C., Welling, H., Botas, A. & Fernandes, C. (1997) Serviços com paredes de vidro - sobre a necessidade de avaliar regularmente a eficácia dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior. Comunicação apresentada no *I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa
- Gonçalves, I. C. (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*, 201-209 Universidade de Coimbra.
- Gonçalves, O. F. e Cruz, J. F. A. (1988) A organização e implementação de serviços universitários de consulta psicológica e desenvolvimento humano *Revista Portuguesa de Educação*, 1 (1) pp 127-145
- Lima, M. R. (1989) *Estudo da Maturidade Vocacional em Estudantes Universitários* (Trabalho de Síntese apresentado nas Provas de acesso à categoria de Assistente de Investigação), Lisboa (policopiado)
- Lima, M. R. (1995) A Necessidade de Serviços de Orientação. Alguns dados de um estudo com Jovens Universitários In J. H. Ferreira Marques & M. Rafael (Eds.), *Career Guidance Service for the 90's Proceedings* (pp. 332-346) Lisboa
- Lima, M. R. (1997) a Aconselhamento de Carreira a estudantes do Ensino Superior *Actas da Conferência Internacional A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior - Um Desafio da Europa*, (pp 201-209) Universidade de Coimbra.
- Lima, M. R. (1997) b "A orientação da carreira no Ensino Superior: o Serviço de Orientação Escolar e Profissional da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação de Lisboa" /

*Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa

- Lima, M. R. (1998) *Orientação e Desenvolvimento da Carreira em Estudantes Universitários. Estudo das Atitudes de Planeamento e Exploração, Identidade Vocacional, Saliência dos Papéis e Factores de Carreira*. Dissertação de Doutoramento. Lisboa, Portugal: Universidade de Lisboa
- Lima, M. R. (1999) A "Minha Situação Vocacional" e "Inventário de Factores de Carreira" como instrumentos de diagnóstico: apresentação, necessidades dos estudantes e factores de adaptação. Comunicação apresentada no *II Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior*, Aveiro
- Lima, M. R. (2000) A Intervenção Psicológica em Orientação de Carreira como Medida Preventiva de Comportamentos Adaptativos: Dados de um estudo com Estudantes Universitários *Revista da Universidad Nacional de La Plata* (Argentina) (no prelo)
- Lima, M. R. (2001) A saliência dos papéis em orientação e desenvolvimento da "Career Indecision in Higher Education: A Multivariate Data Analysis Study" Comunicação apresentada no seminário "*32<sup>nd</sup> European Mathematical Psychology Group Meeting*", FPCE da UL. *Carreira Psychologica*, 26, 151-160
- Maia, A. C. e Fernandes, E. (1997) "A consulta psicológica em contexto universitário: ponto de encontro entre a docência e a prática clínica" *I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa
- Medeiros, M. T. Ferreira, J. A. E Ponciano, E. (1997) "Caracterização do Estudante da Universidade dos Açores" *I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa
- 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
- 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. e Lima, M. P. (1997) "Apoio a estudantes por estudantes: Peer Counselling" *I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa
- 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

- 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
- Rebelo, H. e Lopes, H. (2001) a Oficina de formação em comunicação: Relato de uma experiência In B. Silva e L. Almeida (orgs.) *Actas do VI Congresso Galaico-Português de Psicopedagogia* (Vol. II) Braga: Centro de Estudos em Educação e Psicologia da Universidade do Minho, pp. 963-972
- Rebelo, H. e Lopes, H. (2001) b *Vivências académicas e bem estar psicológico dos alunos no primeiro ano: Resultados de um projecto de investigação*. Porto: FEUP
- 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
- 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.
- Teixeira, M. O. & Lima, M. R. (1992) "Caracterização Vocacional de grupos de estudantes do Ensino Superior. Estratégias de Intervenção" Comunicação apresentada nas *I Jornadas de Estudo da Sociedade Portuguesa de Psicologia: Psicologia, Portugal e a Europa*. Coimbra
- Welling, H. & Silva, S. (2000) A psicoterapia e o insucesso escolar. Comunicação apresentada no *III Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior* FCT-UNL, 30 de Junho

# 2

---

Síntese: Serviços de Aconselhamento  
Psicológico Portugueses actualmente  
em funcionamento

## 2. Síntese: Serviços de Aconselhamento Psicológico Portugueses actualmente em funcionamento

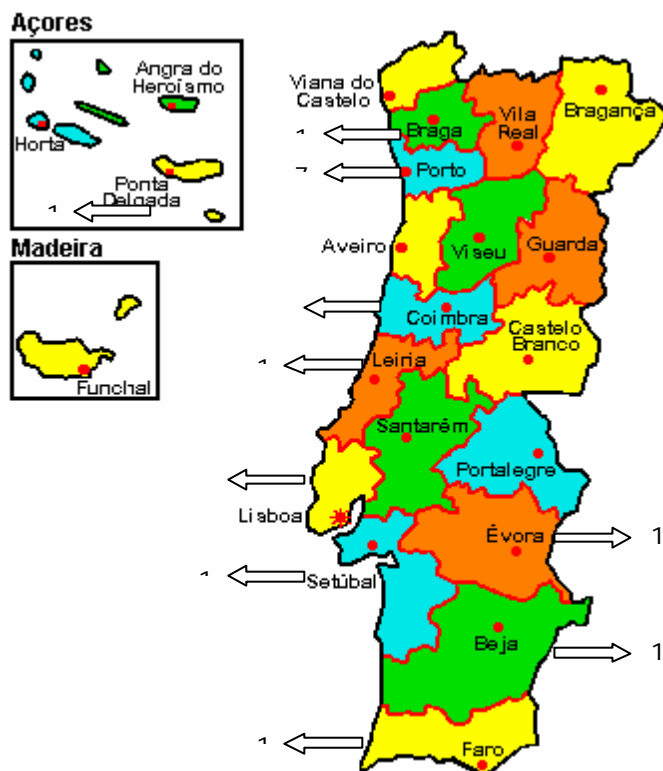
Como se pode verificar (ver Anexo), a listagem dos serviços aderentes à RESAPES ascende já a 25, distribuindo-se geograficamente (de Norte para Sul e do Litoral para o Interior) do seguinte modo:

- 1 serviço no Distrito de Braga
- 7 serviços no Distrito do Porto
- 3 serviços no Distrito de Coimbra
- 1 serviço no Distrito de Leiria
- 8 serviços no Distrito de Lisboa
- 1 serviço no Distrito de Setúbal
- 1 serviço no Distrito de Évora
- 1 serviço no Distrito de Beja
- 1 serviço no Distrito de Faro
- 1 serviço nos Açores

Isto é, a esmagadora maioria dos serviços encontra-se situada nas áreas mais urbanas (Lisboa e Porto), e no Litoral, sendo que um grande número de Distritos, nomeadamente do Interior, não têm ainda qualquer serviço de Aconselhamento psicológico (Distritos de Viana do Castelo, Vila Real, Bragança, Aveiro, Viseu, Guarda, Castelo Branco, Santarém e Portalegre) - ver mapa.

Refira-se que, embora não estejam representados na RESAPES, os três ramos das Forças Armadas Portuguesas têm implementado nas suas instituições de Ensino Superior (Academia do Exército, Academia da Força Aérea e Escola Naval) a prestação de serviços de

apoio psicológico aos cadetes. O acompanhamento é efectuado por psicólogos pertencentes aos quadros de cada uma das três instituições, normalmente deslocados dos respectivos centros/unidades de psicologia para as academias, sendo o apoio prestado regular, ainda que possa diferir na quantidade de recursos afectos a essa missão.



Fazendo-se uma consulta detalhada dos dados descritivos dos vários serviços, organizados por ordem alfabética, verifica-se que existe ainda uma grande **heterogeneidade** nos modos de funcionamento de cada um. Vamos procurar resumir brevemente as principais semelhanças e diferenças:

- Dos 25 serviços recenseados na Base de Dados da RESAPES, 23 apresentaram dados descritivos relativos ao seu funcionamento no ano de 2000 (ou no ano lectivo 1999/2000).
- Os **destinatários** destes serviços são, na sua maioria, os estudantes e os funcionários docentes e não docentes da instituição de Ensino Superior em que se encontram (as variações encontradas, geralmente traduzem um atendimento exclusivamente para estudantes - versão prevalente nos serviços que dependem dos Serviços de Acção Social - ou uma abertura à comunidade - versão prevalente nos serviços que

funcionam afectos a Departamentos de Psicologia, como é o caso da Universidade do Minho).

- **Quanto aos recursos humanos, a norma é que estes sejam insuficientes para o número de pedidos**, sendo raro o serviço que tem mais do que o equivalente a dois técnicos a tempo inteiro; na esmagadora maioria as suas situações profissionais são de **vínculo precário** (contratos a termo) e apenas alguns estão integrados no Quadro das instituições em que prestam serviço, como técnicos superiores. A quase totalidade dos técnicos tem, como habilitação académica, a **Licenciatura em Psicologia**. **Nos serviços que se encontram ligados a uma Faculdade de Psicologia/Departamento de psicologia, podemos encontrar docentes a desempenhar funções nos mesmos, normalmente ao nível da coordenação/supervisão clínica.**
- Considerando o supra mencionado, os serviços encontram-se frequentemente na contingência de não darem uma resposta atempada às pessoas que os procuram, sendo bastante comum a existência de **Listas de Espera** para atendimento.
- O número de horas de consulta/ano oscila entre as 3 000 e as 20, numa relação directa com as dimensões dos referidos serviços, raramente sendo dada resposta imediata aos pedidos. **O número médio de sessões por utente** ronda os 10.
- As **valências dos serviços** também variam, incluindo: Aconselhamento; Intervenção na Crise; Psicoterapia (ou Consulta Psicológica) Individual, Grupal, Familiar e Conjugal; Aconselhamento Educacional; Aconselhamento Vocacional; Consultoria junto dos órgãos de gestão da instituição de Ensino Superior; Investigação; Actividades na área da prevenção primária, como o "Mentorado" (ou "Tutorado"); Treino de Competências de Empregabilidade e Formação para a Integração Profissional; Treino ao nível dos Métodos e Técnicas de Estudo ou Promoção do Sucesso Escolar; Apoio aos estudantes alojados nas residências dos Serviços de Acção Social; Grupos de desenvolvimento Pessoal e Social; Trabalho com os estudantes portadores de deficiência; Acções de Prevenção/Promoção na Área da Saúde. Como é fácil de verificar, as valências primeiramente listadas serão mais frequentes do que as últimas.
- Quanto à **data de início de funcionamento** destes serviços, apenas um iniciou as suas actividades nos anos 80 (GAPA), sendo que a esmagadora maioria iniciou as suas actividades nos anos 90 e alguns já posteriormente ao ano 2000.
- A **inserção institucional** destes serviços obedece a uma regra em que os serviços que funcionam nos Institutos Politécnicos geralmente dependem dos Serviços de Acção Social, enquanto que os serviços que funcionam nas Universidades geralmente dependem dos Conselhos Directivos das faculdades onde estão inseridos; as excepções incluem a dependência directa da Reitoria (Évora), ou do Departamento de Psicologia (Minho).
- Os serviços que referem as **problemáticas mais frequentemente apresentadas pelos utentes** para recorrerem ao serviço, geralmente incluem: questões desenvolvimentais, mal-estar psicológico, acontecimentos de vida traumáticos, perturbações psicológicas graves e perturbações de personalidade, ansiedade (incluindo a ansiedade às

avaliações), depressão, tristeza, problemas interpessoais (incluindo os problemas de relacionamento amoroso), problemas académicos, problemas de orientação vocacional, indefinição de projecto de vida, dificuldades de adaptação à vida académica, stress, fobias, perturbações do sono, perturbações do comportamento alimentar.

- A **divulgação** dos serviços é tipicamente reduzida, feita através da edição de panfletos ou da publicitação nos órgãos de divulgação próprios da instituição de Ensino Superior, numa fase de lançamento do serviço - posteriormente, são os utentes do serviço as principais fontes de referência.
- Muitos serviços tendem a criar ou a adaptar material de auto-ajuda (informação sobre, por exemplo, Depressão, Gestão do Tempo, Métodos de Estudo, Ansiedade às Avaliações ou outras, Problemas de Comportamento Alimentar), pondo-o à disposição da comunidade académica que servem.
- É frequente a realização de estágios académicos, ao abrigo de protocolos de cooperação entre os serviços e as Faculdades de Psicologia e de Ciências da Educação, contudo é generalizada a opinião de que os serviços não podem depender do trabalho dos estagiários para responder aos pedidos que, tipicamente, lhes são feitos.

# 3

---

---

## Serviços de Aconselhamento Psicológico ao Estudante do Ensino Superior

## 3. Serviços de Aconselhamento Psicológico ao Estudante do Ensino Superior

### 3.1. Serviço de Consulta Psicológica e Desenvolvimento Humano da Universidade do Minho (Integrando o Saber e o Ser)

#### História e Filosofia do Serviço

O Serviço de Consulta Psicológica e Desenvolvimento Humano (S.C.P.D.H.) da Universidade do Minho é um projecto de prestação de serviços no âmbito do Departamento de Psicologia do Instituto de Educação e Psicologia, criado pelo despacho RT-24/89. O ano de 1994 constituiu o primeiro ano completo de funcionamento do SCPDH. Presentemente, o SCPDH oferece serviços de consulta e consultoria psicológica nos domínios da Psicologia Clínica e da Saúde (Crianças, adolescentes e adultos), Psicologia Escolar e Educacional, Psicologia da Justiça e Reinserção Social, Psicologia do Desporto, e Psicologia do Trabalho e das Organizações. Esta diversidade de serviços reflecte as duas orientações principais do SCPDH: servir a *Universidade* (alunos, funcionários e docentes) e a *Comunidade*.

Em termos do *serviço à Universidade*, a primeira vertente dirige-se ao *aluno*. O apoio psicológico aos alunos da UM tem constituído a actividade mais marcante do SCPDH, visando proporcionar serviços de aconselhamento psicológico clínica, de desenvolvimento educacional e vocacional aos estudantes, de modo a facilitar a resolução de problemas e otimizar o seu desenvolvimento pessoal na sua confrontação com a experiência universitária.

Tem-se vindo a reconhecer que a transição para a Instituição de Ensino Superior e o próprio percurso universitário podem ser considerados um dos períodos de vida mais exigentes para o aluno, devido aos desafios e quantidade de mudanças que contem. Os processos de transição para o ensino superior no nosso país têm adicionado novas exigências a estes jovens sendo de destacar a pressão e carga emocional que acompanha o período de selecção dos cursos universitários, o facto de muitos alunos serem colocados em cursos que não foram a sua primeira escolha e serem deslocados do seu ambiente de origem. Estas fontes de pressão têm consequências já documentadas a nível da saúde mental e física do estudante, assim como a nível do seu rendimento escolar, a sua vivência da aprendizagem e do contexto universitário, e a sua integração universitária em geral.

Num modelo desenvolvimentalista do ensino, a escola é vista como um agente de desenvolvimento do aluno, não apenas como um veículo de conhecimento, do SABER, mas também um agente formativo, facilitador do desenvolvimento psicossocial de cada aluno; do SER. No entanto, as Instituições de Ensino Superior Portuguesas, na sua grande maioria, não têm os recursos apropriados de apoio psicossocial a estes alunos. O SCPDH tem sido pioneiro nesta preocupação de valorizar a vertente humana da escola, constituindo-se como um



recurso para o aluno no sentido de promover a integração da aprendizagem nos contextos físico, psicológico, social e cultural do desenvolvimento pessoal do aluno.

A valorização deste tipo de serviços por parte dos alunos e docentes é atestada pelas 2111 horas de consulta realizadas aos alunos e funcionários da UM em 2000, um acréscimo de 26% em relação a 1999 e de 55% em relação a 1998. O envolvimento recente da Associação Académica na abertura de um pólo do SCPDH no campus de Azurém, proporcionando uma resposta mais próxima das necessidades destes alunos, evidencia a importância destes serviços do ponto de vista do aluno.

A segunda vertente dos serviços à Universidade dirige-se aos *funcionários e docentes*. À semelhança dos alunos, as actividades de ensino e apoio ao ensino, acarretam exigências pessoais e profissionais que se reflectem na qualidade desse mesmo ensino, podendo conduzir a situações de *burnout* ou esgotamento profissional. Assim, torna-se igualmente imprescindível oferecer recursos de acompanhamento psicossocial aos funcionários e professores da UM, reconhecendo-se que este investimento pessoal gera benefícios institucionais inegáveis.

*Os serviços à comunidade* constituem uma importante dimensão do SCPDH, pois permitem aplicar o conhecimento científico na resposta às necessidades concretas da comunidade, sendo a consultoria de investigação-acção uma actividade a destacar. Esta actividade de consultoria insere-se em protocolos de cooperação existentes entre o Departamento de Psicologia da UM e várias entidades públicas e privadas. As actividades de formação psicológica de professores, profissionais de saúde, e outros agentes da comunidade também se inserem nestes protocolos. Procura-se promover o desenvolvimento humano e organizacional no contexto de uma relação recíproca e dinâmica entre a universidade e a comunidade.

Deve-se salientar dois aspectos em termos do pioneirismo e sucesso manifesto do SCPDH: o modelo de serviços e gestão, e a articulação institucional. Um aspecto inovador a nível nacional são os recursos humanos do SCPDH que são constituídos por 42 psicólogos, sendo 50% profissionais da comunidade e 50% docentes do Departamento de Psicologia, o que produz uma interessante e dinâmica partilha de experiências entre o mundo académico e o mundo profissional. A qualidade dos serviços é assegurada através de um modelo de prática supervisionada de pares que envolve supervisão semanal individual e em equipa, oferecendo-se mecanismos de desenvolvimento profissional raros neste tipo de serviço. Existe ainda um plano anual de formação que envolve a realização de *workshops* liderados por especialistas nacionais e estrangeiros nos vários domínios de consulta psicológica.

O SCPDH também deve o seu sucesso ao forte apoio institucional que tem tido desde o seu início. Em primeiro lugar, o Departamento de Psicologia tem abraçado este projecto como estratégico no seu modelo de formação docente e discente, e no contributo da Psicologia para a sociedade em geral. O apoio do Instituto de Educação e Psicologia e da Reitoria da Universidade do Minho e a excelente parceria estabelecida com os Serviços de Acção Social, o GAIED e outros, têm criado as condições estruturais e de articulação de recursos indispensáveis ao bom funcionamento do SCPDH.

Concluindo, numa sociedade que cada vez mais valoriza a tecnologia, a competitividade e a produtividade, a Universidade torna-se um local chave para a criação de espaços de diálogo e reflexão sobre os processos de desenvolvimento pessoal, ou seja, para a integração do Saber e do Saber Ser, contribuindo assim para uma sociedade mais humanizada. O SCPDH,

procura ser um desses espaços ao serviço da Universidade do Minho e da comunidade circundante.

## **Unidades de Prestação de Serviços**

### **Consulta Psicológica Clínica e da Saúde para Crianças e Adolescentes**

Esta Unidade presta apoio especializado a crianças e adolescentes que apresentam dificuldades em lidar com diversas situações do seu desenvolvimento, como dificuldades de entrada para a escola, na aprendizagem da linguagem ou na relação com os pais, irmãos, colegas, professores e outros.

### **Consulta Psicológica Clínica e da Saúde para Adultos**

Esta Unidade oferece psicoterapia individual, de casal, familiar e de grupo para alunos, funcionários e docentes universitários, no sentido de dar apoio especializado em lidar com problemas de vida, como dificuldades interpessoais, problemas de carreira ou nos estudos, ansiedade ou depressão, problemas conjugais e outros.

Esta Unidade possui ainda as seguintes duas consultas especializadas:

1. *Consulta Psicológica de Saúde:* Esta consulta oferece consulta individual e de grupo para doenças psicofisiológicas, como as dores de cabeça e a hipertensão, e aconselhamento para a promoção de estilos de vida mais saudáveis;
2. *Consulta de Perturbações Alimentares:* Oferece serviços de aconselhamento psicológico preventivos e remediativos em consulta individual e de grupo para problemas relacionados com a alteração de padrões alimentares.

### **Consulta Psicológica Escolar e Educacional**

Esta Unidade oferece serviços de aconselhamento psicológico preventivos, desenvolvimentais e remediativos junto dos alunos, professores e outros profissionais no quadro dos seus papéis, funções e atribuições escolares. Este serviço integra dois tipos de consulta: a **Consulta Psicológica Vocacional** e a **Consulta Psicológica de Aprendizagem e Rendimento**.

São prestados também serviços de supervisão, consultoria e formação no domínio da Psicologia Escolar e Educacional.

### **Consulta Psicológica da Justiça e da Reinserção Social**

Nesta Unidade são privilegiados os atendimentos junto das pessoas, crianças ou adultos que tenham sido vítimas de crime, maus tratos ou abusadas física e /ou sexualmente. Além disso, prevê-se intervenções junto de ofensores e delinquentes jovens e adultos bem como crianças com problemas de comportamento anti-sociais. Dá-se resposta a pedidos de tribunais para exames de psicologia forense e perícias de personalidade. Realizam-se ainda acções de formação junto de profissionais da Justiça.

### **Consulta Psicológica no Desporto e no Exercício Físico**

Nesta Unidade pretende-se, por um lado, prestar apoio e acompanhamento na área desportiva como nos outros domínios das suas vidas e, por outro, intervir junto de outros agentes desportivos (ex. treinadores, dirigentes, familiares, etc.), fornecendo-lhes apoio, consultoria e formação, no domínio da Psicologia do Desporto. Este serviço visa responder a problemas e questões tão diversos como seja a melhoria e optimização do rendimento e prestação desportiva dos atletas, promover o seu desenvolvimento e crescimento psicológico através da prática desportiva, ajudar a prevenir e tratar problemas psicológicos e comportamentos de risco no desporto (ex.: falta de autoconfiança, baixa motivação, *stress* e ansiedade, uso de *doping*, etc.).

**Directora do S.C.P.D.H. da Universidade do Minho:** Prof. Doutora Teresa McIntyre

**Coordenadora do pólo de Azurém:** Doutora Ângela Maia

**Recepção:** Sra. Graça Silva

### **Características da População Universitária Utente**

Uma das vertentes em desenvolvimento no S.C.P.D.H. é a investigação com base nos dados recolhidos como parte dos processos de avaliação e intervenção desenvolvidos no âmbito do serviço. Entre os estudos levados a cabo, conta-se uma tentativa de caracterização socio-demográfica e clínica da população universitária que recorre a este tipo de serviço. Apresentamos de seguida os resultados sumários de um destes estudos, estando actualmente em curso um estudo mais aprofundado.

Num estudo realizado com uma amostra representativa da população universitária utente do S.C.P.D.H., verificámos que em termos de características socio-demográficas, 73% dos utentes são do sexo feminino e 27% do sexo masculino. Em termos do ano de curso em que se encontram, 62% frequentam o 2º ou 3ºano do respectivo curso, 34% o 1º ou 4º anos e apenas 4% o 5º ano. Relativamente às *características clínicas*, as razões 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%).

Está em curso um estudo sobre a avaliação da satisfação dos utentes deste serviço.

### **3.2. Área de Apoio Psicológico da Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto**

Na sequência do trabalho que desenvolvia junto dos alunos, o Gabinete de Apoio ao Aluno (GAAL) propôs, em 1995, a contratação de um Psicólogo, com o objectivo de oferecer aos alunos um serviço de atendimento psicológico. Com efeito, foi criado o Gabinete de Psicologia, que actualmente se designa por Área de Apoio Psicológico, encontra-se integrada no Serviço de Educação Contínua e Desenvolvimento, fazendo parte da Unidade de Orientação e Integração. Conta com a colaboração directa de dois psicólogos (tempo inteiro), ambos elementos do quadro permanente da Universidade do Porto, que têm supervisão clínica, ainda que não financiada pelo serviço. O número de alunos por psicólogo (rácio) é de 1 para 2928. A Área de Apoio Psicológico dirige-se essencial e maioritariamente aos alunos, o atendimento a pais e professores ocorre apenas quando a problemática remete para situações específicas de alunos.

Privilegia-se uma perspectiva de intervenção colaborativa e desenvolvimental, em que a qualidade de vida do estudante universitário, para além de ser uma preocupação, é conceptualizada como uma intersecção de variáveis pessoais, relacionais e contextuais. As vivências académicas são vistas como experiências significativas que podem criar oportunidades para reorganizações pessoais, ocasionando o aparecimento de sentimentos de sucesso ou fracasso e, quase sempre, insegurança.

Ao longo dos 5 anos de actividade, a Área de Apoio Psicológico foi mantendo os seus objectivos, alargando, contudo, as suas modalidades de intervenção. Neste sentido, se no início o atendimento individual foi a actividade principal, hoje, verifica-se a necessidade de oferecer um conjunto de propostas formação dirigida aos alunos, que estão organizadas de forma temática - competências de empregabilidade, métodos e técnicas de estudo, comunicação, comunicação e contextos de trabalho - que vão ganhando consistência e adesão por parte dos mesmos. Desta forma, o desenvolvimento pessoal e social deixou de estar exclusivamente focalizado nas situações de crise, para estar também nos momentos de formação extra-curricular e estratégias infusas.

Assim, as actividades que a Área de Apoio Psicológico tem desenvolvido de forma sistemática são:

1. Aconselhamento: atendimento orientado para o esclarecimento de dúvidas ou dificuldades pontuais, tais como, preparação para entrevistas de selecção, testes psicotécnicos, métodos de estudo, colaboração na elaboração de trabalhos académicos;
2. Consulta Psicológica: intervenção individual, mais ou menos prolongada, tendo como objectivo ajudar o aluno a potencializar os seus recursos pessoais na resolução dos problemas. As motivações mais frequentes para a procura de ajuda são: insucesso académico, relacionamento interpessoal, ansiedade e orientação vocacional.
3. Grupos de Formação: intervenção em grupo, com uma metodologia, processo e duração pré-definida, com os seguintes objectivos transversais: (a) promover o desenvolvimento

peçoal, (b) fomentar a troca de experiências, (c) experimentar situações de simulação e (d) flexibilizar padrões de comportamento.

A Área de Apoio Psicológico colabora com outras unidades, serviços e departamentos da FEUP, quer de forma directa, quer em consultoria. No último ano, foi responsável pela publicação de uma brochura 'informativa' sobre métodos de estudo - "Estudar na FEUP" - enquadrada nas estratégias de promoção do sucesso académico e pela dinamização de um ciclo de cinema. A divulgação do serviço é feita também através da "Agenda do Aluno".

A Área de Apoio Psicológico mantém, ainda, um protocolo com a Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, que visa essencialmente a orientação de estágios curriculares dos alunos finalistas da área de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos.

### **3.3. Gabinete de Apoio ao Aluno, Secção de Integração Académica e Profissional da Faculdade de Economia da Universidade do Porto**

#### **Inserção Institucional**

A Secção de Integração Académica e Profissional foi inserida na estrutura orgânica da Faculdade de Economia do Porto, mais especificamente no Gabinete de Apoio ao Aluno, em Dezembro de 2000, na sequência da UNIVA promovida pela Associação de Estudantes da Faculdade de Economia do Porto em funcionamento desde Março de 1999, e depende directamente do Conselho Directivo da Faculdade. A Secção de Integração Académica e Profissional dirige-se única e exclusivamente aos estudantes da Faculdade de Economia do Porto.

Como Recursos Humanos, dispõe de uma Psicóloga a tempo integral, com contrato de trabalho a termo certo, com a categoria de Técnico Superior de 2ª Classe; dois alunos Finalistas da Licenciatura em Psicologia da Área de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, em regime de estágio curricular anual, três dias por semana; uma formanda do Centro de Reabilitação Profissional de Gaia a desempenhar funções de secretariado, em regime de formação em contexto de trabalho, por um período de 2 anos.

O rácio é ligeiramente superior a um técnico para 2826 estudantes.

#### **Valências Disponíveis**

A Secção de Integração Académica e Profissional tem três grandes finalidades:

##### **1. Facilitar a Adaptação/Integração dos Novos Estudantes**

A transição do ensino secundário/universitário implica, em geral, diversas mudanças na vida de um estudante (e.g. ao nível da sua rede social; dos métodos de ensino/avaliação; do método de estudo; das rotinas diárias; na localização geográfica).

Nesse sentido, os **novos estudantes** têm à sua disposição **Tutores** (estudantes do 2º e/ou 3º ano) para os apoiarem na adaptação ao seu novo contexto de vida (FEP), tendo por base a sua recente experiência pessoal.

Paralelamente, podem ainda participar em **grupos de desenvolvimento pessoal e social** com o objectivo de estimular um sentimento de pertença à FEP e potenciar competências inerentes ao sucesso académico, ajudando-os a lidar de forma eficaz com as mudanças sentidas.

## **2. Actuar ao Nível do Bem-estar e Desenvolvimento Psicossocial dos Estudantes ao Longo da sua Vivência na FEP**

Através da **Consulta Psicológica Individual**, intervém-se:

- 2.1. na promoção do **sucesso académico**, apoiando os estudantes relativamente às dificuldades académicas, nomeadamente, ansiedade face aos testes; adiamento do estudo; o medo de falhar; dificuldade em se relacionar com os professores e/ou funcionários, etc.
- 2.2. em **situações de crise** que poderão ser despoletadas por diversos factores, nomeadamente, acontecimentos de vida significativamente negativos (e.g. morte de alguém especial, ruptura de uma relação, acidente traumático), conflitos emocionais e interpessoais, problemas familiares, económicos, de saúde, entre outros.
- 2.3. na **(re)orientação escolar e profissional**, uma vez que se encontram frequentemente estudantes com insucesso académico consecutivo ao nível do 1º e 2º ano da sua licenciatura, devido ao descontentamento com o seu projecto vocacional.

Através de **Grupos de Desenvolvimento Pessoal e Social**, intervindo ao nível de:

- a) relacionamento interpessoal
- b) competências de liderança e trabalho em equipa
- c) resolução de problemas/criatividade
- d) gestão do tempo / tempos livres
- e) projecto pessoal e profissional
- f) auto-conhecimento
- g) auto-estima

## **3 Facilitar a Integração Profissional**



Neste sentido, actua-se a dois níveis:

a) junto das **empresas e potenciais entidades promotoras de saídas profissionais nas áreas de Economia e Gestão:**

- analisando a função inerente às ofertas de estágio/emprego;
- procedendo *gratuitamente* ao envio de **Curricula Vitae** de candidatos a estágio/emprego a entidades que o solicitem;
- divulgando ofertas de estágio/emprego e oportunidades de formação profissional junto da comunidade FEP;
- proporcionando apresentações de empresas nas instalações da FEP.

b) junto dos **estudantes finalistas e licenciados da FEP**, através da modalidade de intervenção individual e/ou em grupo (**Formação para a Integração Profissional**), abordando os seguintes temas:

- formas activas de aceder ao mercado de trabalho;
- construção do *Curriculum Vitae*;
- elaboração de cartas de apresentação e de candidatura espontânea;
- instrumentos de avaliação psicológica
- relacionamento interpessoal/comunicação
- entrevista de recrutamento individual e colectiva;
- novos desafios e dilemas profissionais;
- projecto de vida e carreira profissional

Os estudantes finalistas e recém-licenciados têm também a oportunidade de se inscrever na **Bolsa de Candidatos a Emprego**, disponibilizando o seu *Curriculum Vitae* (em papel e em suporte informático) para ser enviado às entidades empregadoras que procuram a FEP para fins de recrutamento.

## Dados Descritivos

Actividades/2000	Nº. de Participantes	
Tutoria de Pares	16 tutores	40 tutorandos
Grupos de Desenvolvimento Pessoal e Social	20	
Consulta Psicológica Individual	20	
Formação para a Integração Profissional	176	

Bolsa de Candidatos a Emprego/2000	Nº.
<b>Candidatos Inscritos</b>	540
<b>Entidades Empregadoras Clientes</b>	250
<b>Apresentações de Empresas na FEP</b>	19

Resumidamente, no ano de 2000 realizou-se um total de 260 horas de consulta (o ano 2000 foi o primeiro ano em que funcionou a modalidade de consulta psicológica individual), sendo de 20 o número total de pedidos. O número médio de sessões por utente foi de 12.

## Queixas/pedidos mais comuns dos utentes

- dificuldades de integração no contexto universitário
- dificuldades de relacionamento interpessoal (com pares e ao nível do relacionamento amoroso)
- perturbações da ansiedade
- perturbações do humor (especialmente a depressão)
- perturbações alimentares (anorexia e bulimia)
- (re)orientação vocacional
- insucesso académico

## **Necessidades Sentidas**

Embora a Secção de Integração Académica e Profissional tenha um percurso de vida muito curto, principalmente ao nível da Adaptação/Integração dos Novos Estudantes e ao nível do Bem-estar e Desenvolvimento Psicossocial dos Estudantes ao Longo da sua Vivência na FEP, a procura por parte dos alunos dos respectivos serviços tem sido crescente. Nesse sentido, é imprescindível a recorrência a estagiários de Psicologia, uma vez que a Faculdade de Economia do Porto não tem prevista, num futuro próximo, a contratação de mais profissionais de Psicologia. Embora os estagiários de Psicologia tenham vindo a contribuir de um modo excelente para dar resposta a grande parte dos pedidos de intervenção, inevitavelmente, o seu trabalho é pautado por falta de continuidade (cada ano lectivo entram novos estagiários ao serviço) reflectindo-se no desenvolvimento das actividades implementadas. Esta parece-nos ser a principal necessidade – o aumento de recursos humanos por forma a aumentar a capacidade de resposta da Secção de Integração Académica e Profissional e, simultaneamente, a manter a respectiva qualidade desejada.

### **3. 4. Gabinete de Integração Escolar e de Apoio Social da Reitoria da Universidade do Porto**

O Gabinete de Integração Escolar e de Apoio Social (GIEAS), que constitui uma Divisão da Reitoria e Serviços Centrais da Universidade do Porto, exerce as suas atribuições nos domínios das regalias sociais do pessoal e dos alunos, sem sobreposição com as competências dos Serviços de Acção Social da Universidade do Porto (SASUP).

Seguindo uma linha interdisciplinar visa, no essencial, a melhoria das condições de estudo para o sucesso escolar dos estudantes universitários, criando condições para o seu desenvolvimento global e a sua integração social.

O **Gabinete de Integração Escolar e de Apoio Social** funciona no edifício da Reitoria da UP, Rua D. Manuel II, 4050-345 PORTO; Telef: 22 6073500 e 22 6076120 (gerais) ou 22 6073543 (recepção); Fax: 22 6098736; E-mail: [gias@reit.up.pt](mailto:gias@reit.up.pt); Site: [www.up.pt](http://www.up.pt); sendo constituído pelas secções a seguir indicadas:

#### **Atendimento Universitário**

- Recepção e informação aos alunos, documentação e publicações; apoio ao Pró-Reitor para a Acção Social Universitária e à Fundação Casa da Cultura de Língua Portuguesa; coordenação do serviço de assistência médica aos funcionários.

#### **Atendimento Psico-social**

- Secção de Apoio Social: Acolhimento e acompanhamento para a integração sócio-escolar dos alunos da UP; apoio social supletivo, nomeadamente, aos alunos provenientes dos países de expressão oficial portuguesa; apoio social específico aos alunos com deficiência; investigação; outras acções nos domínios da interligação com outros Serviços/Instituições, da informação aos alunos e da sua inserção profissional.

#### **- Secção de Consulta Psicológica**

Visa tratamento no campo da saúde mental, da orientação pedagógica e escolar (adaptação social, escolar, métodos de estudo e sucesso escolar) e a ajuda na transição para o mundo do trabalho.

Além de acompanhamento individual, dá-se encaminhamento e pede-se colaboração de outras instituições no sentido de prestar apoio a alunos com necessidades educativas especiais e acompanhamento em situações de doença e internamento, que determinam, nalguns casos, um contacto próximo e regular com os respectivos agregados familiares.

Participa-se também em trabalhos de investigação no âmbito da problemática inerente à transição / adaptação e realização académica no Ensino Superior em Portugal e faz-se a orientação, acompanhamento e avaliação de quatro estágios inseridos no Programa de Estágios Profissionais promovido pelo Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) e que possibilita a jovens com qualificação de nível superior e à procura de primeiro emprego (no caso, 4 Psicólogas) um estágio em contexto real de trabalho pelo período de doze meses.

Em face da natureza específica do Gabinete, a secção de Consulta Psicológica presta ainda apoio técnico a acções e programas no domínio da cooperação inter-universitária e da promoção da cultura lusófona, apoiando, nomeadamente a realização de trabalhos de investigação realizados por alunos dos PALOP no âmbito da sua integração e adaptação ao Ensino Superior português.

São potenciais utentes desta Consulta mais de 25 mil alunos, 2000 docentes e 1200 funcionários técnicos e administrativos.

Esta consulta é assegurada por uma Psicóloga (Dra. Adelaide Oliva Teles ([atelles@reit.up.pt](mailto:atelles@reit.up.pt))) que exerce funções a tempo inteiro (35 horas semanais), com vínculo de nomeação definitiva ao quadro de Pessoal da Reitoria e Serviços Centrais da Reitoria da Universidade do Porto, e com a categoria de Técnico Superior Principal.

Tendo em permanência um secretariado de apoio ao serviço, funciona em horário normal de atendimento das 09 às 12,30 e das 14 às 17,30 horas, desde o ano de 1987.

Obedece ao regime de marcação prévia de consulta, que também é extensiva a funcionários e seus familiares, sendo feito o acompanhamento individual de situações problema.

Durante o ano lectivo de 1999/2000 foram atendidos 259 casos individuais que podem ser agrupados de acordo com três tipos de pedidos mais frequentemente efectuados pelos alunos:

- ◆ 215 pedidos de consulta psicológica, dos quais 68 foram alunos do 1º ano do Ensino Superior;
- ◆ 40 pedidos de orientação pedagógica e escolar (10 casos de alunos do 1º ano);
- ◆ 4 pedidos de apoio efectuados por alunos portadores de deficiência física.

Na sequência destes pedidos foram efectuadas quinhentas e duas consultas.

Durante o ano lectivo de 2000/2001 foram atendidos 258 casos individuais:

- ◆ 216 pedidos de consulta psicológica (42 alunos do 1º ano);
- ◆ 38 pedidos de orientação pedagógica e escolar (10 alunos do 1º ano);
- ◆ 4 pedidos de apoio efectuados por alunos portadores de deficiência física.

Na sequência destes pedidos foram efectuadas quatrocentas e vinte e três consultas.

A experiência colhida no desenvolvimento deste trabalho levou à implementação de novas medidas e serviços dirigidos, através de programas de apoio e estratégias de intervenção.

Nesta perspectiva, realça-se a criação de um novo serviço de ajuda na área do apoio psicológico: **Linha SOS – Universidade do Porto:**

Esta Linha é um serviço de atendimento telefónico, que está em funcionamento desde o dia 3 de Dezembro, em horário nocturno (20.00 h - 01.00 h), dirigindo-se à comunidade universitária do Porto (alunos, docentes e funcionários).

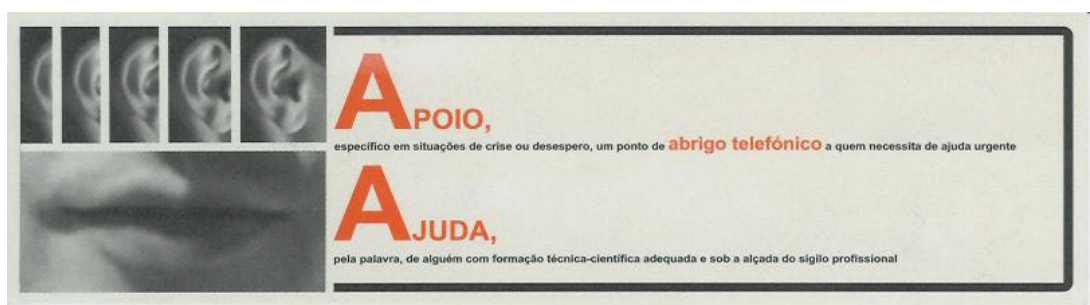
Esta linha constitui mais um pólo de actividades de apoio específico a situações de crise ou desespero, um ponto de abrigo telefónico a quem necessita de ajuda urgente, no sentido da melhoria da qualidade de vida. Serve ainda para informar acerca de situações relacionadas com a vida académica, nomeadamente apoio social, insucesso escolar e de saúde em geral.

Este serviço funciona também como um veículo útil para detectar e conhecer necessidades de indivíduos, grupos e comunidades da Universidade do Porto e suas problemáticas.

A linha funciona através de um número verde ( 800 22 00 77 ), grátis para o utilizador, sob alçada do sigilo profissional.

Esta linha tem um âmbito de estrita coordenação e orientação do Gabinete de Integração Escolar e de Apoio Social da Reitoria da Universidade do Porto. O serviço é assegurado por quatro técnicas (Alexandra Macedo, Fernanda Mendes, Joana Dias, Sílvia João), licenciadas em Psicologia, que se encontram a realizar estágios profissionais, sob a supervisão da Dr.ª Adelaide Oliva Teles e do Dr. Sotero Martins.

A comunidade universitária do Porto tem revelado uma boa aceitação deste serviço, facto que permite identificar algumas problemáticas recorrentes nesta população, entre as quais dificuldades de integração no meio universitário, problemas ao nível da adaptação ao sistema de ensino relacionados com dificuldades inerentes ao método de estudo, problemas familiares e dificuldades no âmbito das relações interpessoais.



**LINHA SOS UNIVERSIDADE DO PORTO** Gabinete de Integração Escolar e de Apoio Social da UP



800 22 00 77



20h - 01h



gratuito

design joana calheta

### **3.5. Serviço de Psicoterapia e de Orientação Vocacional da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto**

O Serviço de Psicoterapia e de Orientação Vocacional, existente desde 1985, está integrado no Instituto de Consulta Psicológica, Formação e Desenvolvimento, assume essencialmente duas valências, a orientação vocacional e a psicoterapia. Tem como principal objectivo desenvolver actividades de prestação de serviços de consulta psicológica, gratuita, à comunidade. Contribui, ainda, para a sistematização das práticas de consulta psicológica para a formação de alunos ao nível da licenciatura e alunos de pós-graduação.

O serviço é assegurado por uma Técnica Superior com vínculo ao quadro da faculdade, com dependência do Conselho Directivo e da Docente Responsável pelo Instituto acima referido, o seu trabalho é supervisionado pelos docentes através de reuniões periódicas e de formação especializada (mestrado, cursos de pós-graduação). O serviço é ainda assegurado por docentes e excepcionalmente por licenciados no decurso do estágio de profissionalização. O trabalho de secretariado é realizado por uma Técnica Profissional Especialista Principal do quadro da faculdade.

Os principais alvos de intervenção são populações do meio estudantil secundário e universitário. O leque de idades é alargado desde os 13 e os 65 anos, sendo predominantemente jovens e adultos.

As problemáticas mais frequentes prendem-se com dificuldades no relacionamento interpessoal (divórcio, conflitos relacionais, perdas, lutos) relacionamento com instituições de formação e de emprego (realização escolar e profissional) e relacionamento consigo próprio (construção da identidade, aquisição da autonomia). Dentro dos quadros da psicopatologia são as perturbações da ansiedade e as perturbações do humor as mais relevantes.

Assim, no ano de 2000 foram solicitados 84 novos casos no âmbito da psicoterapia e 116 casos novos com pedido específico de orientação vocacional. Estes pedidos conduziram conjuntamente a um total de 1020 consultas individuais, com uma média aproximada de 5 sessões por indivíduo.

Neste âmbito foi publicado um artigo de reflexão sobre a supervisão:

Matos, P. M., & Costa M. E. (1993). Supervisão em Psicoterapia e aconselhamento psicológico: Uma experiência em contexto universitário. *Cadernos de Consulta psicológica*, 9, 19-28.



### **3.6. Serviço de Acompanhamento Psicológico e Profissional - SAPP - da Escola Superior de Biotecnologia**

O SAPP iniciou a sua actividade há 4 anos, no ano lectivo de 1997/ 1998 com um técnico a meio tempo e um estagiário. Este serviço sempre foi mais vocacionado para as saídas profissionais do que para o acompanhamento psicológico (consulta psicológica). No entanto, novas valências foram acrescentadas ao serviço e neste momento contamos com uma equipa técnica de 3 Psicólogos e uma licenciada em Relações Públicas. Todos os técnicos trabalham a tempo integral, sendo que uma delas pertence aos quadros da instituição, duas têm contrato e uma é prestadora de serviços. Este serviço reporta directamente à direcção da ESBUCP. Não existe secretariado de apoio ao serviço, apesar de haver secretariado de apoio à direcção, que também dá apoio a este serviço. Em algumas actividades recrutamos alunos da Instituição como tarefeiros, nomeadamente para o envio de *mailings*, actualização de base de dados, etc.

Actualmente está a funcionar um estágio da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, sob orientação do nosso Serviço e com supervisão na própria faculdade. Na medida em que este serviço não se centra muito em actividades de Consulta Psicológica, realiza poucas reuniões de discussão de casos.

Este serviço está aberto a toda a comunidade académica: docentes, alunos e funcionários não docentes, assim como está aberto à comunidade circundante, uma vez que atendemos gratuitamente pessoas que não sejam utentes deste estabelecimento de ensino, quer ao nível da Consulta, quer ao nível da orientação vocacional.

O SAPP serve um leque vasto de níveis de ensino, uma vez que está ligado a duas instituições: Escola Superior de Biotecnologia e Associação para a Escola Superior de Biotecnologia e, deste modo a nossa população divide-se da seguinte forma: 730 alunos das licenciaturas (Nível 5); 200 alunos da Escola de Tecnologia e Gestão Industrial (nível 3 e 4) e, 151 alunos da Aprendizagem em Alternância (nível 3). A diversidade de população que servimos faz com que este serviço tenha particularidades próprias e diferenciadas dos outros serviços deste género nas Instituições de Ensino Superior.

No entanto, ao longo deste ano está prevista uma reorganização do serviço, para potenciar as suas valências, ao nível do acompanhamento junto dos seus utentes, pelo que se poderão operar mudanças em várias situações aqui descritas.

Os atendimentos mais frequentes que se fazem prendem-se essencialmente com situações pontuais ao nível do relacionamento interpessoal e integração na comunidade escolar; situações de insucesso académico e consultoria com pais.

## Valências do SAPP

**Aconselhamento e Orientação Vocacional** - Estão permanentemente em aberto sessões para alunos que pretendam reunir informações mais detalhadas acerca dos cursos ministrados neste estabelecimento de ensino. Orientação Vocacional a alunos de 9º ano de escolas da área circundante à escola.

**Integração de Novos Alunos na ESB** - Os novos alunos podem recorrer a este Gabinete tendo em vista obter apoio na adaptação à Universidade através de grupos de desenvolvimento e de discussão.

**Bolsas de Estudo** - Qualquer aluno que encontre dificuldade no pagamento das propinas pode candidatar-se às Bolsas de Estudo financiadas pelo Ministério da Educação ou pela Universidade Católica. Para tal deverá dirigir-se a este Gabinete que fornecerá toda a informação e acompanhamento na candidatura à Bolsa pretendida.

**Promoção do Sucesso Académico** - Esta promoção é feita sobretudo através da organização de Workshops sobre competências de estudo, com especial incidência nas formas de lidar com a ansiedade relativa a exames, medo de falhar, gestão do tempo e formas de melhorar o rendimento académico.

**Consulta Psicológica Individual e Orientação Vocacional e Profissional** - Estas consultas têm como objectivo principal apoiar os alunos na resolução de dificuldades pessoais.

**Integração no Mercado de Trabalho** - No âmbito desta actividade dá-se especial ênfase ao desenvolvimento de competências de empregabilidade, sendo dado apoio aos finalistas na elaboração de *curriculum vitae*, preparação para entrevistas, etc...

É dada ainda ênfase à divulgação de oportunidades de emprego e estágios profissionalizantes resultantes da cooperação da universidade com empresas, bem como de oportunidades de formação.

Observatório de empregabilidade.

**Imagem e divulgação** - Divulgação dos cursos nas escolas da Região do Grande Porto.

### **3.7. Centro de Estudos e Intervenção Psicológica da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra**

O CEIP surgiu em Outubro de 1998 a partir de um protocolo estabelecido entre a Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação (F.P.C.E.) da Universidade de Coimbra, a Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra (F.C.T.U.C.) e o Instituto de Emprego e Formação Profissional (I.E.F.P.) da região de Coimbra. O centro funciona como uma estrutura de apoio aos estudantes dos vários níveis (licenciatura, mestrado, doutoramento) da F.C.T.U.C., estando igualmente disponíveis os seus serviços aos funcionários e corpo docente desta faculdade. O centro depende institucionalmente do Conselho Directivo da F.C.T.U.C. por quem é financiado.

#### **Objectivos**

Este centro tem como principal objectivo prestar apoio psicológico, psicopedagógico e psicossocial aos alunos da F.C.T.U.C., promovendo desta forma o seu bem estar, facilitando o seu desenvolvimento pessoal e a concretização do seu projecto de vida.

Este centro foi concebido com três áreas de intervenção específicas, área de Psicologia Clínica, área de Psicologia de Orientação Escolar e Profissional e área de Psicologia do Trabalho e Organizações, de forma a prestar apoio especializado aos estudantes durante as diversas fases do seu percurso académico.

No âmbito destas áreas é desenvolvido trabalho a nível individual através do aconselhamento, orientação escolar e profissional e psicoterapia a alunos, desenvolvendo-se igualmente trabalho com grupos através de acções de formação.

#### **Recursos Humanos**

A equipa do Ceip começou por ser constituída exclusivamente por técnicos contratados ao abrigo dos estágios profissionais de acordo com o protocolo estabelecido com o Instituto de Emprego e Formação Profissional supervisionados por uma equipa de Professores da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

Esta equipa tem sofrido inúmeras alterações acolhendo de forma regular técnicos em formação profissional que desempenham as suas funções durante nove meses. Em consequência gera-se uma situação de instabilidade que tem vindo a comprometer a implementação de programas de intervenção a médio e longo prazo, levantando igualmente problemas na continuidade do trabalho desenvolvido com os alunos.

**Actualmente o centro conta com a seguinte equipa:**

**Dra. Ana Carvalhal de Melo:** psicóloga, presta 18 horas semanais de serviço; encontra-se a desempenhar as funções de coordenação do serviço bem como o atendimento aos alunos. Contratada pela FCTUC através do recurso à figura jurídica dos *Contratos de Avença*.

**Dra. Maria Odília Abreu:** psicóloga, a realizar estágio profissional presta 35 horas semanais de serviço. Contratada ao abrigo dos estágios profissionais do IEFP.

## Actividades

O número total de alunos atendidos por este gabinete foi de 242, sendo que, 133 fizeram pedido de atendimento individual e os restantes participaram nas diferentes sessões de formação promovidas pelo Centro ao longo do ano lectivo. Este número corresponde a 2,66% da população estudantil da F.C.T.U.C. (9.093 alunos inscritos no ano de 1999/2000 considerando licenciaturas, pós-graduações, mestrados e doutoramentos).

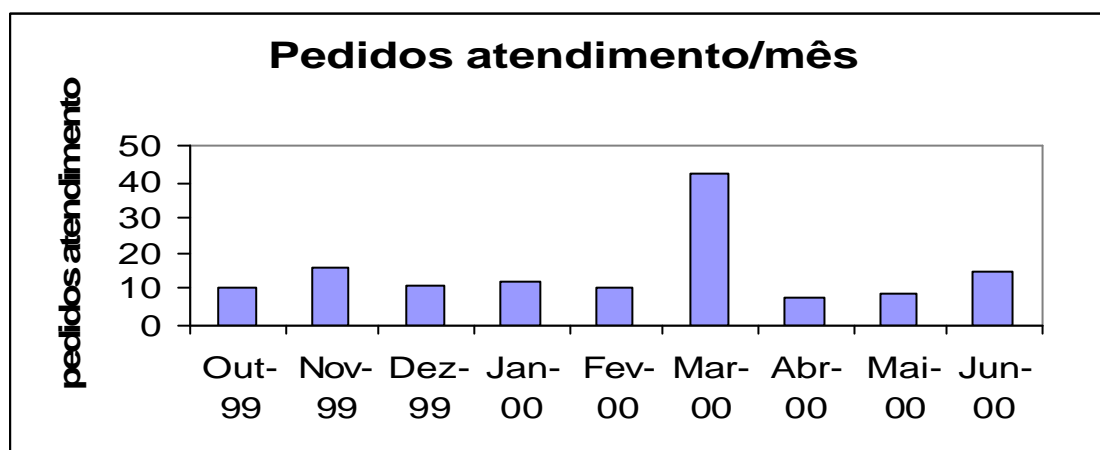


Gráfico 1 – Número de pedidos de atendimento por mês

Dado que os alunos de licenciatura foram os únicos que neste ano recorreram aos serviços do CEIP podemos considerar um **rácio** de **3,175%** (número de pedidos/alunos inscritos em licenciatura).

Antes dos alunos serem encaminhados para qualquer uma das áreas de atendimento específico são acolhidos e triados num primeiro atendimento realizado com o objectivo de prestar informações gerais sobre os serviços disponibilizados pelo CEIP. Quando o pedido não pode ser satisfeito por este gabinete por falta de capacidade de resposta, ou porque os alunos não satisfazem as condições necessárias ao atendimento pelo gabinete, são esclarecidos e enviados para uma instituição ou serviço que possa responder ao seu pedido. Nestes casos encontram-se os alunos que procuram bolsa de estágio ou emprego, aqueles que são diagnosticados com perturbações com indicação para tratamento psiquiátrico, e os alunos que não pertencem à F.C.T.U.C. (licenciatura ou cursos superiores de pós-graduação, mestrado ou doutoramento).

### Número de sessões por área

Ao considerar este número temos de ter em conta que o número de sessões varia mediante a área para a qual o aluno foi encaminhado. Assim, verifica-se que o maior número de sessões se realizou na área de Psicologia Clínica, em que não foi possível dar resposta às necessidades.

#### *Área de Psicologia Clínica*

Alunos acompanhados	28
Número de sessões	368
Média de sessões por aluno	13,14

#### *Área de Psicologia de Orientação Escolar e Profissional*

Alunos acompanhados	49
Número de sessões	129
Média de sessões por aluno	2,63

#### *Área de Psicologia do Trabalho e Organizações*

Alunos acompanhados	36
Número de sessões	36
Média de sessões por aluno	1

Apesar do número de solicitações na área de Psicologia Clínica ser bastante elevado, não podemos deixar de recordar que o técnico em funções nesta valência apenas se encontra a prestar serviço a meio-tempo. Prova de que existe necessidade de alargar a resposta a este nível é o facto de existir uma lista de espera no fim do ano lectivo de 1999/2000, que confirmaram o seu interesse em ser seguidas pelo serviço, quando contactadas no início do ano lectivo de 2000/2001.

## **Prevenção primária**

A nível de prevenção primária foram desenvolvidas várias actividades, nomeadamente a **colaboração com os Núcleos de Estudantes em sessões de acolhimento aos novos alunos**. Demonstramos também disponibilidade para **participar em debates** sobre os problemas sentidos por grupos de alunos, ou sobre alguma problemática em específico onde a contribuição de um técnico especializado se justificasse (prevenção do suicídio, problemas alimentares, gestão do stress, técnicas de comunicação). Foram realizadas **Sessões de Formação em Métodos de Estudo, Ansiedade aos Exames, Primeiro Emprego e Técnicas de Procura de Emprego**.

## **Actividade clínica**

No que se refere às actividades clínicas desenvolvidas no **Ceip** a equipa exerce funções tendo em conta o espírito da **portaria N°171/96 de 22 de Maio, publicada no Diário da República -I Série, N° 119, que regulamenta a actividade de Psicologia Clínica**, e obedece às seguintes especificações:

1. Implementar programas de acção específicos – técnicas de observação, de entrevista, de psicodiagnóstico, psicoterapia individual ou de grupo, projectos de investigação científica;
2. Identificar, prevenir e tratar problemas psicológicos nos indivíduos e nos grupos;
3. Avaliação psicodiagnóstica de indivíduos e de grupos;
4. Intervenção psicoterapêutica individual, conjugal, familiar e de grupo;
5. Avaliar a qualidade e eficácia das intervenções adoptadas.
6. Colaborar no desenvolvimento de metodologias de investigação na área da saúde e no aperfeiçoamento e criação de novos instrumentos de avaliação.

A actividade clínica desenvolvida por este serviço é feita a vários níveis, e tem como objectivos o **acolhimento e suporte a alunos em situação de crise**, a **orientação e aconselhamento nos processos de pedido de mudança de curso**, e o **acompanhamento de processos terapêuticos em casos de perturbações diagnosticadas**.

Entre os motivos de pedido de acompanhamento pelos alunos distinguem-se vários, dos quais se destacam:

- Insucesso escolar/ falta de aproveitamento – 32% dos pedidos
- Dificuldades de comunicação /dificuldades de relacionamento – 21% dos pedidos
- Tristeza e instabilidade – 11% dos pedidos
- Distúrbios já diagnosticados – 11% dos pedidos

## **Actividade de supervisão**

As actividades de supervisão advêm do facto deste centro funcionar como um local de estágio profissionalizante. A supervisão inclui uma reunião semanal onde se procede à distribuição de novos casos, discussão dos casos que se encontram em seguimento e elaboração de projectos.

## **Outras actividades**

### **1. Colaboração com os Núcleos de Estudantes.**

Através da participação nas sessões de acolhimento aos novos alunos e da organização de sessões de debate sobre as problemáticas mais frequentes nos jovens universitários.

### **2. Colaboração com os Órgãos de Gestão da Faculdade**

Através da participação nas actividades desenvolvidas pelos respectivos órgãos nomeadamente pelo Conselho Pedagógico e Conselho Directivo.

### **3. Colaboração com a Unidade de Inserção na Vida Activa (UNIVA/FCTUC)**

Encaminhamento dos alunos finalistas, e a realização de acções de formação para os alunos inscritos na bolsa de emprego sobre Técnicas de Procura de Emprego e Competências Profissionais.

### **4. Colaboração com o Gabinete de Relações com o Exterior (GREXTE)**

Na divulgação dos cursos e serviços da faculdade.

### **5. Elaboração de material informativo**

Elaboração e distribuição de folhetos sobre as problemáticas mais frequentes nesta população. (Ansiedade aos Exames, Prevenção do Suicídio, Distúrbios Alimentares, Gestão do Tempo, Técnicas de Gestão de *Stress*). Este material tem função informativa, bem como preventiva no aparecimento e desenvolvimento destas situações que comprometem o desempenho académico e a qualidade de vida dos alunos da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra

## **6. Projecto de Acompanhamento aos Alunos pelos professores**

Este projecto visa estreitar o relacionamento professor/aluno, de forma a facilitar a integração dos novos alunos que ingressam numa determinada licenciatura da FCTUC, bem como orientar e esclarecer os alunos que durante a frequência da licenciatura se encontram perante uma fase de transição ou processo de decisão. Este projecto desenvolve-se tendo por base a colaboração de um Professor de cada departamento da Faculdade de Ciências e Tecnologia, que se disponibilizou para esta tarefa de acompanhar os alunos da sua licenciatura e sem os quais este projecto não se poderia realizar.

## **7. Participação em Reuniões e Encontros Científicos relacionados com a Intervenção no Ensino Superior**

Todas as informações que constam deste documento estão disponíveis nos relatórios de actividade elaborados anualmente pelo Centro de Estudos e Intervenção Psicológica da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra.



### **3.8. Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico dos Serviços de Acção Social da Universidade de Coimbra**



**Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico dos  
Serviços de Acção Social da Universidade de Coimbra**

#### **Inserção institucional do serviço**

O Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico dos Serviços de Acção Social da Universidade de Coimbra, GAP-SASUC, foi criado por estes serviços no ano de 1999, para intervir ao nível da promoção do sucesso escolar. Esta preocupação tornou-se mais evidente quando o Ministério da Educação alertou as universidades para a realidade actual, através do Despacho nº6659/99 de 5/4/99. Este Gabinete insere-se nos objectivos dos Serviços de Acção Social, especificamente com os Serviços Médico-Sociais, tendo por linhas orientadoras a portaria 171/96, de 22 de Maio.

Morada: Rua Venâncio Rodrigues, nº2

Telefone: 239 851720

E-mail: [gapsasuc@mail.telepac.pt](mailto:gapsasuc@mail.telepac.pt)

Site: <http://sapp.telepac.pt/sasuc>

## **Objectivos**

São objectivos do GAP -SASUC:

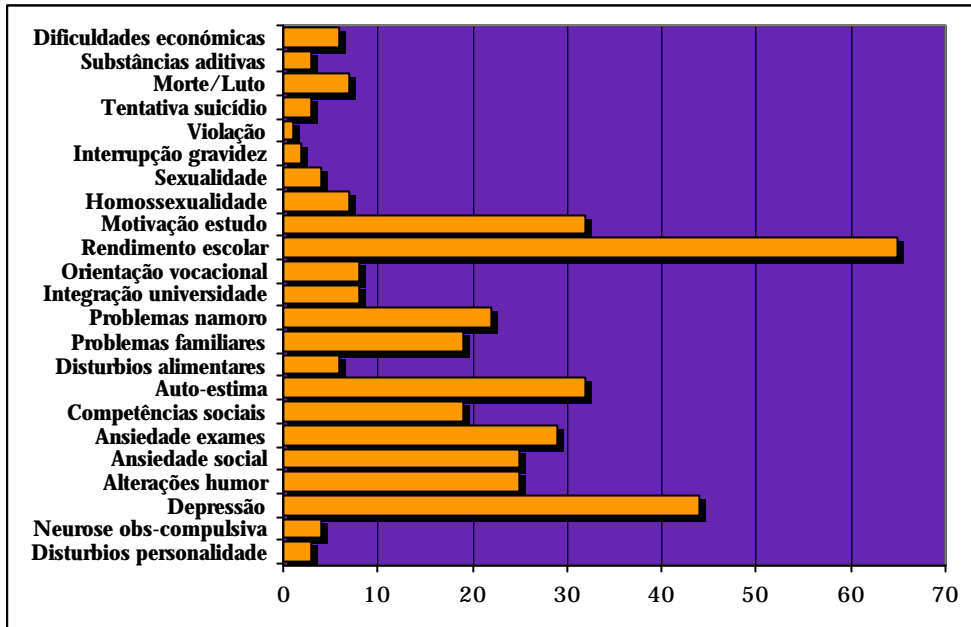
- Contribuir para o bem estar do aluno tendo em vista a promoção de estilos de vida saudável;
- Identificar, prevenir e tratar problemas psicológicos nos indivíduos e grupos;
- Implementar programas de acção específicos;
- Proporcionar um espaço de atendimento personalizado e de relação de ajuda a todos os alunos da Universidade de Coimbra;
- Criar um espaço de apoio psicopedagógico direccionado para os estudantes bolseiros e alojados dos SASUC;
- Promover e realizar acções de formação activadoras do desenvolvimento pessoal;
- Apoiar os alunos bolseiros e residentes que solicitam apoio de natureza social;
- Desenvolver investigação nas áreas da saúde e psicopedagógica;
- Avaliar a capacidade e eficácia das intervenções adoptadas.

## **Valências do Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico**

### **Consulta de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico nos Serviços Médico-Universitários**

A consulta, a funcionar desde 2000, é aberta a todos os alunos, funcionários da Universidade de Coimbra e familiares e realiza-se no edifício dos Serviços Médico-Universitários na Rua Venâncio Rodrigues, nº2 - Coimbra. Os utentes podem fazer directamente a marcação de consulta, ou são triados pela valência de Serviço Social, que sugere ao aluno este apoio, de acordo com as dificuldades sentidas.

### Consulta de Psicologia - Tipologia de problemas



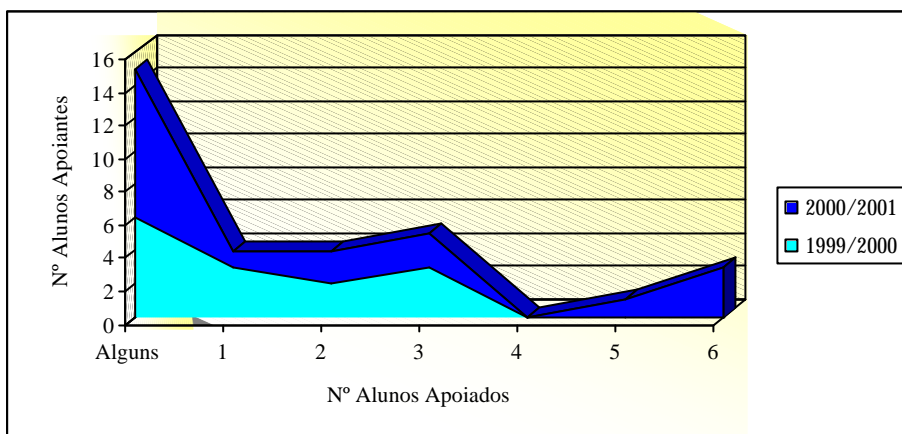
Em relação às consultas de natureza médica e psiquiátrica remete-se para a leitura dos relatórios globais dos SASUC.

#### Apoio de Alunos por Alunos (*Peer Counselling*)

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 "Projecto de apoio de Alunos por Alunos " desenvolve-se com um modelo de formação próprio, o qual é composto por formação básica, formação contínua, supervisão individual, supervisão em grupo, encontros e actividades de lazer em grupo (trimestral) e avaliação (semestral). São objectivos de todo este processo de formação, desenvolver o auto-conceito e as competências sociais; saber lidar com as estratégias de *coping* adequadas; aprender técnicas de controlo do stress; conhecer técnicas básicas de aconselhamento e identificar e compreender os principais problemas dos estudantes.

A experiência realizada tem-se revelado eficaz na dupla vertente do apoio dado e do apoio recebido entre colegas. O número de alunos envolvido tem vindo a crescer ao longo dos anos, como se pode confirmar pelo gráfico seguinte:



Confirmamos assim a ideia orientadora do Projecto, que se baseia no sistema de *Peer Counselling*, na medida em que a aprendizagem de “ajudar” o outro a lidar com o *stress* e com os problemas tem demonstrado constituir um sistema eficaz de “inoculação” ao seu próprio *stress* da vida académica (Pereira *et. al.*, 2000, 2001).

### Serviço Social

Esta valência é composta por duas áreas principais, a saber, o Serviço de Bolsas, que procede à sua atribuição, de acordo com as condições previstas no artº 7 do Regulamento de Atribuição de Bolsas de Estudo a Estudantes do Ensino Superior e o Serviço de Alojamentos, que tem por objectivo proporcionar ao estudante universitário uma habitação condigna em residências universitárias e facilitar a sua inserção em meio estudantil.

- ❑ Acompanhamento individual dos estudantes bolseiros alojados em residências universitárias dos SASUC e bolseiros não alojados, através de entrevista, no sentido de se auscultarem necessidades materiais, problemas de saúde física e mental, dificuldades de adaptação ao meio social e académico, de estudo e insucesso escolar.
- ❑ Aconselhamento e encaminhamento de situações problemáticas
- ❑ Trabalho de grupo com os estudantes residentes por unidades residenciais, com vista à sensibilização daqueles na participação das actividades promovidas pelo GAP-SASUC.

### Investigação

O GAP tem desenvolvido um projecto de investigação, cofinanciado pela Fundação Calouste Gulbenkian (Proc.49768/2002): “Estilos de vida saudável *versus* insucesso escolar: sua etiologia, programas de acção e estratégias promotoras de qualidade” .

No âmbito da investigação, mantém parcerias científicas com universidades nacionais e estrangeiras, nomeadamente as Universidades de Aveiro, de Londres e Hull (G.B.)

## Publicações Internacionais

- Pereira, A. M. S. (2001) "Stress in academic life " no 22nd International Conference of Stress and Anxiety Research Society – (STAR) . Palma de Mallorca (Espanha). (p.11 e 192)
- Pereira, A. M. S. (2001) " Quality of life in the academic context: Contributions to the promotion of students 'health behaviours" no 10th Biennial Conference of International Study Association on Teachers and Teaching . Universidade de Algarve. Campus de Gambelas – Faro. (p.21 e 107)
- Pereira, A. M. S. , Silva e Jesus "University Students Stress"(2001). European Health Society Psychology Society e British Psychological society . Div . Health Pscyhology "Changing Behaviour: Health and Healthcare" . St Andrews (Escócia) (p134)
- Pereira, A M. S., Silva C. F. & Jesus, F.(2000) "Students'health interests and practices" . The 14th Conference of the European Health Psychology Society"- *Models of health and Illness Behaviour*. Leiden- Netherlands. (p. 128)
- Pereira, A. M. S. (2000) "Academic Life adaptation: student stress". XXX Congress of the European Association for Behavioural & Cognitive Therapies", Universidade de Granada Simpósio: Stress: Adaptation or desadaptation (p.8)
- Pereira, A.S. Pereira & Masson A M. (University of Liege, -Belgique) (2000). Miniworshop " The relationship between Perfectionism and Fear of Failure at the Beginning of University Studies" no International Congress of Cognitive Psychotherapy – Cognitive Psychotherapy Toward a New Millenium, organizado pela IACP ; (ISSCO) Department of Psychiatry, Medical School University of Catania, que teve lugar no Congress Center "Le Ceminiere" em Catania, Italy" (p. 94)
- Pereira, A.S. Pereira & Masson A M. (University of Liege, -Belgique) (2000). "Academic Failure and Cognitive Behavioural Aspects of Performance" no International Congress of Cognitive Psychotherapy – Cognitive Psychotherapy Toward a New Millenium, organizado pela IACP; (ISSCO) Department of Psychiatry, Medical School University of Catania que teve lugar no Congress Center "Le Ceminiere" em Catania, Italy" (p. 117).
- Pereira, A. M. S. & Masson, A. M. (1999) "Facteurs Cognitifs et Comportementaux et situations d'évaluation en début de cursus universitaire: stabilité ou variabilité transculturelle, une étude Nord-Sud", trabalho inserido no *Simpósium 1: Stress, adaptation, changement* – Nas 27émes Journées Scientifiques de Thérapie Comportamentale et Cognitive organizado pela Association Française de Thérapie Comportamentale Et Cognitive. Sofitel Forum Rive Gauche, Paris. (p.5)

Pereira, A.M.S. & Tavares, J. (1999). "Success versus unsuccess in university life: educator's perceptions." In *The First-Year Experience 12th International Conference University of Edimburgh , Scotland* (185-186)

## **Publicações em livros e revistas**

Pereira A.M.S. (2001) "Resiliência, personalidade, stress e estratégias de coping" Tavares J.& Yunes, M.& Szymanski, H. & Pereira A.M.S. & Ralha-Simões, H: Castro, M (2001) *Resiliência e Educação*, São Paulo. Cortez Editora, pp77 -94.

Masson, A. M. & Cadot M. & Pereira, A. M. S & Depreeuw E. & Anseau, M. (2001). Version francophone du TASTE (Test for ability to study and evaluation) "*L'Encephale*" XXVII: 527-538.

Castelo-Branco, M.C. & Pereira, A. M. S. & (2001) A imagem corporal e a actividade docente *Psiquiatria Clinica* Vol.22, nº1 pp.- 163-167.

Pereira, A M.S. & Gomes; A. A (2001) Experiências promotoras do sucesso académico: intervenção com alunos [Fases@nline](#) (Publicação electrónica)

Pereira, A. M. S. & Williams, D. I. (2001) Stress and coping in helpers on a student "nightline" service *Counselling Psychology Quartely* , Vol .14 , nº 1, pp. 43-47.

Pereira, A. M. S. & Ramos, S.(2000) Promoção dos estilos de vida saudável em contexto académico In Constança Machado (Eds) *Actas do Congresso International Interfaces da Psicologia* Vol II Évora. Universidade de Évora, 229-237.

Pereira, A. M. S. & Williams D. (2000) Ponto de encontro das ciências do comportamento no apoio psicológico ao estudante. In Constança Machado (Eds) *Actas do Congresso International Interfaces da Psicologia* Vol I. Évora. Universidade de Évora pp. 355-363

Pereira, A. M. S. (1999a) Resilência e Estratégias de *Coping* no Encontro do Terceiro Milénio, in José Tavares (Eds) *Investigar e Formar em Educação. IV Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação*. (I Vol). Aveiro: pp.373- 378

Pereira, A. M. S. (1999b) Sucesso versus Insucesso: Taxonomia das necessidades do aluno, in José Tavares, J. (Eds) *Investigar e Formar em Educação. IV Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação*. (I IVol). Aveiro. p.129- 136

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.

Pereira, A. M. S. & Tavares, J. (1999) Success versus unsuccess in university life: educator's perceptions. In *The First-Year Experience 12th International Conference* University of Edimburgh, Scotland 26-30, July *Proceedings* pp-185-186.

Pereira, A. M. S. (1998) Apoio ao estudante universitário: *Peer Counselling* (Experiência - piloto) *Psicológica*, Universidade de Coimbra. 20, 113-124

Pereira, Anabela M. S. (1997) "Stress e coping no aluno universitário" no VI Seminário *A Componente de Psicologia na Formação de Professores e Outros Agentes Educativos*. Évora, Universidade de Évora pp-219-236.

Pereira, Anabela M. S. (1997) *Helping Students Cope: Peer Counselling in Higher Education*. PhD in Psychology. Hull, Universidade de Hull, United Kingdom.

## **Relatórios de Projectos de Investigação e Desenvolvimento**

Pereira, A. M.S.; Pinto, C.; Decq Motta E.; Bernardino, O; Ataide, R. (2001) Projecto de Apoio de Alunos por Alunos – Relatório Final. Ano lectivo 2000/2001. SASUC. Universidade de Coimbra, Setembro 2001.

Pereira, A.M.S (2001) Algumas propostas para o desenvolvimento da delegação de Coimbra da Fundação Portuguesa de Cardiologia. Grupos de acção para intervir em contextos escolares : Stress e a promoção da actividade fisica; Nutrição, saúde e comportamentos alimentares. FPC, Coimbra, Julho de 2001

Pereira, A.M.S. (2001) "Para uma melhor compreensão da área de opção: Educação para a Saúde. Programa das disciplinas. FCDEF, Universidade de Coimbra, Março de 2001

Pereira, A.M.S. Participação na elaboração dos três relatórios anuais relativos ao projecto PRAXIS/PCSH/CCED "Factores de sucesso e insucesso no primeiro ano das licenciaturas em Ciências e Engenharias no Ensino Superior"

Pereira, A. M.S.; Pinto, C.; Decq Motta E.; Bernardino, O.; Ataide, R. (2000) Projecto de Apoio de Alunos por Alunos – Relatório Final. Ano lectivo 1999/2000. SASUC. Universidade de Coimbra, Setembro 2000.

Pereira, A. M.S.; Vaz, C. ; Patricio, M.; Campos M. ; Pereira, R. (1999) *Contribuição para o estudo do sucesso e insucesso na Universidade de Coimbra*. Coimbra, Universidade de Coimbra, Julho de 1999.

Pereira, A.M.S. (1995). LUA Linha da Universidade de Aveiro. Relatório Final. Aveiro. Universidade de Aveiro.

Pereira, Anabela M. S. (1993) "Recensão do livro Dryden, W.;Charles-Edwards, D., Woolfe R. *Handbook of Counselling in Britain*". London, Tavistock/ Routledge,1991 (454 pp.) in *Cadernos CIDInE, 6 - Dimensões do Desenvolvimento Humano, Aveiro*. Centro de Investigação, Difusão e Investigação Educacional. 35-36.

## **Participação em congressos e seminários**

Pereira, A. M. S., Ataíde, R., Pinto, C., Decq Motta, E., Bernardino, O., Mendes, R. (2001) "Apoio de aluno por aluno (peer support): intervenção em contexto académico promotora de sucesso". in V Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior- Tema: "Qualidade e Ensino : Contribuições da teoria, investigação e prática que teve lugar Instituto Superior de Viana do Castelo", no dia 26 de Outubro de 2001.

Pereira, Anabela M. S. (2001). " Quality of life in the academic context: Contributions to the promotion of students 'health behaviours" no 10th Biennial Conference of International Study Association on Teachers and Teaching , 21 a 25 de Setembro de 2001 na Universidade de Algarve. Campus de Gambelas – Faro. (p.21 e 107)

Pereira, Anabela M. S. & Silva e Jesus (2001) "University Students Stress" que tiveram lugar St Andrews (Escócia ) 5th –8th September organizado pela European Health Society Psychology Society e Britis Psychological society . Div . Health Psychology "Changing Behaviour: Health and Healthcare" (p134)

Pereira, Anabela M. S.(2001)."Stress in academic life " no 22nd International Conference of Stress and Anxiety Research Society – (STAR) que teve lugar em Palma de Mallorca (Espanha) de 14-21 de Julho . (p.11 e 192).

Pereira, Anabela M. S. (2001).Participou na acção de Formação Contínua "Helping by Talking" orientada pelos professores D.Williams e J. Irving do departamento de Psicologia da Universidade de Hull, organizado pelo "Projecto de apoio a aluno pelos alunos"- SASUC e , que teve lugar no Centro Cultural Dom Dinis da Universidade de Coimbra, no dia 30 de Março de 2001.

Pereira, Ataíde,Pinto,Decq Motta, Bernardino (2001) " (In)sucesso escolar: apoio a alunos por alunos nas residências universitárias" no I Seminário de Formação "Programas estudantis de apoio Sócio-Emocional", organizado em cooperação com as Universidades de Coimbra, Minho e Aveiro em 16 de Janeiro

Pereira, Anabela M. S. (2001).Participação e organização do I Seminário de Formação "Programas estudantis de apoio Sócio-Emocional" Organizado em cooperação com as Universidades de Coimbra, Minho e Aveiro. O presente seminário teve lugar nos dias 15 e 16 de Janeiro de 2001 nas Universidade de Minho, Aveiro e Coimbra e contou com a colaboração especial de Helen Cowie e Paul Naylor da University of Surrey - Roehampton Institute. Londres.



- Pinto, Motta, Bernardino. (2000) , participou nas "2.ºas Jornadas sobre Pedagogia Universitária e Sucesso Académico" que tiveram lugar na Universidade de Aveiro no dia 19 de Dezembro de 2000.
- Pereira, Anabela M. S. (2000).Coordenou a realização do II curso de Formação Básica "Apoio a alunos por alunos " De 18 e 19 de Novembro 2000, que teve lugar no Pólo II da Universidade de Coimbra.
- Pereira, Anabela M. S. (2000). *Ansiedade nos exames*. Comunicação feita no âmbito da Actividade do Núcleo de Economia e Gestão de Empresas (NEGE/AAC) da Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra no Ciclo de Conversas de café que teve lugar em 4 de Abril de 2000 na Faculdade de.Economia na Univ. de Coimbra.
- Pereira, Anabela M. S. (2000). "Factores de Sucesso e insucesso na Universidade" inserida na mesa redonda "Ansiedade aos exames , Insucesso escolar e Métodos de estudo " nas *Jornadas Alunos à Beira de um Ataque de Nervos -Da Fobia Social à Ansiedade aos Exames-* " organizado pela Consulta de Terapia Cognitivo- Comportamental dos Hospitais da Universidade de Coimbra nos dias 10 e 11 de Abril de 2000
- Pereira, Anabela M. S. (1999).Coordenou e organizou o Curso de Formação Básica para os estudantes participantes no projecto " Apoio a Alunos para Alunos" que se realizou nos dias 18 e 19 de Dezembro de 1999 no Pólo II da Universidade de Coimbra.
- Apresentou em co-autoria com José Tavares o trabalho "Success versus unsuccess in university life: educator's perceptions." In *The First-Year Experience 12th International Conference University of Edinburgh , Scotland 26-30,July, 1999*
- Pereira, Anabela M. S. & André-Massom (1999). "Evaluation par l'E.M.P. du comportement perfectionniste d'étudiants belges et portugais" no *French Association (AEMTC-AFFORTHECC)* que teve lugar de 27 a 29 de Maio de 1999, em Lyon , France .
- Pereira, Anabela M. S. (1999). "Intervenção Psicológica no Ensino Superior : O papel dos alunos" no Seminário *Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior* que teve lugar a 21 de Maio de 1999, no Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho.
- Pereira, Anabela M. S. & Williams (1999). "Ponto de encontro das ciências do comportamento no apoio psicológico ao estudante universitário" . *Congresso Internacional Interfaces da Psicologia*, organizado pelo Departamento de Pedagogia e Educação da Universidade de Évora e pelo Departamento de Psicologia e Sociologia de la Educacion da Universidade da Extremadura, que teve lugar na Universidade de Évora de 4 a 6 de Março de 1999.
- Pereira, Anabela M. S. & Ramos, S. (1999). "A promoção de estilos de vida saudável no estudante universitário". *Congresso Internacional Interfaces da Psicologia*, organizado pelo Departamento de Pedagogia e Educação da Universidade de Évora e pelo

Departamento de Psicologia e Sociologia de la Educacion da Universidade da Extremadura, que teve lugar na Universidade de Évora de 4 a 6 de Março de 1999.

Pereira, Anabela M. S. & Tavares, J. (1999).o *Research Briefing* "How successful are first-year students of Science and Engineering? In *The First-Year Experience 18th Annual National Conference* que teve lugar na South Carolina University (USA), de 19 a 23 de Fevereiro de 1999

Pereira, Anabela M. S. (1998). *28th Congress of EABCT- European Association for Behavioural & Cognitive Therapies*, University College, Cork, Ireland. 8th-12th September 1998, com o trabalho "*Support Needs of Students: How Best to Cope*"

Pereira, Anabela M. S. (1998).Participou na Conferencia de *European Council for Student Affairs* (ECSTA ) que teve lugar em Leuven, Belgica de 26 a 28 de Agosto de 1998.

Pereira, Anabela M. S. (1998). VIII Encontro da AULP (Associação das Universidades Língua Portuguesa que se realizou em Macau em Abril de 1998, onde proferiu a conferência "Towards the millennium: educational challenges and well-being for the future" para os destinatários da Faculdade de Educação e Centro de Educação Contínua e Programas especiais da Universidade de Macau.

Pereira, Anabela M. S. (1997). "Resiliência, *Coping* e *Stress*" nas *2as Jornadas Psicopedagógicas de Gaia*, realizadas no Colégio Internato dos Carvalhos em 28 e 29 de Novembro de 1997.

Pereira, Anabela M. S.& Williams, D. I. (1997). "Um modelo de Supervisão em Aconselhamento Psicológico", nas *Actas do 1º Congresso Nacional de Supervisão na Formação. Contributos Inovadores*, que se realizou de 18 a 20 de Setembro de 1997 na Aveiro Universidade de Aveiro.

Pereira, Anabela M. S. & Lima, M. P. "Apoio a estudantes por estudantes : Peer Counselling", no *I Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior*, organizado por APPORT e IST, no Centro de Congressos do Instituto Superior Técnico - Lisboa, a 8 de Fevereiro de 1997.

Pereira, Anabela M. S., Tavares, J. (1996). "Personal development and Research in Higher Education " no *ECER 96 (European Conference on Educational Research)* que se realizou em Sevilha, Espanha, de 25 a 26 de Setembro de 1996.

Pereira, Anabela M. S. & Manousos, R. (1996). "Job satisfaction among volunteers providing student support service" organizado por *POP (Postgraduate Occupational Psychology ) Conference da BPS* realizado na Universidade de Hull em U.K. de 11 a 12 de Setembro de 1996.

Pereira, Anabela M. S. (1996). "L.U.A: 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 20-22 de Março de 1996, no *First International Congress on Campus Security* na Universidade de Southampton, U.K.

Pereira, Anabela M. S., Pinto, C., Motta, E. D. & Bernardino, O. (2000) "Os Serviços de Acção Social da Universidade de Coimbra e os Estudantes Universitários, seu relacionamento através das Residências Universitárias" que teve lugar a 19 de Dezembro de 2000 nas ' 2as Jornadas sobre Pedagogia Universitária e Sucesso Académico que tiveram lugar na Universidade de Aveiro

Pereira, Anabela M. S. (2000). Colaboração para a investigação a nível da identificação dos factores promotores da Integração dos alunos dos PALOPs e de Timor, residentes nas residências universitárias ( ver relatório entregue pelas alunas do Mestrado em Ciências da Educação, área de especialização em psicologia da Educação da disciplina "Multiculturalidade e Educação " da responsabilidade da docente Anabela Pereira e que se intitulou "Adaptação /Integração dos estudantes dos PALOPs e de Timor Lorosae na Universidade de Coimbra: da Compreensão à Intervenção"

## **Recursos Humanos**

O GAP é constituído por uma equipa de técnicos com diferentes áreas de formação, alguns dos quais com contratação definitiva, uma vez que pertencem ao quadro dos SASUC e outros em contratação a tempo parcial.

A equipa de trabalho tem a seguinte constituição:

- ◆ Dr. Luzio Vaz, Jurista, administrador dos Serviços de Acção Social da Universidade de Coimbra
- ◆ Prof<sup>a</sup> Doutora Anabela Pereira, psicóloga, professora universitária, coordenadora científica do GAP.
- ◆ Prof. Doutor Augusto Medeiros, médico, responsável pelos Serviços Médico-Sociais dos SASUC.
- ◆ Mestre Rosário Ataíde, psicóloga
- ◆ Dr<sup>a</sup> Carolina Pinto, assistente social, chefe de divisão do Serviço de Alojamentos dos SASUC.
- ◆ Dr<sup>a</sup> Elisa Decq Motta, assistente social, chefe de divisão do Serviço de Bolsas dos SASUC.
- ◆ Dr<sup>a</sup> Olga Bernardino, assistente social
- ◆ Dr<sup>a</sup> Luisa Salles, psiquiatra
- ◆ Rui Mendes, em representação dos estudantes

### **3.9. Gabinete de Psicologia dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Coimbra**

#### **Inserção Institucional do Gabinete de Psicologia**

##### **a) Criação, organização e fontes de financiamento**

À semelhança do que tem vindo a acontecer em Portugal noutros estabelecimentos do ensino superior, foi criado no Instituto Politécnico de Coimbra em Julho de 1998 um *Gabinete de Psicologia*, estando inserido nos Serviços de Acção Social do referido politécnico. Depende hierarquicamente do Administrador dos Serviços de Acção Social embora tendo autonomia científica e técnica.

Quanto aos encargos com o pessoal do *Gabinete de Psicologia* estes são suportados através do orçamento de Estado. Em relação às despesas correntes são suportadas pelo orçamento privativo dos Serviços de Acção Social, uma vez que as consultas do *Gabinete de Psicologia* são totalmente gratuitas, não havendo qualquer tipo de auto-financiamento.

Em termos de pessoal existe uma psicóloga para apoiar os alunos das quatro unidades orgânicas (cerca de 8 mil) do Instituto Politécnico de Coimbra: Escola Superior Agrária, Escola Superior de Educação, Instituto Superior de Contabilidade e Administração e Instituto Superior de Engenharia. A situação contratual é em regime de prestação de serviços (recibo verde) tendo, apenas ao fim de 3 anos (a partir de Setembro de 2001), passado de 17 horas e 30 minutos para 23 horas semanais.

##### **b) Objectivos e funcionamento**

O *Gabinete de Psicologia* foi criado para fornecer apoio psicológico especializado apenas aos estudantes das diferentes escolas do Instituto Politécnico de Coimbra, sendo o principal objectivo a “promoção do desenvolvimento dos indivíduos”. Adquirir competência, lidar com as emoções, criar a sua autonomia, construir a sua identidade, estabelecer relações interpessoais mais íntimas e duradouras, definir metas e objectivos de vida e desenvolver a sua integridade, são as principais dimensões que decorrem do desenvolvimento do jovem adulto, e que têm funcionado como elementos estruturantes da intervenção do *Gabinete de Psicologia*. Este tipo de serviços existe para apoiar os jovens nestas importantes etapas, que sendo de aprendizagem implicam por vezes crises pessoais e relacionais, para as quais se justifica o apoio do psicólogo, ajudando-os a encontrar estratégias mais adequadas para lidar com estas situações e a desenvolver-se com as suas próprias experiências.

Este serviço de acompanhamento psicológico surgiu para apoiar os estudantes nas suas diversas dificuldades sociais, emocionais e académicas. No entanto, no mês de Setembro 2001 recebemos alguns pedidos de apoio também para docentes e outros funcionários do IPC, o que poderá obrigar a rever a actual situação do Gabinete de Psicologia, alargando eventualmente o apoio psicológico a toda a comunidade escolar.

O pedido de apoio pode ser feito de forma directa pelos alunos ou, indirectamente, através das Técnicas de Serviço Social. Após este contacto inicial com o *Gabinete de Psicologia* será marcada uma 1ª sessão. As sessões são individuais e têm uma duração média de 60 minutos. De acordo com os problemas e dificuldades apresentados, a pessoa será apoiada pela psicóloga durante um tempo que possibilite alcançar os objectivos desejados e acordados entre ambos. O aluno tem a garantia de que toda a informação partilhada é estritamente confidencial, funcionando o *Gabinete de Psicologia* de acordo com as normas deontológicas e éticas da Psicologia. Para casos considerados mais graves, ou que necessitem de outro tipo de apoio, nomeadamente farmacológico e/ou psiquiátrico, os alunos terão acesso a consultas nos Serviços Médico-Universitários da Universidade de Coimbra, mediante a apresentação de uma credencial passada pelo *Gabinete de Psicologia*.

### **c) Recursos Humanos**

O serviço dispõe de uma pessoa licenciada em Psicologia pela Universidade de Coimbra, no ano de 1989. Integrado na licenciatura, realizou o Estágio de *Orientação Escolar e Vocacional* tendo, posteriormente, realizado o Estágio de *Psicologia Clínica* (orientação cognitivo-comportamental). Em Junho de 1998 obteve o título de Mestre em Psicologia na área de especialização de *Clínica Cognitivo-Comportamental e Sistémica*.

A sua ligação ao Instituto Politécnico de Coimbra iniciou-se em Julho de 1998, quando surgiu no seu horizonte profissional o desafio de criar um *Gabinete de Psicologia*, a integrar nos Serviços de Acção Social do Instituto.

O serviço não dispõe de secretariado próprio.

## **Valências e Actividades desenvolvidas pelo Gabinete de Psicologia**

Actualmente, devido ao constante e crescente número de pedidos de apoio, as actividades do *Gabinete de Psicologia* têm-se resumido praticamente à área da Consulta Psicológica Individual. Em relação ao tipo de queixas apresentadas são bastante diversas passando por situações de: **Ansiedade em Situações de Avaliação; Baixo Rendimento Académico; Dificuldades de Ordem Relacional; Tristeza Profunda ou Depressões; Dificuldades de Adaptação à Vida Académica; Problemas de Ordem Vocacional; Situações de Stress/Fobias; Perturbações Alimentares e de Sono; Dificuldades no Relacionamento Afectivo.**

Embora actuando essencialmente numa vertente remediativa e de apoio em situações de crise é nosso objectivo poder desenvolver cada vez mais actividades de carácter desenvolvimental e preventivo. A recente preparação e realização de uma palestra sobre "Como lidar com o *Stress*" numa das escolas do IPC é disso prova, e neste momento estamos a programar a sua realização em todas as escolas do Instituto.

## Alguns dados estatísticos relativos ao ano 2000 e evolução do serviço

Número de pedidos de marcação: 215

Número de alunos atendidos: 147

Número de horas de consulta/mês: cerca de 50/60 horas (horário de 17h30 semanais)

**Tipo de problemas:** Ansiedade em Situações de Avaliação; Baixo Rendimento Académico; Dificuldades de Ordem Relacional e Afectiva; Depressões; Dificuldades de Adaptação à Vida Académica; Problemas de Ordem Vocacional; Situações de Ansiedade/Stress; Perturbações do Sono.

**Número de pedidos por número de alunos da instituição:** ? (neste momento não dispomos do nº de alunos por escola) / apenas podemos fornecer o nº de alunos considerando todas as unidades orgânicas do IPC, o que totaliza cerca de 8 mil alunos.

Iremos de seguida apresentar alguns dados descritivos relativos às consultas, nomeadamente o número de marcações solicitadas e o número de atendimentos realizados ao longo dos meses. Vejamos de que forma se distribuíram ao longo dos meses os **215 pedidos de consultas** (cf. gráfico 1).

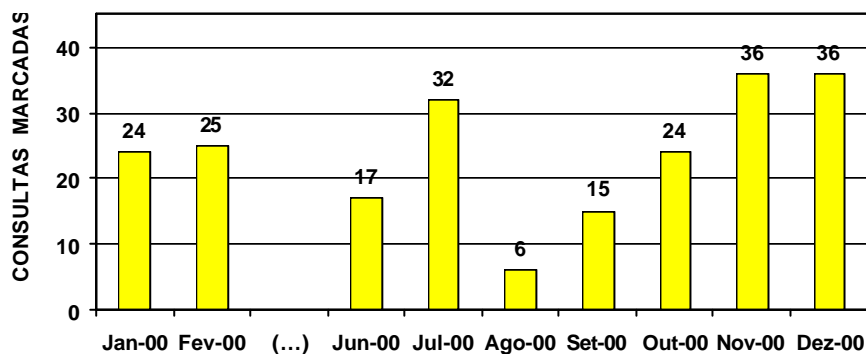
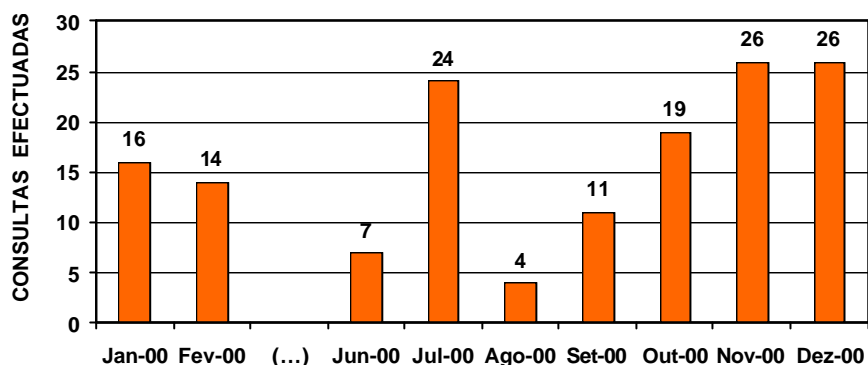


Gráfico 1 - Distribuição das MARCAÇÕES em função dos meses

Vejamos agora a distribuição ao longo dos vários meses das **147 consultas** por nós realizadas (cf. gráfico 2).<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Gostaríamos de deixar em nota que a diminuição do número de marcações e de consultas nos meses de Janeiro e Fevereiro pode corresponder, em parte, ao facto de nestes meses só se ter atendido situações consideradas urgentes e de se ter tido a preocupação de encaminhar e/ou preparar os utentes para um período sem apoio psicológico, uma vez que a psicóloga ia entrar, a qualquer momento, de licença de maternidade só regressando em Junho/2000.



**Gráfico 2 - Distribuição das CONSULTAS em função dos meses**

Presentemente, são atendidas cerca de 32 pessoas por mês, sendo o tempo médio de espera, para um aluno que contacta pela primeira vez o serviço, de cerca de mês e meio.

Para se ficar com uma noção mais exacta da evolução do *Gabinete de Psicologia* indicam-se aqui alguns dados relativos ao número de **pedidos de marcação de consultas** e ao número de **consultas efectuadas**. Assim, conforme se pode ver no quadro abaixo, no primeiro ano de funcionamento (1998/99), foram 187 o número de marcações efectuadas pelos alunos, tendo estes, no entanto, comparecido apenas a 132 consultas. No ano lectivo seguinte (1999/00), estes valores aumentaram, respectivamente, para 290 pedidos de consultas e 176 consultas efectuadas.

	N.º de Marcações	N.º de Consultas
Ano Lectivo 1998/99	187	132
Ano Lectivo 1999/00	290	176
Ano Lectivo 2000/01	367	270
TOTAIS	844	578

No que se refere ao ano lectivo transacto (2000/01), os pedidos de marcação aumentaram significativamente (367) bem como as consultas efectuadas (270).

Quanto aos meses do ano em que se nota uma maior procura do serviço são, por um lado, os meses de **Maio, Junho e Julho** e, por outro lado, o mês de **Novembro**. Em relação às escolas de onde provém o maior número de alunos atendidos no *Gabinete de Psicologia*, o Instituto Superior de Engenharia ocupa o primeiro lugar, seguido do Instituto Superior de Contabilidade e Administração, o que não surpreende porque são também estas as escolas com maior número de alunos. O número médio de sessões por utente atendido no ano 2000 é de 2,8 sessões.

Os problemas mais frequentes manifestados pelos alunos que procuram apoio psicológico referem-se, em primeiro lugar, a *"dificuldades no relacionamento afectivo"*, *"perturbações ansiosas"* (ansiedade social, ansiedade de avaliação, etc.) e *"baixo rendimento académico"*. Em segundo lugar, surgem as *"perturbações depressivas"* a par de *"dúvidas vocacionais"* (pedidos de reavaliação da opção escolar e profissional realizada).

#### Breve Caracterização dos Utentes do *Gabinete de Psicologia*

**SEXO** – 70,7% das pessoas é do sexo feminino;

**IDADE** – a maioria dos alunos tem 22 anos (23,2%) quando recorre ao GP; seguem-se os 21 e 23 anos com iguais percentagens (12,2%), e posteriormente os 20 e 24 anos (11%);

**ANO DO CURSO** – a maioria recorre ao GP nos três primeiros anos do curso, não existindo diferenças significativas distribuindo-se igualmente pelo 1º, 2º e 3º anos; do 4ºano apenas comparecem 3,2%;

**NÚMERO DE REPROVAÇÕES** – verifica-se que 52,4% dos alunos têm 0 reprovações à data que recorrem ao GP, seguindo-se 24,4% com *uma* reprovação;



**ALUNOS DESLOCADOS** – 75,6% dos alunos encontram-se deslocados do seu agregado familiar;

**ALUNOS BOLSEIROS** – 61% dos alunos são bolseiros.

## **Avaliação do Serviço: resultados e necessidades sentidas**

As valências disponíveis são manifestamente insuficientes para o tipo de necessidades sentidas e para o tipo de respostas que consideramos que este tipo de gabinetes deve fornecer.

Para além do atendimento individualizado (Consulta Psicológica) aos jovens que recorrem ao *Gabinete de Psicologia*, constituirão apostas do *gabinete* o desenvolvimento de Programas de competências de estudo, de auto-conhecimento, de relacionamento interpessoal, entre outros. Assim, prevê-se num futuro próximo a elaboração de brochuras e realização de *Workshops* sobre “Competências de Estudo”, “Conflitos Relacionais e Afectivos”, “Distúrbios Alimentares”, “Ansiedade aos Testes”- temas que se relacionam com o tipo de problemáticas que ao longo destes três anos têm surgido no gabinete.

Programas de apoio sócio-emocional em que se pretende que sejam os próprios alunos a apoiar os colegas, estão em franco desenvolvimento em diversos países da Europa e já se começam a implementar em Portugal, sendo um dos objectivos do *Gabinete de Psicologia* implicar os alunos do IPC, nestes ou nouro tipo de programas, que eles próprios reconheçam como importantes.

Numa outra vertente, existe um outro conjunto de preocupações que se relacionam com a necessidade de unir/aproximar os serviços congéneres existentes um pouco por todo o país, pretendendo-se criar uma rede de colaboração entre os *Serviços de Aconselhamento Psicológico* no Ensino Superior, através da Internet.

### **3.10. Gabinete de Psicologia dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Leiria**

#### **1. Preâmbulo**

O Gabinete de Psicologia dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Leiria (SAS/IPLei) foi criado em Abril de 1999, tendo surgido como mais uma valência de apoio aos alunos, inserida no âmbito daquela Unidade Orgânica, da qual depende Institucionalmente.

A função de Administrador dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Leiria é desempenhada pelo Dr. Júlio Rodrigues Faustino.

O referido Gabinete, desde a sua criação, é coordenado pela Dra. Célia Ramos, Psicóloga, a qual efectua igualmente as Consultas de Psicologia.

O Instituto Politécnico de Leiria, actualmente, integra cinco Escolas, com cerca de 8000 alunos. Destas, três situam-se em Leiria - Escola Superior de Educação de Leiria (ESEL); Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Leiria (ESTG) e a Escola Superior de Enfermagem (ESEnf). Em Caldas da Rainha situa-se a Escola Superior de Tecnologia, Gestão, Arte e Design (ESTGAD) e um Pólo da ESEL. Em Peniche situa-se a Escola Superior de Tecnologia do Mar (ESTM).

O Gabinete de Psicologia presta apoio a toda a população de estudantes que assim o solicite, de forma gratuita.

#### **2. Objectivos**

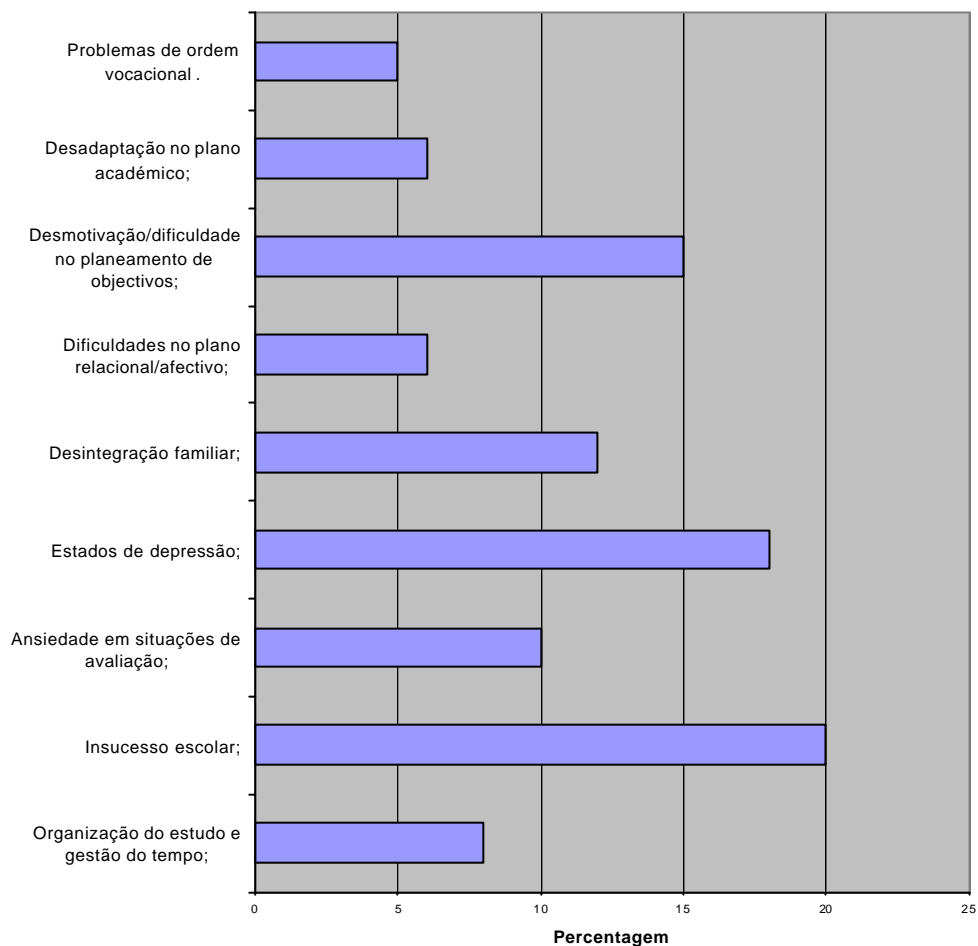
No âmbito da Consulta de Psicologia é prestado apoio psicoterapêutico e aconselhamento psicopedagógico de forma a superar contextos de crise que podem surgir na vivência de cada um, tais como situações de angustia, ansiedade, depressão, entre outras, o que, com dificuldades acrescidas, pode chegar a um limiar de sofrimento difícil de ultrapassar sem ajuda especializada.

Assim, de acordo com as áreas de intervenção, (adiante designadas), por sua vez decorrentes do objecto de solicitação, pretende-se promover/facilitar o processo de desenvolvimento psico-emocional, a capacidade de maturação e de planeamento de objectivos, vertentes que nos parecem fundamentais para um percurso pessoal/académico bem sucedido.

Há momentos em que temos de procurar ajuda, sem receio de fazer essa procura. Até porque, a um nível geral, trata-se de uma necessidade que hoje já não levanta "tabus" e, se estes existirem, também se presta apoio na sua resolução.

### 3. Áreas de intervenção

O trabalho de avaliação/intervenção psicológica que tem vindo a ser realizado tem permitido uma melhoria/resolução das problemáticas apresentadas no gráfico seguinte:



Desta leitura, a área da Psicologia Clínica tem um maior incidência de intervenção face às problemáticas evidenciadas, pese embora a área de orientação escolar e profissional comece a ter também uma procura com significado.

### 4. Como funciona

Na sequência da primeira consulta é efectuada a avaliação da(s) problemática(s) apresentada(s) assim como dos objectivos de intervenção subjacentes ao pedido de apoio solicitado pelo aluno(a);

O referido pedido pode levar a duas vertentes de intervenção:

- ◆ Consulta(s) pontual(ais) para ajuda de aconselhamento;
- ◆ Acompanhamento psicoterapêutico inerente a problemáticas de cariz clínico e a questões de âmbito escolar e vocacional.

O serviço funciona de acordo com as normas deontológicas e éticas da psicologia, estando assim absolutamente garantida a confidencialidade.

## **5. Divulgação do gabinete de psicologia**

Uma das formas de divulgação consiste num folheto informativo que aborda os objectivos e as problemáticas alvo de apoio no âmbito da actividade do Gabinete de Psicologia.

Outra forma de divulgação recentemente implementada consiste na criação de um *link* específico no *site* dos SAS/IPLei :

[www.sas.iplei.pt](http://www.sas.iplei.pt)

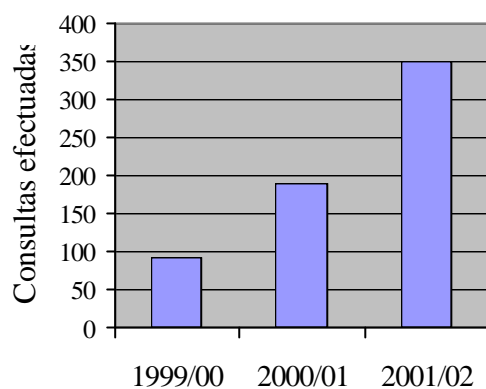
## **6. Colaboração interna**

Ao nível da colaboração interna ressalta a articulação com a Técnica Superior Principal da Área de Serviço Social, Dra. Celina Gaspar, que tem sob a sua responsabilidade o Sector de Bolsas de Estudo e de Alojamento.

Na sequência do trabalho que desenvolve, a Dra. Celina Gaspar efectua o “rastreo” de situações que evidenciam problemáticas do foro psicológico, encaminhando-as para a consulta de psicologia. Assim, os referidos casos são discutidos entre as duas Técnicas.

## **7. Evolução do trabalho efectuado no gabinete de psicologia**

No âmbito da consulta de Psicologia, o apoio psicoterapêutico e aconselhamento psicopedagógico tem sido prestado a uma população crescente de estudantes em contextos de crise.



Evolução da procura de Consultas nos 3 anos de actividade do Gabinete

Como perspectivas futuras existe o objectivo de continuidade do trabalho que tem vindo a ser desenvolvido bem como o incremento da articulação quer a nível interno, quer a nível externo com Gabinetes afins. Neste sentido, a Integração na Rede de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior parece-nos de extrema importância.

### **3.11. Centro de Aconselhamento para Estudantes da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias**

O Centro de Aconselhamento para Estudantes (CAE) iniciou a sua actividade em Outubro de 1998, tendo como objectivos:

- 1) Ser um centro especializado para o aconselhamento dos problemas emocionais e comportamentais da população estudantil.
- 2) Servir de suporte prático para a elaboração das Dissertações dos Mestrados em “Terapias Comportamentais e Cognitivas” e “Sexologia”, em curso no Departamento de Psicologia da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- 3) Ser um centro especializado de treino, teste e desenvolvimento de terapias empiricamente suportadas.
- 4) Elaborar programas de prevenção para os problemas emocionais e comportamentais específicos da população estudantil.

O CAE faz diagnóstico, avaliação e tratamento das perturbações emocionais e comportamentais na infância, adolescência e idade adulta, desde o infantário à universidade, assim como o aconselhamento às suas famílias. Para além destas vertentes o Centro tem desenvolvido acções de sensibilização e formação dirigidas a pais, professores e psicólogos.

Os programas terapêuticos implementados no CAE seguem as normas da Task Force on Promotion and Dissemination of Psychological Procedures para os tratamentos empiricamente suportados (Baptista, 1999). Para além deste aspecto, os utentes são incluídos em programas específicos que podem ou não ser classificáveis nos critérios de diagnóstico actualmente em vigor (APA, 2000; WHO, 1992) desde que apresentem problemas que interfiram no seu funcionamento individual, social, familiar e académico.

A metodologia utilizada neste Centro implica que todos os utentes sejam observados numa primeira consulta de triagem elaborada de acordo com uma entrevista estruturada. Nos casos em que existe possibilidade de o motivo da consulta poder ser explicado por uma disfunção orgânica, em que sejam preenchidos critérios de diagnóstico para perturbação psicótica ou em que exista uso regular de psicofármacos, a situação é discutida com a consultora médica e os utentes são em regra geral encaminhados para outros serviços de saúde. Nas outras situações, quando existe indicação para inclusão nos programas de aconselhamento actualmente em curso, os utentes são avaliados em três momentos, no início, no meio e no final do programa de aconselhamento, sendo ainda feitas catamneses aos três, seis e doze meses após o final do mesmo. Estas avaliações são efectuadas através de protocolos específicos para cada programa de aconselhamento tendo como objectivos a determinação da intensidade do problema e da sua interferência no quotidiano do indivíduo.

Estão actualmente implementados no CAE protocolos de intervenção para as diferentes perturbações ansiosas, para os episódios depressivos, para as dificuldades de manejo do *stress*, para os problemas de externalidade, para a agressão e coerção sexual, programas de educação sexual e de cessação de hábitos tabágicos.

Entre Outubro de 1998 e Dezembro de 2001, foram avaliados 65 utentes no CAE, 40 do sexo feminino e 25 do sexo masculino. A tabela 1 apresenta o número de consultas de triagem por ano:

Tabela 1

Número de utentes atendidos em consulta de triagem no CAE por ano

	Nº de utentes
Entre 1 de Outubro de 1998 e 31 de Dezembro de 1999	12
Entre 1 de Janeiro e 31 de Dezembro de 2000	20
Entre 1 de Janeiro e 31 de Dezembro de 2001	33

O tipo de problemas avaliados está apresentado na tabela 2, segundo os respectivos diagnósticos ou categorias de pertença, de acordo com os programas de intervenção do CAE ou os critérios definidos pela APA, 2000 e WHO, 1992.

Tabela 2

Categorias de pertença de cada um dos utentes avaliados no CAE

	Nº de casos
Ansiedade aos exames	11
Perturbação de Pânico	10
Depressão	9
Fobias específicas	7
Perturbação de hiperactividade com défice da atenção	5
Perturbação de ansiedade generalizada	4
Dificuldades de manejo do <i>Stress</i>	3
Perturbação de ansiedade social	2
Perturbações psicóticas	2
Perturbação de adaptação	2
Perturbação obsessivo-compulsiva	2
Perturbação de oposição	2
Perturbação do comportamento	1
Orientação escolar	1
Perturbação de aprendizagem	1
Perturbação da comunicação	1
Outros problemas	2



Dos 65 casos acima apresentados, 10 foram encaminhados para outros serviços por não respeitarem os critérios de inclusão para seguimento no CAE.

A duração dos protocolos de aconselhamento implementados ou a implementar no CAE está descrita na tabela 3.

Tabela 3

Duração dos protocolos estruturados de aconselhamento

	Nº de sessões
Perturbação de hiperactividade com défice da atenção	11 a 22
Perturbação de oposição	11 a 22
Perturbação Obsessivo-compulsiva	20
Depressão	16
Perturbação Pós <i>Stress</i> Traumático	14
Ansiedade aos exames	12
Perturbação de Pânico	12
Perturbação de Ansiedade Generalizada	12
Perturbação de Ansiedade Social	12
Dificuldades de manejo do <i>stress</i>	8
Fobias específicas	1 a 5
Agressão e violência sexual	5 a 10
Educação sexual	5 a 10
Hábitos tabágicos	12

**Equipa:**

Director do CAE: Prof. Doutor Américo Baptista

Consultora Médica: Prof. Doutora Maria Luísa Figueira

Coordenadora Clínica: Dra. Ana Cruz Pereira

Terapeutas: Mestre Marina Carvalho

Mestre Fátima Lory

Mestre Rita Santos

Estagiário: Lic. Pedro Banon

## **Instalações:**

O CAE tem instalações provisórias na Escola Pré-Universitária da ULHT, na Rua Pedro Nunes, 10, 3º andar, estando prevista a sua instalação definitiva, a partir do próximo mês de Maio, no campus da ULHT, Avenida do Campo Grande, 376, 1749-024 Lisboa. O Centro funciona actualmente todas as tardes das 14 às 19 horas com apoio de uma secretária administrativa.

## **Actividades Desenvolvidas:**

Participação da equipa em diversos congressos, acções de formação em escolas e Universidades e participação no Programa de Intervenção Integrada de Prevenção das Doenças Não Transmissíveis do Ministério da Saúde e da ARS de Lisboa e Vale do Tejo.

Anualmente são elaborados cursos sobre:

- 1) Perturbações do medo na infância e adolescência
- 2) Rendimento escolar, perturbações disruptivas do comportamento e de défice da atenção na infância e adolescência
- 3) Modificação dos hábitos tabágicos

## **Cooperações internacionais:**

O CAE tem elaborado cursos de formação em cooperação com o Departamento de Processos Básicos da Universidade Complutense de Madrid com os Professores Juan Miguel Tobal e António Cano Vindel, José Carrobes da Universidade Autónoma de Madrid, Piero Stettini do Instituto de Sexologia de Savona, Elisardo Becoña da Universidade de Santiago de Compostela e Alvin Cooper do San Jose Marital & Sexuality Centre.

### **3.12. Gabinete de Saúde Escolar da Escola Superior de Enfermagem da Cruz Vermelha Portuguesa**

É objectivo deste Gabinete a disponibilização de apoio psicológico e aconselhamento a toda a comunidade que compõe a Escola Superior de Enfermagem da CVP, com vista à promoção do bem estar psicológico, de forma a melhorar os níveis de adaptação emocionais aos contextos relacionais em geral, educacionais e profissionais em particular sendo o outro objectivo respeitante à promoção da saúde através de uma supervisão de enfermagem.

A divulgação do serviço é feita por intermédio da distribuição, aos alunos, de dois tipos de panfletos: - um sobre em que condições podem recorrer ao serviço e outro sobre a dinâmica do Gabinete de Saúde Escolar.

São potenciais utentes do serviço todos os indivíduos que compõem a população discente, docente, funcionários administrativos e auxiliares de acção educativa - num total de 275 alunos; 15 docentes efectivos; 4 administrativos e 4 auxiliares de acção educativa.

Como técnico a tempo inteiro no Gabinete de Saúde Escolar há uma enfermeira.

O serviço, para além de apoio psicológico, faz a vigilância de saúde de toda a população escolar.

O Gabinete iniciou as suas funções de apoio psicológico no ano lectivo de 2000/2001, inserido na ESE CVP que por sua vez depende directamente da Direcção Geral da Cruz Vermelha Portuguesa e indirectamente dos Ministérios da Educação e da Saúde.

O tipo de pedidos/queixas mais comuns no âmbito psicológico é o que respeita à desadaptação face às necessidades formativas e aos hábitos de estudo.

### **3.13. Gabinete de Apoio Psicológico (GAP) da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa**

O GAP encontra-se em funcionamento desde o dia 2 de Setembro de 1997, "é um serviço dirigido a todos os utentes da FCSH e tem por objectivo contribuir para a promoção do bem-estar psicológico de todas as pessoas da Faculdade que de forma directa (através de acompanhamento individual e/ou de grupo) ou indirecta (através de campanhas informativas ou preventivas) tenham contacto com o Serviço.

No decurso dos três anos já decorridos desde o início de actividade, foram atendidas cerca de 80 pessoas (um nº reduzido de funcionários e de docentes, cerca de 6), recorrem, em média, 3 casos novos por mês e estão em acompanhamento regular 10 casos.

Para evitar a criação de listas de espera procedem-se a alterações na regularidade dos acompanhamentos, anula-se qualquer forma de divulgação do serviço mantendo-se apenas a referência de casos pelos utentes do GAP e aceitou-se a colaboração voluntária de outros psicólogos (neste momento existem duas colaboradoras para além da responsável pelo Gabinete - Dra. Inês Simões e Dra. Paula Gouveia).

O Gabinete de Apoio Psicológico da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas (GAP) mantém um funcionamento regular desde o ano lectivo de 1997/1998, marcado, essencialmente, por sessões de psicoterapia individual dirigida a todas as pessoas da Faculdade mas respondendo maioritariamente a pedidos de alunos. No ano lectivo passado ( 2000/2001 ) as acções diversificaram-se no formato de grupos de apoio e ajuda conjugal.

A intervenção em grupo concretizou-se com impacto muito positivo junto dos beneficiários que manifestaram mudanças significativas na resolução dos seus problemas. Esse facto faz-nos desejar a continuidade deste trabalho que para o próximo ano lectivo ( 2001/2002 ) aguarda novos casos dado que os anteriores terminaram o seu percurso na Faculdade.

O apoio conjugal não tem sido muito solicitado dado que grande parte dos utentes do Gabinete não têm vida conjugal estabelecida mas nas situações que apoiamos, este tipo de intervenção tem-se revelado fundamental para a resolução dos problemas que inicialmente eram expressos numa perspectiva individual.

A procura deste serviço por parte de funcionários aumentou ligeiramente durante este último ano lectivo, sendo só agora ( Junho de 2001 ) que se regista o acompanhamento regular de dois casos.

Ultimamente foi significativo o aumento de casos enviados quer pelos serviços sociais da Universidade quer por professores da Faculdade.

Encontra-se em construção uma página na Internet para divulgação do serviço.

Existe vontade técnica de preparar programas de intervenção global com vista ao combate do insucesso escolar seguindo exemplos e experiências de outros serviços de Apoio psicológico no Ensino Superior.

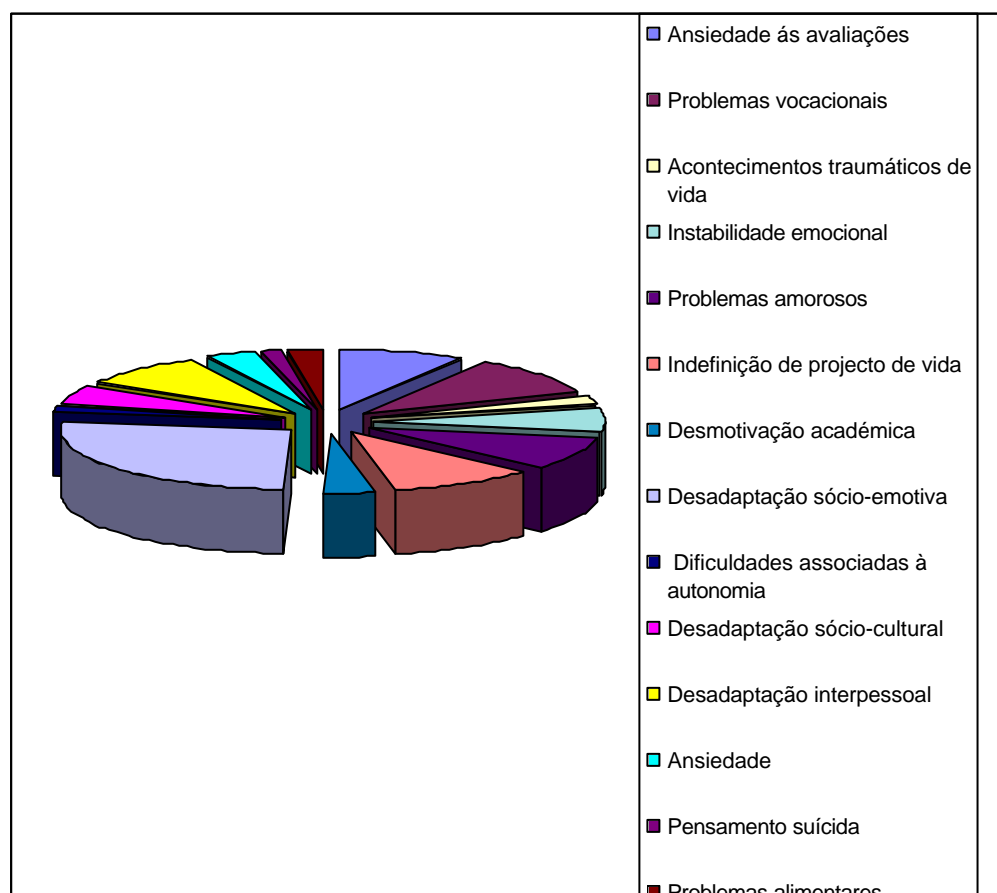
Relativamente ao tipo de queixas/pedidos apresentados pelos utentes observa-se uma tendência constante para um nº elevado de casos de desadaptação sócio – emotiva onde se incluem casos de prognóstico mais reservado, nomeadamente perturbações da personalidade.

Como situações de incidência moderada encontram-se as ansiedades às avaliações, a indefinição de projecto de vida, problemas vocacionais, problemas amorosos e desadaptação interpessoal.

As restantes situações surgem com incidência reduzida.

Globalmente verifica-se uma diversidade grande no tipo de situações a que corresponde também uma diversidade de diagnósticos e de intervenções significativa. (ver gráfico 1)

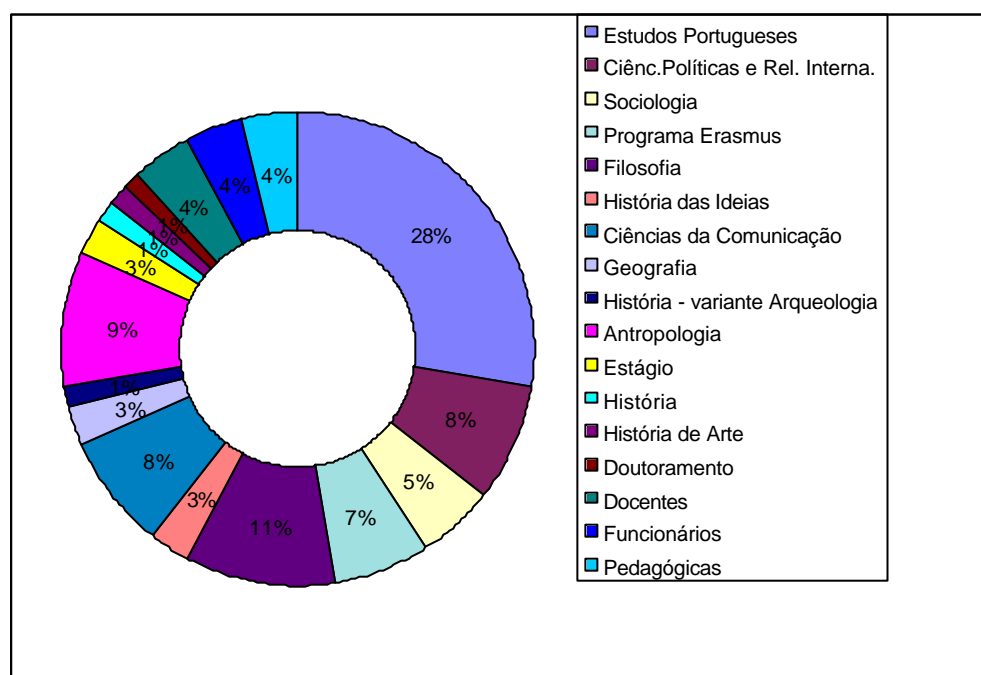
Gráfico nº1



Ao nível das proveniências mantém-se uma percentagem significativa de alunos dos cursos de Estudos Portugueses, logo seguido de Filosofia, Ciências Políticas e Internacionais, Ciências da Comunicação e de Antropologia.

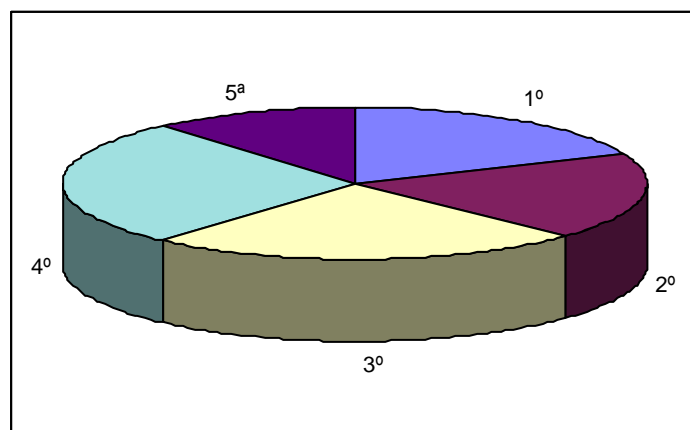
A percentagem de docentes e de funcionários apesar de se manter reduzida aumentou. (ver gráfico 2)

Gráfico nº2



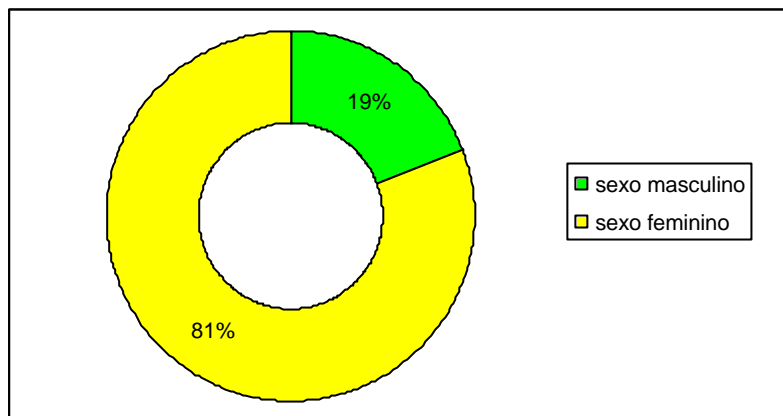
A distribuição por anos escolares é bastante equilibrada, não surge nenhuma tendência significativa num ou noutro sentido. (ver gráfico 3).

Gráfico nº3



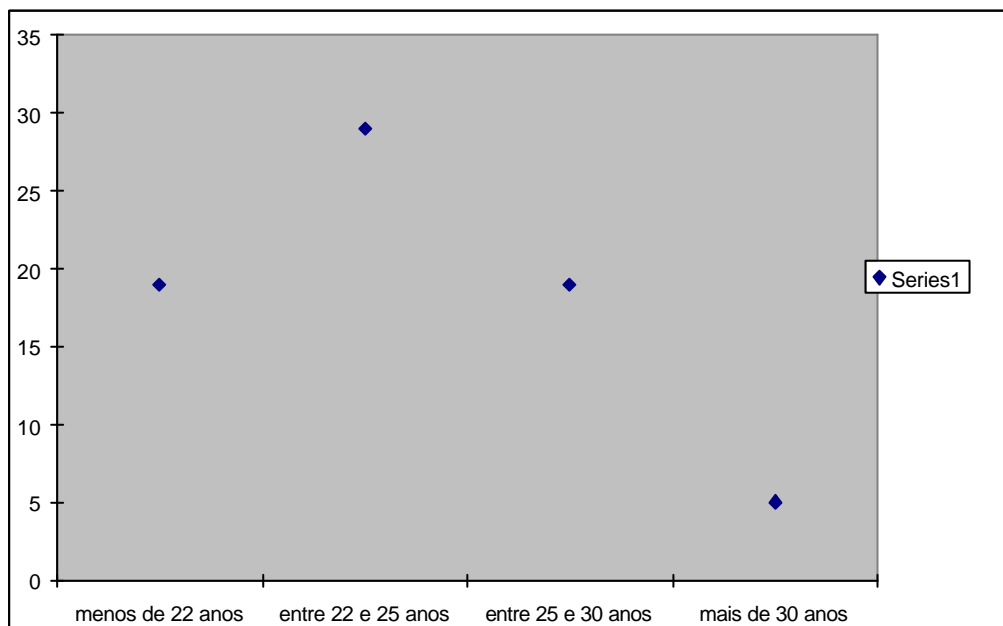
Ao nível da distribuição por sexos também não surge qualquer novidade, penso que provavelmente segue a proporção natural da população da Faculdade ( tendo como referência os alunos).(ver gráfico 4).

Gráfico nº4



Os grupos etários parecem distribuir-se de acordo com a distribuição natural da faculdade tal como os sexos. (ver gráfico 5).

Gráfico nº5



### Conclusão

O trabalho do GAP mantém um ritmo estável e dinâmico que indicia as potencialidades deste tipo de serviço.

A população estudantil da Faculdade tende a procurar o GAP por inúmeras razões e em múltiplas circunstâncias.



Cada vez sentimos com maior certeza que este pode ser um serviço para todos e que pode ter um papel fundamental na reorganização de energias dos alunos, funcionários e docentes, trazendo benefícios para todo o sistema. Tais consequências serão tanto mais inevitáveis quanto mais o GAP representar um serviço estável e permanente o que no momento actual não se verifica. Presentemente o GAP conta com 12 horas semanais pagas pela Faculdade, em regime de avença, à responsável pelo serviço e com algumas colaborações voluntárias de psicólogos em situação de aprendizagem profissional.

### 3.14. Gabinete de Apoio Psicológico e Aconselhamento (GAPA) da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa



O GAPA foi criado em 1983, dependendo institucionalmente do Conselho Directivo pelo qual é também financiado. Além disso, no âmbito da investigação, depende ainda do Conselho Científico, inserindo-se actualmente esta vertente da sua actividade na Unidade de Investigação Educação e Desenvolvimento. Destina-se prioritariamente aos estudantes de todos os níveis da FCT, estando contudo também aberto a funcionários e corpo docente.

As *funções* deste serviço são fundamentalmente: (1) aconselhamento psicológico e psicoterapia em grupo e individual dos estudantes, incidindo nas vertentes (a) pessoal/emocional, (b) educacional, vocacional e planeamento de carreira, e (c) intervenção em crise; (2) consultadoria junto de funcionários e docentes. Tem como *objectivos*: (1) o desenvolvimento, a prevenção e o tratamento psicológicos, assim como (2) a implementação de programas de investigação que permitem (a) uma reflexão sobre as actividades desenvolvidas e seus resultados, (b) a proposta de novas formas de intervenção, e (c) a integração do pensar e do fazer.

No contexto acima descrito o GAPA desenvolve várias *actividades*, as principais das quais são sumariadas na figura abaixo.



No âmbito da **intervenção**, o *aconselhamento pessoal/emocional* é feito individualmente utilizando uma abordagem psicodinâmica e desenvolvimentista; o *aconselhamento vocacional* é também feito individualmente, utilizando uma abordagem centrada cujo principal objectivo é a clarificação de interesses e valores do estudante; o *aconselhamento educacional* é feito em grupo sendo a dinâmica de grupo a abordagem mais frequentemente usada e tendo as intervenções como base os contributos da psicologia cognitiva para a optimização das aprendizagens, a ultrapassagem da procrastinação e da ansiedade aos exames.

No que diz respeito ao aconselhamento pessoal/emocional, é inicialmente realizada uma avaliação psicológica do estudante, da qual decorre um projecto terapêutico. Este deverá ter em conta o grau de perturbação, a motivação do estudante para a mudança, a sua capacidade de *insight*. A avaliação psicológica é feita através de uma entrevista clínica realizada na primeira consulta que, conforme a complexidade do caso, poderá prolongar-se por mais uma ou duas sessões. Neste entrevista, semi-estruturada, pretende-se recolher dados relativos às queixas actuais, à história pessoal e familiar do estudante, ao seu funcionamento psicológico em geral (estrutura de personalidade, formas de estar nas relações, sistema defensivo, sintomas psicopatológicos, etc.). Tomando como referencial o DSM IV, os diagnósticos mais frequentes são, por ordem decrescente de frequência: perturbações da adaptação e problemas de identidade; perturbações da ansiedade e

perturbações do humor; perturbações da personalidade; muito raramente perturbações psicóticas.

Quando se revela necessário, é ainda efectuado apoio psicológico a familiares de estudantes que atravessam crises graves como internamento psiquiátrico.

No que se refere ao *desenvolvimento pessoal*, têm sido organizados *workshops* intensivos de 15 horas abrangendo a temática das relações interpessoais, nomeadamente no que respeita à resolução de conflitos, à capacidade de integração no grupo e à assertividade. Contribui-se também para facilitar a entrada no mercado de trabalho através da organização e *workshops* intensivos de 15 horas, sendo os seus objectivos a reflexão acerca da temática do recrutamento e selecção (elaboração de currícula, entrevistas de selecção, provas de avaliação psicológica) e dos problemas da inserção na organização empresarial, tendo como linha de base os princípios da psicologia social e das organizações. Sempre que necessário, o GAPA recorre a especialistas externos para a realização/supervisão de certas intervenções em grupo.

Ainda no âmbito da intervenção, existe uma vertente de *ligação* com serviços dentro e fora da Faculdade, tais como a Associação de Estudantes, Conselho Pedagógico, Conselho Directivo, Gabinete de Estágios e Saídas Profissionais, Serviços Sociais e Serviços Médicos; e uma vertente de *consultadoria*, com docentes e funcionários, por exemplo para discutir a situação de um aluno em risco; finalmente, no âmbito da prevenção, publica *artigos* vários no jornal dos estudantes e divulga outros através da página do serviço na Internet sobre questões psicológicas, desenvolvimentais e académicas, de interesse para os estudantes.

A equipa do GAPA e os estagiários reúnem semanalmente para supervisão/intervisão dos acompanhamentos individuais, análise da evolução dos grupos e discussão das actividades em geral do gabinete. Toda a informação sobre os estudantes é confidencial relativamente aos restantes órgãos da instituição.

A reflexão sobre a actividade de intervenção deu lugar às publicações 1, 2, 3, 12 e 18 e às comunicações 1, 2, 3, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 19 e 20, abaixo indicadas.

No âmbito da **investigação**, o trabalho realizado tem privilegiado a avaliação das intervenções individuais (1985-1990), o estudo das necessidades de intervenção (1991-1996), a análise do papel de certas variáveis motivacionais no desempenho escolar, bem como do impacto das intervenções educacionais no desempenho académico (1998-2000). A actividade de investigação, bem como a análise da sua repercussão na actividade de intervenção, deram lugar às publicações 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16 e 17 e às comunicações 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 15 e 21, abaixo indicadas.

Finalmente, o GAPA colabora na formação de psicólogos através do fornecimento de estágios curriculares de psicologia clínica e mantém ligações e colaboração com serviços congéneres nacionais (no âmbito da rede de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior - RESAPES) e estrangeiros (no âmbito do Fórum Européen d'Orientation Académique - FEDORA). Os técnicos da equipa do GAPA são psicólogos tendo todos, à excepção de um, realizado psicoterapia pessoal e feito formação em psicoterapia em diversas Sociedades de Psicoterapia.

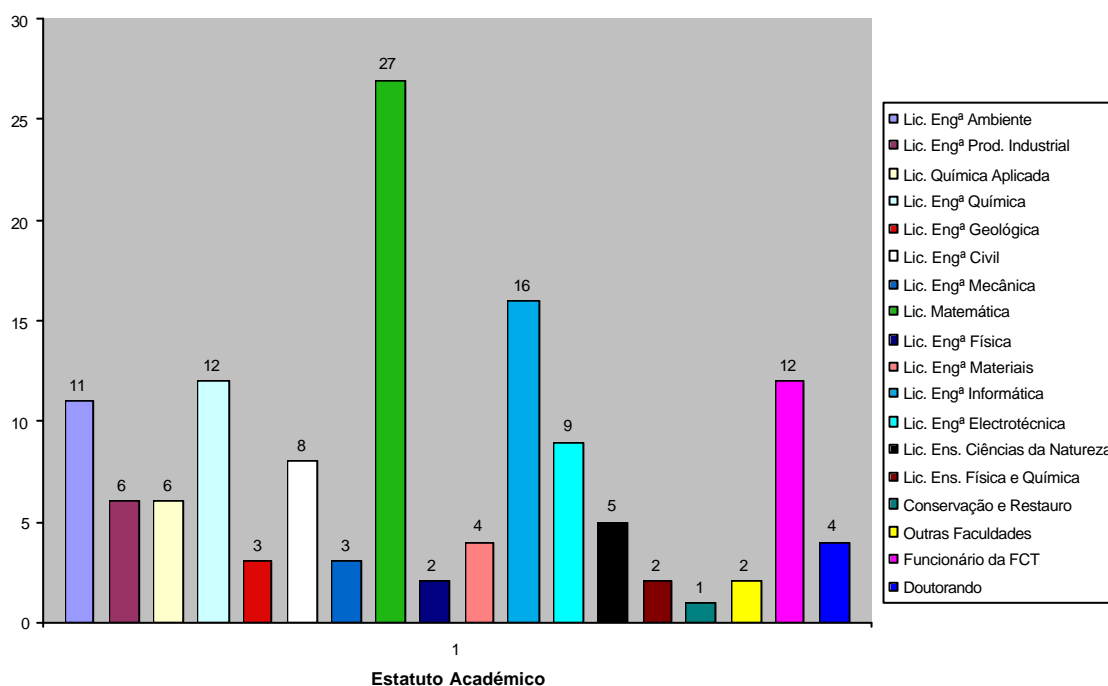
Mais detalhes sobre as actividades do GAPA podem ser encontrados na página do gabinete na *internet* no endereço <http://www.fct.unl.pt/aluno/licenciatura/apa/> e nos relatórios anuais de actividades.

Relativamente a recursos humanos, o GAPA conta actualmente, para além da sua responsável (Investigadora Principal da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa e doutorada em Psicologia) e de uma Assistente Administrativa, com o equivalente a 2.5 psicólogos que, contudo, não pertencem ao quadro da instituição, o que torna sempre instável e precária a elaboração de planos de actividades e a sua continuidade.

## Principais dados estatísticos relativos ao ano lectivo 2000/2001

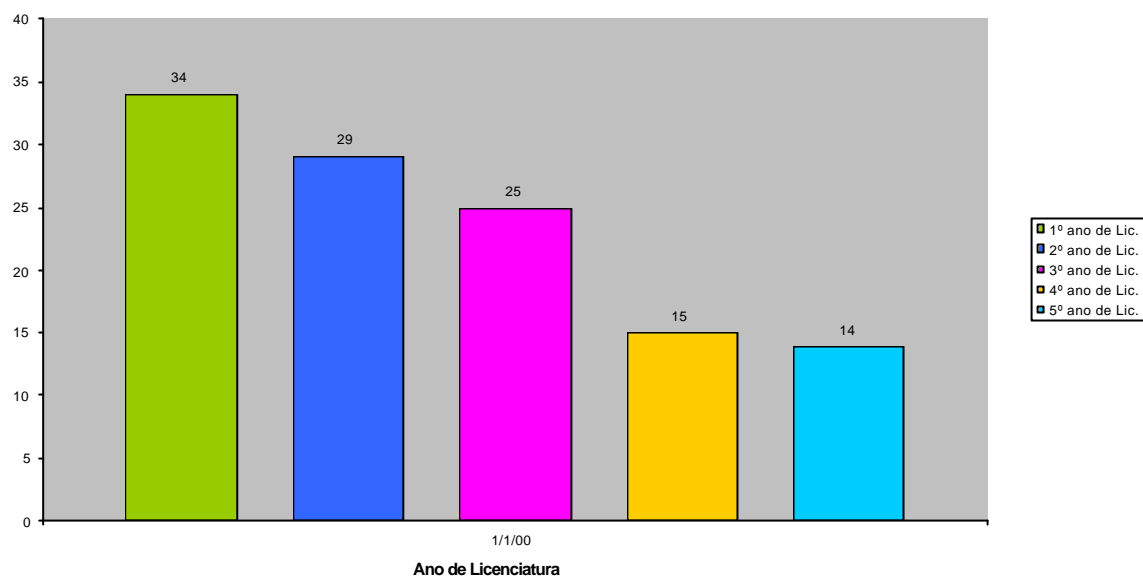
Utilizaram o aconselhamento individual 133 indivíduos, num total de 1394 horas de aconselhamento. A distribuição dos utentes por Estatuto Académico e por ano é a indicada nos Gráficos 1 e 2.

Gráfico 1 - Distribuição dos Utentes por Estatuto Académico



A análise do Gráfico 1 não permite uma conclusão linear sobre se o número de estudantes que recorrem ao aconselhamento individual provem preferencialmente de certas licenciaturas, dado o número muito diverso de estudantes frequentando cada uma delas. Contudo, parece constatar-se que percentualmente recorreram menos ao aconselhamento individual os estudantes provenientes da Licenciatura em Engenharia Mecânica. Relativamente às outras licenciaturas entre 1.5 e 5% dos estudantes recorreram ao aconselhamento individual.

Gráfico 2 - Distribuição dos estudantes por ano de Licenciatura (N=117)

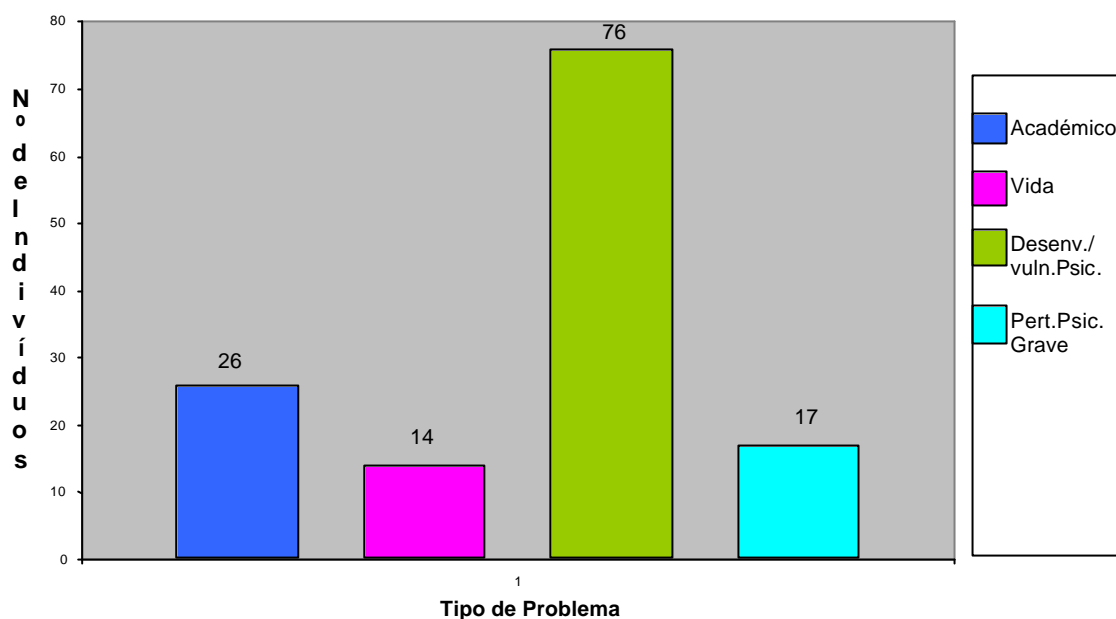


Da análise do Gráfico 2 verifica-se que, tendo em conta o número decrescente de alunos à medida que aumenta o ano de licenciatura, não existe diferença significativa de necessidade de apoio psicológico ao longo do percurso académico. Isto, ao contrário da ideia generalizada de que é nos primeiros anos que este apoio é mais requerido!

Os jovens que procuram o aconselhamento individual fazem-no por uma série de razões que, por vezes, só no decorrer das entrevistas se tornam claras. Quer dizer, acontece por exemplo o pedido explícito ser como ultrapassar o bloqueamento no estudo mas, ao longo do processo de aconselhamento, emergirem questões bem mais importantes que subentendem esse bloqueamento, como conflitos familiares, baixa auto-estima, etc. Aliás, é interessante constatar que apesar de existirem na FCT alunos com um número de inscrições muito superior ao ano curricular em que estão (alunos "fantasma"), a grande maioria dos que procuram aconselhamento individual estão no mesmo ano de inscrição e curricular, ou apenas com um ano de atraso. O Gráfico 3 indica a distribuição dos indivíduos por tipo de problema.

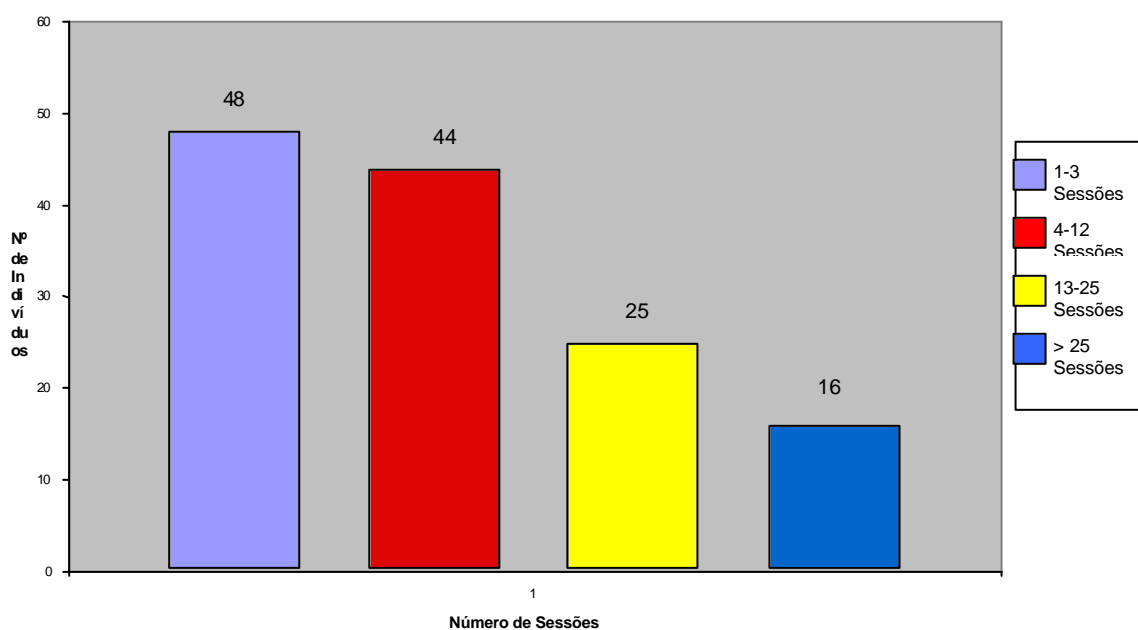
Assim, questões *desenvolvimentais* / *mal-estar psicológico* reportam-se, quer a dificuldades na separação psicológica em relação à família, no desenvolvimento da autonomia, no estabelecimento de relações amorosas, etc., quer a outras manifestações de mal-estar psicológico associadas a vulnerabilidades no desenvolvimento anterior que não sejam consideradas graves; *vida* engloba os pedidos originados por um acontecimento de vida psicologicamente perturbador, como a perda de um progenitor; *perturbação psicológica grave* refere-se, como o nome indica, a quadros mais graves de sofrimento psicológico que, frequentemente, para além do acompanhamento no GAPA, são referidos para apoio psiquiátrico.

**Gráfico 3 - Distribuição dos indivíduos por tipo de problema**

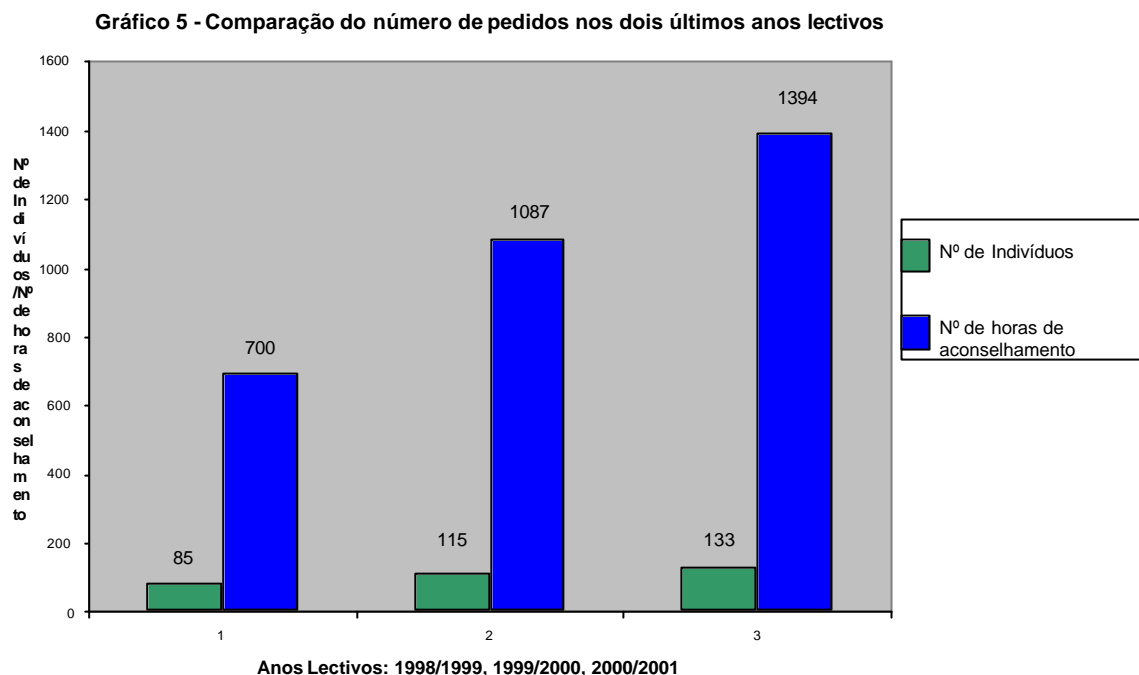


O número de sessões (Gráfico 4) para cada indivíduo variou substancialmente, não só devido à maior ou menor gravidade do problema, mas também, e em grande medida, devido às diferentes expectativas que os jovens trazem para o aconselhamento, a sua motivação para um maior auto-conhecimento, a sua capacidade de *insight*. O número médio de sessões por indivíduo foi de 10.5 sessões.

**Gráfico 4 - Distribuição dos indivíduos pelo número de horas de aconselhamento individual**



A terminar, note-se que, em relação aos anos lectivos anteriores, continua a haver um acréscimo do número de indivíduos solicitando aconselhamento pessoal/emocional e do número de horas de aconselhamento (Gráfico 5), mesmo tendo em conta a variação do número de estudantes (entre 5000 e 5400) ao longo destes anos na FCT.



### Publicações em Livro e Revista

1 - Dias, G. F. (1988). Psicoterapia breve a estudantes universitários. *Psicologia*, 6, 29-46.

2 - Dias, G. F., Almeida, M. J. V. & Caldeira, P. Z. (1988). Estudo preliminar sobre o insucesso escolar em meio universitário. *Actas do 1º Encontro de Estudos Locais do Distrito de Setúbal*, 85-105.

3 - Dias, G. F. & Almeida, M. J. V. (1991). Prevenção e desenvolvimento num centro universitário de consulta psicológica. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 7, 67-75.

4 - 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.



5 - Almeida, M. J., Dias, G. F. & Fontaine A. M. (1996). Separação psicológica das figuras parentais em jovens universitários: Adaptação do "Psychological Separation Inventory" de Hoffman à população portuguesa. *Psiquiatria Clínica*, 17, 5-17.

6 - 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.

7 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1996). Tarefas desenvolvimentais e bem-estar dos jovens: Algumas implicações para o aconselhamento psicológico. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 12, 103-114.

8 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1997). Projecção no futuro e bem-estar psicológico. *Actas da Conferência Internacional A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior - Um Desafio da Europa*, 173-176. Universidade de Coimbra.

9 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1997). O encontro do par amoroso: Construção de um instrumento para jovens universitários portugueses. *Psicológica*, 18, 119-139.

10 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1998). Implications of the Research on Socio-Economic Differences in Development for Counselling of University Students. *Proceedings from the Fifth European Congress of Psychology*. Dublin, Irlanda.

11 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1998). Famille, autonomie et bien-être au début de l'âge adulte. In A.M. Fontaine & J. P. Pourtois (Eds.), *Regards sur l'Éducation Familiale: Représentation, Responsabilité, Intervention*, 67-79. Bruxelles: De Boeck.

12 - Dias, G. F. (1998). Intervenção psicológica junto de estudantes universitários no âmbito do modelo antropanalítico. *Antropoanálise*, 3, 10-14.

13 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1999). A construção da autonomia: Elaboração de um instrumento para jovens universitários portugueses. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 33, 37-70.

14 - Dias, G. F. & Fontaine, A., M. (2000). Diferenças desenvolvimentais entre estudantes que solicitam e não solicitam apoio psicológico/psiquiátrico. *Psicologia*, 14 (2), 225-234.

15 - 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/>

16 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (2001). *Tarefas desenvolvimentais e bem-estar de jovens universitários*. Fundação Calouste Gulbenkian e Fundação para a Ciência e a Tecnologia..

17 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (no prelo). Young adult developmental tasks: Relationships and specificities. Artigo aceite para publicação na revista *Counselling Psychology Quartely*.

18 – Dias, G. F. (no prelo). Serviços de aconselhamento psicológico no ensino superior: Uma encruzilhada de questões. Artigo aceite para publicação nos *Cadernos de Consulta Psicológica*.

19 – Moutinho, M. J. (no prelo). Modificações da imagem corporal na adolescência através do Rorschach. Artigo aceite para publicação nos *Cadernos de Consulta Psicológica*.

### **Comunicações a Seminários e Congressos**

1 - Dias, G. F. (1986). "Serviço de Aconselhamento Pessoal na Universidade". 2º *Congresso Nacional de Psiquiatria Social*, 5 a 8 de Fevereiro, Lisboa (onde coordenou a Mesa "Intervenções centradas numa perspectiva antropológica").

2 - Dias, G. F., Almeida, M. J. V. A. & Caldeira, P. Z. (1988). "Estudo Preliminar sobre o Insucesso Escolar na FCT". *II Simpósio Nacional sobre Investigação em Psicologia*, Associação Portuguesa de Psicologia, 28 a 30 de Novembro, Lisboa.

3 - Dias, G. F. (1988). "Desenvolvimento de um Serviço Integrado de Aconselhamento". *Seminário "Parar para Reflectir"*, Faculdade de Ciências e Tecnologia, Estoril.

4 - Dias, G. F. (1991). "Brief Psychotherapy of University Students - Research Outcome in a Portuguese Faculty". *International Conference on Counselling - Counselling: Challenges and Prospects for the Next Decade*, Abril, Faculdade de Psicologia da Universidade do Porto.

5 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1992). "Contribuição para o Estudo do Processo de Consolidação da Identidade Sexual nos Jovens". *III Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, 21 a 23 de Outubro, Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian.

6 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1992). "Contribuição para o Estudo da Autonomia no Jovem Adulto". Poster apresentado às *1ªs Jornadas da Sociedade Portuguesa de Psicologia*, 20 e 21 de Novembro, Coimbra.

7 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1992). "Processo de Separação das Figuras Parentais em Jovens Universitários: Diferenças em Função do Sexo, da Idade e do Nível Sócio Económico". *II Congresso da Sociedade de Ciências da Educação*, 29 de Novembro a 1 de Dezembro, Braga.

8 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1993). "Sexual Identity Consolidation Process in Young Adults - Implications for Counselling". *Congresso Student Counselling in the Higher Education: A Task of Growing Importance*, 13 a 16 de Abril, Bordéus, França.

9 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1994). "Projecting the Self into the Future, Depression and Academic Results. Implications for Counselling". *5th FEDORA Congress New Challenges for Guidance in Europe - The Present and the Future*, 27 a 30 de Abril, Barcelona.

10 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1995). "Psychological Counselling Assessment of Needs Among University Students". *IV European Congress of Psychology*, 2 a 7 de Julho, Atenas, Grécia.

11 - Dias, G. F. (1995). "O Papel do Aconselhamento Psicoterapêutico no Sucesso Académico Universitário". *Congresso Ansiedade aos Exames - Factores Emocionais Relacionados com o Desempenho Escolar*, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia, 16 a 18 de Novembro, Lisboa. Neste congresso organizou e coordenou a mesa "Sucesso Académico e Aconselhamento Psicológico".

12 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1996). "Ser Autónomo e Permanecer Ligado: Diferenças entre Géneros numa Amostra de Jovens Portugueses". *IV Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, 28 e 29 de Novembro, Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian.

13 - Dias, G. F. (1997). "O Modelo Anglo-Saxónico na FCT/UNL". *I Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa.

14 - Dias, G. F. (1997). "Aconselhamento psicológico a estudantes universitários na FCT/UNL". Mesa Redonda "Orientação/Formação ao Longo da Vida". *VI Encontro Nacional da Associação Portuguesa de Orientadores Escolares e Profissionais - A Orientação e a Escola*, 23 de Maio, Lisboa.

15 - Dias, G. F. & Fontaine, A. M. (1997). "Implications of Psychological Separation from Parents for University Students' Personal Counselling". *Vith FEDORA Congress*, 28 a 31 de Maio, L'Aquila, Itália.

16 - Dias, G. F. (1998). "Adaptação ao Ensino Superior". *III Forum Pedagógico*. Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências e Tecnologia, 31 de Março e 1 de Abril, Monte de Caparica.

17 - Dias, G. F. (1998). "The Counselling Service at the Faculty of Sciences and Technology of the New University of Lisbon". *Congress on Higher Education Guidance*, 15 e 16 de Dezembro, Barcelona, Espanha.

18 - 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.

19 - Azevedo, M., Dias, G. F. & Conceição, N. (1999). "Oficina de Aquisição e Promoção de Competências para o Sucesso Académico". *II Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior - Factores de Sucesso/Insucesso no Ensino Superior*, 10 de Dezembro, Aveiro.

20 - 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*, Faculdade de Ciências e Tecnologia, 30 de Junho, Monte de Caparica.

21 - Dias, G. F. (2001). Contributos da investigação para o apoio psicológico e pedagógico de estudantes universitários. *1º Forum de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior - Apoio Psico-Pedagógico*, 6 de Junho, Instituto Politécnico de Beja.

### **3.15. Gabinete de Apoio Psicopedagógico (GAPsi) da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa**

O Gabinete de Apoio Psicopedagógico da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa iniciou a sua actividade em Setembro de 1997. Há data, foram assinados contratos de avença com os psicólogos Dra. Isabel Cristina Gonçalves (3 horas semanais) e Dr. Cláudio Pina Fernandes (9 horas semanais).

A procura pela população da FCUL foi tão rápida que em meados de Novembro já se excedia o horário de funcionamento, dando origem à formação de uma lista de espera com 10 pessoas.

O Conselho Directivo da FCUL, ciente das necessidades, foi aumentando progressivamente os recursos humanos afectos ao GAPsi, até apresentarem a seguinte composição:

**Dr. Cláudio Pina Fernandes:** coordenador do serviço; presta 30 horas semanais de serviço.

**Dr. José Simões:** psicólogo; presta 20 horas semanais de serviço.

**Dra. Guiomar Gabriel:** psicóloga; presta 10 horas semanais de serviço.

**Adriana Sequeira:** secretariado (a partir de Outubro de 2001).

Actualmente, o GAPsi continua a debater-se com questões relacionadas com o aumento da lista de espera para atendimento, estando esta situada perto das 35 pessoas. O sub-dimensionamento dos recursos humanos tende a não possibilitar ao serviço responder a todas as solicitações, clínicas ou outras, de uma forma célere e eficaz.

Desde a implementação do gabinete que tínhamos projecções de crescimento, recorrendo a dados de estruturas similares (nacionais e internacionais). Segundo afirmou o Dr. Peter Figge, da Universidade de Hamburgo, onde existe uma longa tradição de 54 anos de Aconselhamento a Estudantes no Ensino Superior (em Setembro de 1996, na conferência Internacional "Guidance and Psychological Counselling in Higher Education: an European Challenge"), as suas investigações na área indicavam a necessidade da existência de um conselheiro para cada 3000 alunos. Considerando os cerca de 5.700 alunos, só de licenciatura, e adicionando o número de alunos de mestrado, alunos de doutoramento, docentes e funcionários, o GAPsi deveria ter 3 psicólogos a tempo inteiro (105 horas semanais) só para atendimento clínico e aconselhamento.

## **1- Enquadramento Institucional do GAPsi**

O GAPsi é uma estrutura com autonomia técnica e funcional que, hierarquicamente, depende directamente do Conselho Directivo da Faculdade de Ciências - U.L..

O seu funcionamento é assegurado por fundos próprios da FCUL, dado não existir nenhuma rubrica no orçamento da Universidade de Lisboa que contemple o financiamento deste tipo de serviços.

Embora o GAPsi exista enquanto unidade orgânica da FCUL, nenhum dos técnicos que aí prestam serviço tem um vínculo laboral com a instituição, sendo a ligação à Faculdade assegurada através do recurso à figura jurídica dos *Contratos de Avença*.

Em termos da missão organizacional, ela foi definida tendo em conta as necessidades inventariadas na FCUL e alguma legislação estrangeira que regulamenta este tipo de serviços:

**1) Fornecer assistência aos estudantes (de licenciatura, mestrado, doutoramento e pós-doutoramento), funcionários, docentes, particularmente através:**

- a- da avaliação psicológica e do aconselhamento;*
- b- da acção psicológica preventiva;*
- c- da acção psicológica remediativa incluindo a psicoterapia;*
- d- da promoção da performance académica e do desenvolvimento da personalidade;*
- e- das investigações científicas, projectos e publicações nas áreas acima indicadas”.*

**2) Fornecer assistência à Faculdade de Ciências - U.L. e às suas estruturas internas em acções que estejam dentro da área de competência do gabinete.**

**3) Ter uma acção de divulgação e promoção deste tipo de serviços, partilhando resultados e colaborando com outros serviços (nacionais ou estrangeiros).**

## **2- Instalações**

As instalações do GAPsi (Fig.-1) foram dimensionadas em função das necessidades específicas do gabinete, possibilitando condições de atendimento adequadas à natureza do serviço prestado, que inclui a supervisão clínica, o desenvolvimento de processos de

investigação no âmbito da intervenção clínica com este tipo de população e o facultar a formação de novos clínicos, no contexto de estágios académicos ou profissionais.

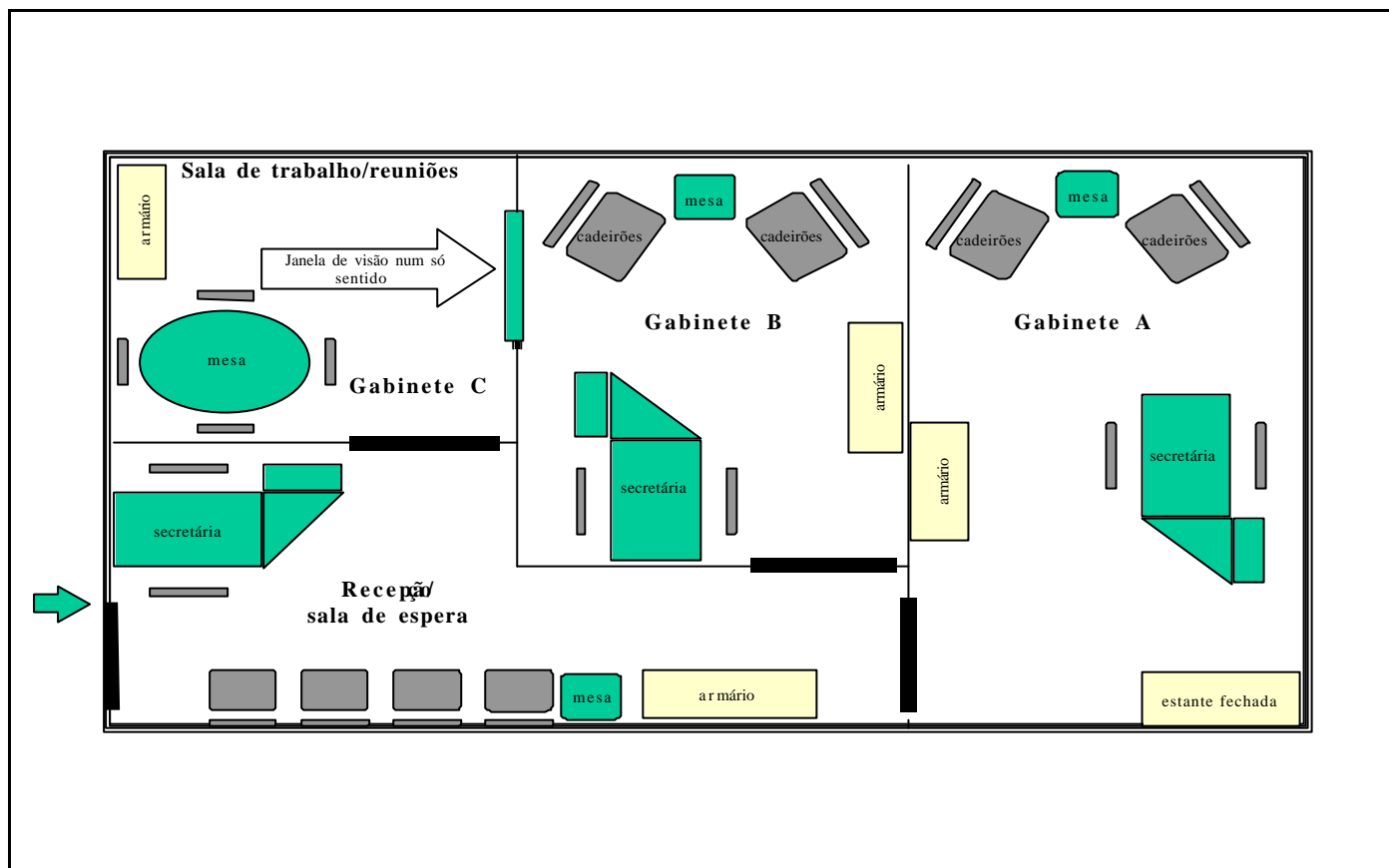


Figura 1 - Planta das instalações do GAPsi

### 3- Actividade Clínica do GAPsi

No que se refere às actividades clínicas desenvolvidas no GAPsi, a equipa exerce funções tendo em conta o espírito da **portaria N.º 171/96 de 22 de Maio, publicada no Diário da República - I Série, N.º 119, que regulamenta a actividade de Psicologia Clínica**, e que obedece às seguintes especificações:

1. Implementar programas de acção específicos - técnicas de observação, de entrevista, de psicodiagnóstico, psicoterapia individual ou de grupo, projectos de investigação científica;
2. Identificar, prevenir e tratar problemas psicológicos nos indivíduos e nos grupos;

3. Avaliação psicodiagnóstica de indivíduos e de grupos;
4. Intervenção psicoterapêutica individual, conjugal, familiar e de grupo;
5. Avaliar a qualidade e eficácia das intervenções adoptadas;
6. Colaborar no desenvolvimento de metodologias de investigação na área da saúde e no aperfeiçoamento e criação de novos instrumentos de avaliação;

### 3.1.- Número de rastreios efectuados por mês

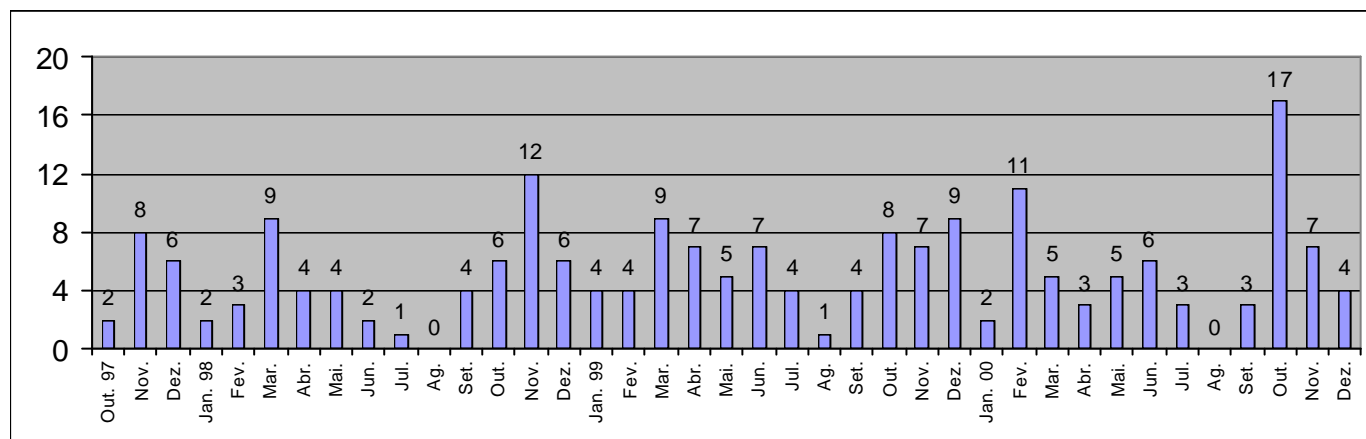


Gráfico 1: número de rastreios marcados por mês entre Outubro de 1997 e Dezembro de 2000.

Desde a sua abertura, o GAPsi tem tido uma significativa procura, quer pelos alunos, quer pelos docentes e funcionários. Analisando os dados anualmente, encontramos os seguintes valores:

- 1997 - 16 rastreios
- 1998 - 53 rastreios (média de 4,42 por mês).
- 1999 - 69 rastreios (média de 5,75 por mês).
- 2000 - 66 rastreios (média de 5,50 por mês).

Estes números correspondem a um constante fluxo de pessoas a iniciarem processos de acompanhamento. Do conhecimento que temos de outros serviços similares, podemos antever que após um período de estabilização, os números voltarão a subir até próximo dos 90/100 rastreios anuais.

### 3.2.- Número de sessões marcadas por mês

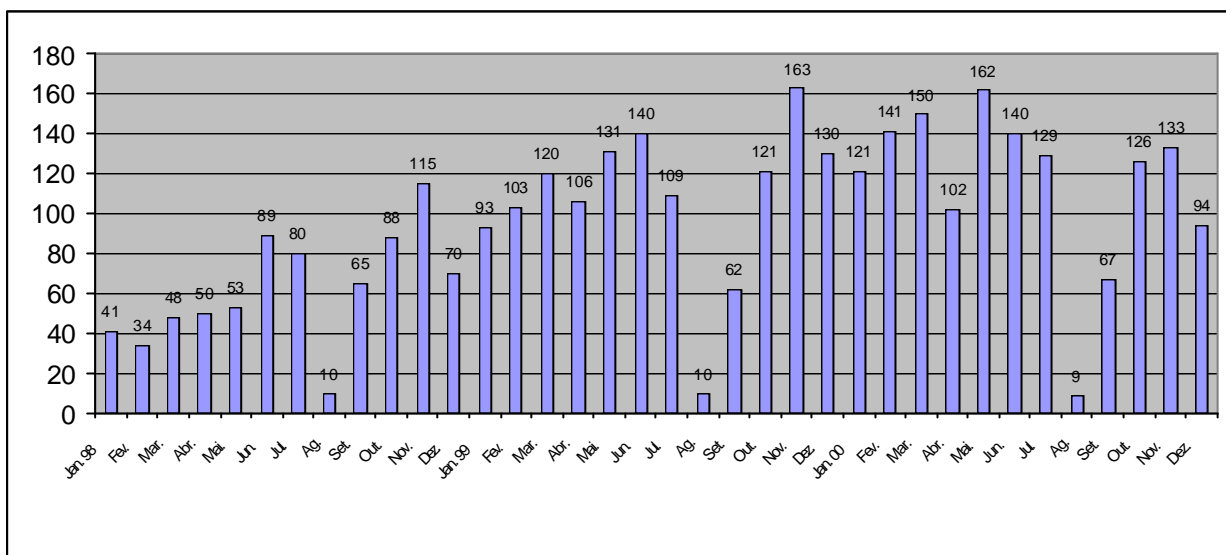


Gráfico 2: Número de sessões marcadas por mês de Janeiro de 1998 a Dezembro de 2000.

Relativamente ao número de marcações para consultas efectuadas por mês (gráfico 2), verificamos que o seu número também tem crescido de forma consistente desde Janeiro de 1998.

Os dados anuais são os seguintes:

- 1998 - 743 marcações.
- 1999 - 1288 marcações.
- 2000 - 1373 marcações.

Apesar do número de consultas por mês ser elevado, não é o suficientes para dar resposta às necessidades, existindo desde há longo tempo uma crónica lista de espera para acompanhamento. A situação é agravada pelo facto de o serviço ser cada vez mais requerido para outras intervenções que não apenas a actividade clínica, sobrecarregando os recursos humanos existentes, sub dimensionados face às necessidades sentidas e às solicitações efectuadas.

### 3.3.- Número médio de sessões/utente

Se considerarmos o número anual de marcações e dividirmos pelo número total de pessoas que nesse ano foram atendidas no serviço, encontramos a seguinte relação:

- 1998 - 743 consultas e 67 pessoas atendidas dá a média de 11,01 consultas por pessoa.



- 1999- 1288 consultas e 107 pessoas atendidas dá a média de 12,04 consultas por pessoa.
- 2000- 1373 consultas e 116 pessoas atendidas dá a média de 11,8 consultas por pessoa.

Se considerarmos, não as consultas marcadas, mas as efectivamente realizadas, a média de consultas por utentes desce para um valor muito próximo, nos três anos, dos 10,3.

### 3.4.- Tipo de queixas apresentadas pelos utentes

Os dados abaixo descritos indicam o tipo de queixas apresentadas pelos utentes e o seu peso relativo no cômputo geral dos problemas com que o GAPsi trabalha. Esta informação reporta-se ao período compreendido entre 1997 e 1999.

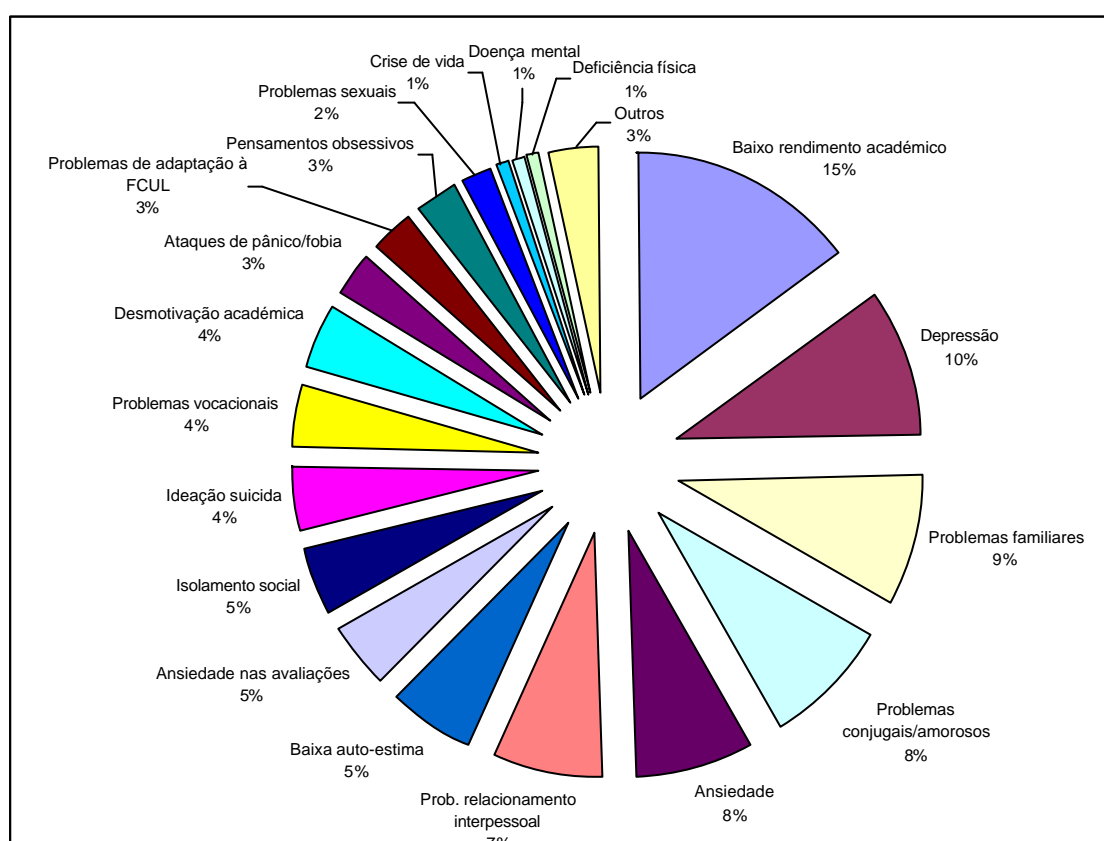


Gráfico 1- Queixas apresentadas pelos utentes e respectivo peso percentual

Será de salientar que, frequentemente, as pessoas que recorrem ao serviço apresentam mais que uma queixa/problema, estando esse facto muitas vezes relacionado com a gravidade da situação.

Para além das queixas acima discriminadas, existem ainda outras problemáticas com as quais o GAPsi se tem vindo a confrontar, ainda que de modo menos frequente. São exemplo

disso os distúrbios alimentares, a tentativa de suicídio, o abuso de substâncias, a labilidade emocional/impulsividade, os problemas de sono, a procrastinação e a dislexia.

### 3.5.- Caracterização dos utentes

Como foi referido na caracterização do GAPsi, os seus objectivos não se restringem ao apoio psicológico aos alunos da Faculdade de Ciências, mas sim a toda a sua população. No quadro abaixo está caracterizado, por anos, o tipo de utente que contacta o gabinete.

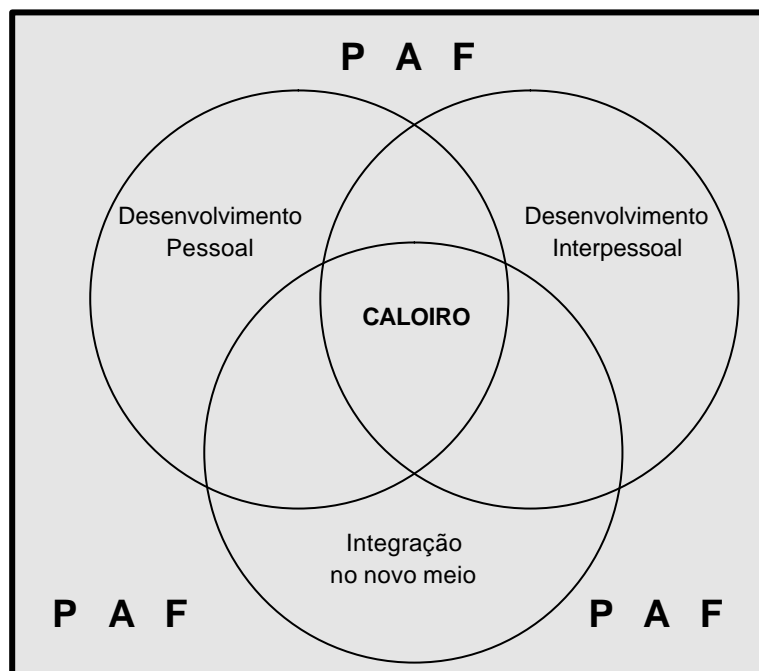
	1998	1999	2000
Alunos	89,0%	87,0%	95,2%
Funcionários	7,0%	10,1%	3,2%
Docentes	4,0%	2,9%	1,6%

## 4- Outras Actividades do GAPsi

### 4.1.- Desenvolvimento e implementação de um projecto do tipo Mentorado

O Programa de Adaptação à Faculdade (PAF), designação dada ao projecto de mentorado, desenvolve-se em torno dos alunos mais experientes, que assumem um papel central no acolhimento e acompanhamento dos caloiros.

Para a conceptualização do projecto, utilizámos um modelo tridimensional, em que o novo aluno é visto como centralizador de três vertentes fundamentais na integração no novo meio (fig. -2).



**Fig. 2- Modelo tridimensional descrevendo as vertentes a observar pelo novo aluno na passagem para o meio Universitário**

Com o PAF, procura-se criar uma rede de acolhimento, apoio e orientação, por parte dos alunos mais experientes (mentores) aos novos alunos, de modo a que se alcancem diferentes objectivos parcelares, dentro de cada uma das dimensões referidas.

Este programa vai no sentido de proporcionar aos novos alunos uma integração na nova realidade que constitua uma possibilidade de crescimento, permitindo ao aluno rentabilizar os seus recursos pessoais em conjugação com os da própria Faculdade e minimizando simultaneamente os riscos de bloqueios inerentes a qualquer fase de transição.

Neste momento, o PAF está a ser desenvolvido no Departamento de Física, no Departamento de Estatística e de Investigação Operacional e no Departamento de Química e Bioquímica. É um projecto a ser progressivamente alargado a toda a Faculdade.

#### **4.3.- Colaboração com a Associação dos Estudantes**

A relação do GAPsi com a AEFCUL tem sido de colaboração mútua, facultando o apoio solicitado em diversas áreas (casos específicos de alunos com problemas, actividades académicas, etc...) e colaborando com o Jornal da AEFCUL (*Improp*), através da elaboração de artigos de auto-ajuda.

#### **4.4.- Elaboração de textos de apoio**

O GAPsi tem vindo a desenvolver uma importante actividade na elaboração de textos de apoio. As temáticas abordadas exploram assuntos que podem ajudar os utentes do serviço e a população da FCUL (nomeadamente os alunos) nas suas problemáticas.

#### **4.5.- Colaboração em processos de selecção para colaboradores da FCUL**

O GAPsi tem vindo a desenvolver uma colaboração constante com o Conselho Directivo da FCUL no sentido de dar o seu contributo na selecção profissional de alguns colaboradores. Até ao presente, o GAPsi estruturou e implementou 9 processos de selecção.

#### **4.6.- Elaboração do Estatuto dos Alunos Portadores de Deficiência Física e Sensorial**

A pedido do CD-FCUL, o GAPsi elaborou o Estatuto Especial para os Alunos Portadores de Deficiência Física e Sensorial, a ser observado pelas diferentes estruturas internas da FCUL.

O GAPsi está igualmente envolvido numa estrutura que aborda as questões que se relacionam com estes alunos, sendo membro consultor da Comissão de Acompanhamento para os alunos portadores de deficiência física e sensorial. Nesta comissão, tem igualmente assento um representante do Conselho Directivo, dois representantes dos alunos abrangidos pelo Estatuto do Deficiente e um representante da Associação dos Estudantes.

#### **4.7.- Colaboração com a UNIVA da FCUL**

Existindo o desejo da UNIVA possibilitar aos alunos finalistas o acesso a formação na área da preparação dos alunos para processos de selecção profissional e, tendo o GAPsi *know-how* para organizar e ministrar as mesmas, estabeleceu-se uma plataforma de colaboração entre estas duas estruturas.

O GAPsi tem efectuado de forma regular palestras e *Workshop* dentro destas temáticas, sendo o público alvo os alunos finalistas.

#### **4.8.- Colaboração com os Departamentos e outras estruturas internas da FCUL**

Para além das acções que o GAPsi leva a cabo de forma mais sistemática, existe uma colaboração contínua com as restantes estruturas da FCUL, como por exemplo, a Divisão Académica, o Conselho Pedagógico, as comissões de Avaliação das Licenciaturas, o Instituto de Formação da FCUL, os departamentos e outras unidades.

## 5- Publicações e Comunicações

1. Andrez, M.; Botas, A. L.; Fonseca, S.; Gabriel, G.; Gonçalves, I.; Welling, H.. (1997) Caracterização dos utentes do Serviço de Aconselhamento Psicológico do Instituto Superior Técnico relativa ao ano de 1995. Comunicação apresentada no **1º Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior**, Instituto Superior Técnico- U.T.L., 8 de Fevereiro, Lisboa.
2. Botas, A., Chambel, J., Gabriel, G. & Costa, C., (1995) Terapia individual com os estudantes do IST: caracterização e avaliação da eficácia do Serviço de Apoio Psicológico , comunicação apresentada no Congresso **Ansiedade aos Exames- Factores Emocionais Relacionados com o Desempenho Escolar**, Universidade Lusófona, 16 a 18 de Novembro, Torre do Tombo, Lisboa.
3. Fernandes, C. (1995) A importância da família de origem: Identificação de factores etiológicos, comunicação apresentada no Congresso **Ansiedade aos Exames- Factores Emocionais Relacionados com o Desempenho Escolar**, Universidade Lusófona, 16 a 18 de Novembro, Torre do Tombo, Lisboa.
4. Fernandes, C., Ferreira, A. & Dória, I. (1995) O poder discriminativo da F.O.S. (Family of Origin Scale) e a sua utilidade de intervenção no contexto do GAPE (Gabinete de Apoio ao Estudante), comunicação apresentada nas **III Jornadas de Classificação e Análise de Dados**, Faculdade de Ciências e Tecnologia- U.N.L., 13 a 15 de Dezembro, Lisboa.
5. Fernandes, C.; Lopes, N.; Ferreira, F. & Moura, R. (1996) Alcoolismo, Famílias e Tratamento: Novas linhas para a sua abordagem na Casa de Saúde do Telhal Hospitalidades: Revista da Casa de Saúde do Telhal, Ano 60, nº-235, Abr-Jun.
6. Fernandes, C. (1996) A importância da Família de Origem nos jovens adultos. identificação de factores etiológicos e modos de abordagem , comunicação apresentada nas **III Jornadas de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos**, Faculdade de Psicologia e Ciências da Ed.-U.Porto, 24 e 25 de Outubro, Porto.
7. Fernandes, C. (1996) Primeiro emprego & Gestão de Carreira Manual de formação, CASIST, Lisboa.
8. Fernandes, C., Simões, J., Chambel, J. & Palmito, G. (1997) Investigação e o seu contributo para a integração de modelos na intervenção com jovens adultos , comunicação apresentada no **1º Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior**, Instituto Superior Técnico- U.T.L., 8 de Fevereiro, Lisboa.
9. Fernandes, C., Botas, A., Gabriel, G. & Simões, J. (1998) From 1x1 to many x many: impacts of therapeutic formats on the therapeutic alliance. Comunicação apresentada na **XIV Conferência Internacional da SEPI - Society for the Exploration of Psychotherapy Integration**, Colegio Oficial de Médicos de Madrid, 2 a 5 de Julho, Madrid.

10. Fernandes, C. (1998) A entrevista de Seleção Profissional Conferencista convidado, Faculdade de Ciências Económicas e Empresariais - Universidade Católica Portuguesa, 17 de Novembro e 14 de Dezembro, Lisboa.
11. Fernandes, C., Fachada, C., Arvelos, S. & Valente, A. (2000) Processo de acompanhamento na Academia da Força Aérea, comunicação apresentada no **III Encontro de Psicologia Militar**, 1 de Junho, Sintra.
12. Gabriel, G. ; Fernandes, C. (1997) Caracterização dos utentes do Serviço de Aconselhamento Psicológico do Instituto Superior Técnico, comunicação apresentada no **1º Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior**, Instituto Superior Técnico-U.T.L., 8 de Fevereiro, Lisboa.
13. Gonçalves, I., Welling, H., & Botas, A. & Fernandes, C. (1997) Serviços com paredes de vidro - sobre a necessidade de avaliar regularmente a eficácia dos serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior, comunicação apresentada no **1º Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior**, Instituto Superior Técnico - U.T.L., 9 de Fevereiro, Lisboa.
14. Gonçalves, I., Welling, H., Botas, A., Fernandes, C., Chambel, J., Gabriel, G., Palmito, G., Simões, J. & Andrez, M. (1997) O Serviço de Aconselhamento Psicológico do IST desde Maio de 1993 até Dezembro de 1996, comunicação apresentada no **1º Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior**, Instituto Superior Técnico- U.T.L., 8 de Fevereiro, Lisboa.
15. Gonçalves, I., Welling, H., Botas, A., Fernandes, C., Chambel, J., Gabriel, G., Palmito, G., Simões, J. & Andrez, M. (1997) O Serviço de Aconselhamento Psicológico do IST desde Maio de 1993 até Dezembro de 1996. Comunicação apresentada no **1º Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior**, Instituto Superior Técnico- U.T.L., 8 de Fevereiro, Lisboa.

A informação sumariamente descrita neste documento pode ser aprofundada no relatório do ano 2000 do Gabinete de Apoio Psicopedagógico da FCUL-UL.

### **3.16. Núcleo de Aconselhamento Psicológico (NAP) do Instituto Superior Técnico (IST)**

#### **1. Enquadramento Institucional**

O desenvolvimento da Acção Social nos sistemas de Ensino Superior tem sido reconhecido em todo o mundo como um dos factores críticos de sucesso das universidades, assumindo uma importância crescente na actual fase de desenvolvimento do Sistema Universitário Português.

Neste contexto, foi criado em 1994 no IST o Centro de Apoio Social do IST (CASIST), através de um protocolo com a Associação de Estudantes do IST e os Serviços de Acção Social da Universidade Técnica de Lisboa. O CASIST tem desde então desenvolvido actividades dirigidas aos alunos e funcionários do IST.

*O Núcleo de Aconselhamento Psicológico dá continuidade ao Serviço de Aconselhamento Psicológico que tem funcionado no âmbito do CASIST desde (13 de Maio de 1993). O seu objectivo é promover o bem-estar psicológico da população do IST, proporcionando aos utentes atendimento especializado e específico nas áreas da orientação e aconselhamento, em situações de crise, e de terapia, em caso de perturbações diagnosticadas. Pode também organizar acções de formação para estudantes, abrangendo áreas como métodos de estudo ou gestão de carreira, por exemplo. Paralelamente, deverá assessorar os restantes serviços, nos aspectos considerados relevantes do ponto de vista psicológico.*

*In Estrutura e organização dos Serviços de Acção Social do IST CDIST, Junho 1998*

Pretende-se ainda que o NAP desenvolva valências na área da prevenção primária, uma vez que acreditamos que será muito importante criar as condições para evitar o aparecimento e o agravamento dos problemas psicológicos que diariamente são apresentados pelos utentes do serviço - na verdade, pensamos que o psicólogo, mais do que um agente que facilite a conformidade, deverá ser um promotor da mudança social, estabelecendo relações estreitas de colaboração com a instituição em que trabalha e revelando-se um interlocutor válido na resolução dos problemas da Universidade.

#### **2. Valências e actividades desenvolvidas pelo NAP no período compreendido entre 1993 e 2000**

## 2.1. Actividade Clínica

No início do NAP as primeiras situações com que tivemos de lidar prendiam-se com processos de **mudança de curso** e com problemas de vida que exigiam, ou uma **psicoterapia individual** ou um processo de **aconselhamento**. Nalguns casos, pareceu-nos que seria mais aconselhável um formato de terapia individual, noutros, um formato de **co-terapia conjugal** (ver Welling & Gonçalves, 1996), e noutros ainda, um formato de **terapia familiar**. Entretanto, o NAP começou a ser solicitado pelo CDIST para emitir pareceres relativos a alunos que solicitavam o acesso à **época especial de exames**, ou que se encontravam em situação de **prescrição**, desenvolvendo então uma vertente de avaliação clínica. Em consequência, aliás, de um estudo efectuado em 1994 (Gonçalves, 1995), em que se verificou que nenhum dos alunos avaliados realizava, com sucesso, mais de três disciplinas em Época Especial de Exames, o CDIST limitou a três o número de exames que os alunos podem solicitar fazer em Época Especial.

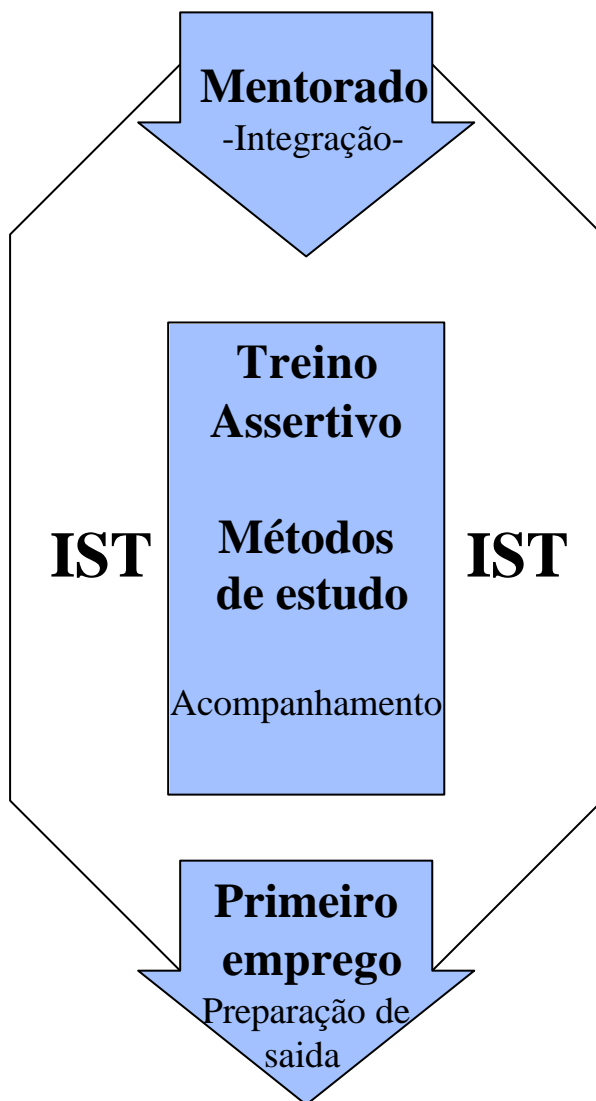
Finalmente, e com o agravamento da situação da Lista de Espera, criámos também um **Grupo Terapêutico** e um **Grupo de Desenvolvimento Pessoal**, que na prática funciona como um grupo de preparação para a terapia, direccionado para casos clínicos apenas com perturbação do Eixo I, desta forma se completando o leque de actividades do NAP. As actividades de "Terapia Individual" e de "Aconselhamento" ocupam a maior "fatia" dessas actividades. Consultar : Gonçalves(1994); Gonçalves (1995 a, 1995,b);Gonçalves & Botas (1996) e Gonçalves (1997) para uma descrição mais exacta das actividades do NAP ao longo dos últimos oito anos de funcionamento.

Em termos teóricos, penso que nos poderemos definir como terapeutas integrativos, tomando como pontos de partida os modelos cognitivo-comportamental, experiencial e interpessoal e, finalmente, sistémico.

## 2.2 Actividades na área da prevenção primária

Na época em que o NAP e o Gabinete de Apoio ao Estudante (GAPE) partilhavam as mesmas instalações (até 1997) , e em que a colaboração entre estas duas entidades pareceu óbvia e natural, surgiu a hipótese de encontrar financiamentos para implementar um programa na área da prevenção primária, programa que se intitulou "Plano de Acolhimento e Acompanhamento dos alunos do primeiro ano/primeira vez", cuja ideia principal seria proporcionar a todos os alunos do técnico um acompanhamento constante, desde o seu ingresso até à inserção na vida activa. De acordo com esta filosofia, o plano de acompanhamento iniciaria a sua intervenção com o plano de "mentorado", seguir-se-ia a formação em "assertividade" e em Métodos de Estudo, para a população geral do IST e, finalmente, o curso de primeiro Emprego e Gestão de Carreira, destinado essencialmente aos alunos que iniciam a sua transição para o mundo do trabalho. Este plano, na sua concepção, permitia a um aluno, nas diferentes fases da sua vida académica, encontrar sempre algum tipo de suporte que corresponda às suas necessidades ou dificuldades. Assim, o primeiro momento (integração) era dirigido aos alunos "caloiros", o segundo (acompanhamento) aos alunos do segundo e terceiro anos e o terceiro (preparação de saída) aos alunos finalistas.





**Fig. 1:** Esquema de acompanhamento global dos alunos do IST.

Infelizmente, e por razões que não importa agora especificar, e que envolvem também questões orçamentais, este plano nunca chegou a passar da sua fase experimental, apesar dos resultados algo encorajadores destes quatro sub projectos. Os grupos de "Métodos de Estudo" e de "Procura do Primeiro Emprego" tiveram alguma continuidade, nomeadamente através de colaborações pontuais com o Conselho Pedagógico e com a Associação de Estudantes do IST, respectivamente.

### **2.3. Actividades de estágio**

Desde o final do primeiro ano de funcionamento do NAP que aceitamos estagiários da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa (FPCE-UL), quer para a realização de estágios académicos, quer para a realização de estágios profissionais. Aliás, quase todos os elementos da equipa do NAP foram contratados pela qualidade do trabalho demonstrada no exercício das suas funções durante o período de estágio.

Ao longo destes oito anos de funcionamento do serviço, e desde o seu primeiro ano de existência, aceitámos estagiários da FPCE-UL, das áreas de "Psicoterapia e Aconselhamento" e de "Psicologia Social", vertente de Terapia Familiar, e ainda orientámos estágios profissionais com sócios da Associação Portuguesa de Terapia Comportamental e Cognitiva. Investimos seriamente neste projecto quer porque sentimos que tínhamos boas condições para oferecer: uma equipa de terapeutas experientes e com orientações teóricas distintas, bem como condições físicas de elevada qualidade, raras noutros contextos de estágio, de entre as quais se destaca a sala com visão num só sentido. Investimos também por razões menos altruístas: os estagiários poderão, nas fases finais dos seus estágios, contribuir grandemente para aumentar as capacidades de atendimento no NAP, sem custos elevados para o IST; adicionalmente, a experiência de orientação de estágios revela-se enriquecedora para os terapeutas mais experientes (ver, sobre esta temática, Welling & Gonçalves, 1996; Gonçalves & Welling, 1998, 2001).

Nos últimos oito anos, tivemos cerca de 16 estagiários no NAP. Em termos gerais, podemos afirmar que os estágios académicos correram muito melhor do que os estágios profissionais. Apontamos como razões para esta situação o facto de muitos dos estagiários em situação de estágio profissional se sentirem desencorajados com a impossibilidade de uma contratação no IST, para além de se sentirem normalmente muito pressionados para ganharem dinheiro depois de um curso de cinco anos passado na inteira dependência dos pais. A reflexão em torno desta realidade veio desmotivar-nos no sentido de continuarmos disponíveis para orientar estágios profissionais, incentivando-nos no entanto a prosseguir com os estágios académicos.

#### **2.4 Actividades de supervisão**

Todos os terapeutas e estagiários do NAP **comparecem a uma reunião/supervisão quinzenal** do Serviço. Essa reunião serve para : distribuição de novos casos, supervisão, discussão de projectos do serviço, resolução de problemas que eventualmente possam surgir e qualquer outro tema julgado interessante.

#### **2.5 Actividades de investigação**

O NAP tem-se envolvido directamente em várias actividades de investigação tomando como alvo os utentes do NAP. Com base neste trabalho, foram apresentadas várias comunicações em encontros científicos dos quais gostaríamos de destacar<sup>2</sup>:

- ◆ "Ansiedade aos Exames - Factores Emocionais relacionados com o Desempenho Escolar" (Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Novembro de 1995)

---

<sup>2</sup> Para uma referência completa das Publicações e Comunicações apresentadas por elementos do NAP ver anexo "Listagem das publicações elaboradas por elementos da RESAPES no âmbito do "Aconselhamento Psicológico nas Universidades e Institutos Politécnicos Portugueses" (Vol. 3)

- ◆ III Jornadas de Classificação e Análise de Dados" (Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa, Dezembro de 1995)
- ◆ Congresso "Avaliação no IST" (Janeiro de 1996)
- ◆ Conferência Internacional "A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior: Um desafio da Europa" (Coimbra, 1996)
- ◆ III Jornadas de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos (Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Outubro de 1996)
- ◆ IV Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia (Associação Portuguesa de Psicologia, Novembro de 1996)
- ◆ I Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior (Instituto Superior Técnico, Fevereiro de 1997)
- ◆ V Latini Dies e 3º Congresso Ibérico de Terapia Comportamental e Cognitiva (Abril de 1997)
- ◆ XIII e XIV Congressos da Society for the Exploration and Psychotherapy Integration (Toronto, Abril de 1997 e Madrid, Julho de 1998)
- ◆ II Jornadas de Psiquiatria e Saúde Mental do Alentejo (Évora, Setembro de 1997)
- ◆ I e III Seminário "Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior" (Braga, Maio 1999 e FCT - UNL, Junho )
- ◆ VII Jornadas Pedagógicas do IST
- ◆ III Simpósio Pedagogia na Universidade (UTL, 2001)

O NAP tem procurado apresentar investigações, nestes encontros, que traduzam uma reflexão e avaliação do funcionamento do serviço, bem como caracterizações dos seus utentes. Nos últimos anos tem-se centrado sobre a questão do (In)Sucesso Académico, nomeadamente através da pesquisa mencionada em 1.2. e através da colaboração, mais recente, com o Gabinete de Estudos e Planeamento (GEP) do IST.

Para além das actividades de investigação auto-geridas, o NAP tem-se disponibilizado no sentido de proporcionar algum apoio à realização de investigações em que o alvo são os utentes do NAP ou os alunos do IST, nomeadamente as teses de doutoramento da Prof. Doutora Rosário Lima e do Prof. Doutor. Telmo Baptista (FPCE - UL), e a tese de mestrado da Dra. Ana Paula Sousa, do Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho.

### **3. Recursos Humanos**

No que se refere às actividades clínicas desenvolvidas no NAP, quer a coordenadora quer os restantes elementos da equipa, exercem funções tendo em conta o espírito da portaria N° 171/96 de 22 de Maio, que regulamenta a actividade de Psicologia Clínica, e que obedece às seguintes especificações:

1. Implementar programas de acção específicos - técnicas de observação, de entrevista, de psicodiagnóstico, psicoterapia individual ou de grupo, projectos de investigação científica;
2. Identificar, prevenir e tratar problemas psicológicos nos indivíduos e nos grupos;
3. Avaliação psicodiagnóstica de indivíduos e de grupos;
4. Intervenção psicoterapêutica individual, conjugal, familiar e de grupo;
5. Avaliar a qualidade e eficácia das intervenções adoptadas;
6. Colaborar no desenvolvimento de metodologias de investigação na área da saúde e no aperfeiçoamento e criação de novos instrumentos de avaliação.

Assim, e para além da coordenadora do NAP, recentemente integrada nos quadros do IST <sup>3</sup>, e a cumprir um horário de 35 horas semanais, prestam ainda serviço no NAP cinco psicólogos, com formação pós-graduada maioritariamente em Terapia Cognitiva Comportamental, sendo que um destes profissionais realiza um horário de 25 horas semanais, e os restantes um horário de 10 horas semanais, todos em regime de contrato de avença.

Anualmente recebemos também, em média, um estagiário para realizar um estágio académico e um estagiário para realizar um estágio profissional, pelo que o número total de elementos da equipa oscila entre os 6 e os 8 elementos.

Dispomos, ainda de uma funcionária administrativa, que partilhamos com os outros núcleos do CASIST.

### **4. Funcionamento do serviço**

#### **4.1. Procedimentos de rastreio**

A partir do ano lectivo de 1996/97, e dada a existência permanente de uma Lista de Espera para atendimento no NAP, optou-se por marcar com os utentes uma sessão inicial, de rastreio, a realizar quase de imediato relativamente ao pedido inicial, sendo dado ao utente o

---

<sup>3</sup> Nos termos da alínea a) do n° 2 do Art° 4° de Decreto-Lei n° 195/97 de 31 de Julho, foi aberto concurso interno de ingresso para a categoria de técnico superior psicólogo clínico

encaminhamento considerado mais adequado após esta primeira sessão. O rastreio destina-se essencialmente à avaliação da situação, com particular ênfase na determinação do grau de urgência no atendimento.

Na primeira sessão, explicitam-se ao utente as regras de funcionamento do NAP (p. ex. pagamento, marcação de sessões, horários, lista de espera), com particular destaque para a questão da confidencialidade. Em seguida, faz-se a anamnese do utente, tendo em especial atenção questões como a história familiar, o percurso académico e o relacionamento interpessoal, incluindo as relações de amizade e amorosas. Relativamente ao problema apresentado, procura-se perceber qual é a origem do mesmo, há quanto tempo dura e quais as soluções que já foram tentadas.

No final do rastreio, entrega-se uma bateria de testes ao utente, que devem ser devolvidos, depois de devidamente preenchidos, tão rapidamente quanto possível de forma a que se possa atribuir um grau de urgência ao utente. Finalmente, o cliente é encorajado a procurar o serviço caso a sua situação se deteriore entretanto.

#### **4.2. Gestão da Lista de Espera**

Após a constatação de que a situação de "Lista de Espera" no atendimento aos utentes do NAP se tornara crónica (ver gráfico "Evolução da Lista de Espera" desde Janeiro de 1997 a Dezembro de 2000, onde se pode verificar que o número de utentes em Lista de Espera oscila entre os valores 55 e 15, aproximadamente), a equipa gerou um conjunto de regras que permitem a gestão desta realidade:

- todos os alunos que já têm apoio terapêutico no privado, ou que já terminaram o curso no IST, ou que não são alunos do IST (independentemente de o serem da UTL) não devem entrar para a Lista de Espera;
- todos os utentes que **faltam à terapia três vezes consecutivas**, sem razões de força maior que o justifiquem, têm o seu processo terapêutico automaticamente encerrado, e voltam para a Lista de Espera, se o desejarem;
- todos os alunos devem ter garantido, à partida, um total de 25 h de terapia, a partir do mês de Março de 1998; para além das 26 sessões (incluindo o rastreio), os processos terapêuticos só poderão continuar por decisão da equipe, em reunião de supervisão;
- de um modo geral, devem **implementar-se contratos terapêuticos**, sempre que possível, definindo objectivos concretos e marcando datas para o final da terapia;
- sempre que possível, os utentes em lista de espera devem ser referidos para outros serviços, públicos ou privados;
- deve promover-se a realização de estágios académicos e profissionais, aumentando o número de pessoas que fazem atendimento aos utentes;
- na sessão de rastreio, **o aluno deve ser informado sobre a existência da lista de espera e sobre o tempo médio de permanência na lista de espera**; o terapeuta que faz o

rastreio deve deixar o seu contacto para poder estar disponível numa situação de emergência ou caso as condições de vida do utente se alterem;

- deve tentar-se que **nenhum aluno permaneça mais de três meses em lista de espera**;
- sempre que possível, devem contactar-se os alunos que se encontram em lista de espera à mais tempo para lhes perguntar se continuam interessados e para lhes dar uma estimativa do tempo que, provavelmente ainda terão de esperar.

#### **Alguns critérios para a determinação do grau de urgência:**

- se o aluno apresenta ideação suicida, auto-mutilações ou sintomatologia de tipo psicótico;
- se o aluno tem sinais de ansiedade e/ou depressão tão intensos que são impeditivos de ele se deslocar para fora de casa;
- situações de crise de vida traumáticas: morte de familiares muito próximos, doença grave e súbita, abuso sexual recente;
- se o utente está em risco de prescrição ou precisa de tomar uma decisão urgente;
- se o utente classificar o seu problema como "muito severo", "extremamente severo" ou "totalmente incapacitante" (consistente com a avaliação do terapeuta, através das escalas EAGAR ou EAASL do DSM-IV);
- se o utente tem dificuldades económicas impeditivas de aceder a um serviço no privado;
- se o utente está a ser acompanhado por um psiquiatra que contacta o serviço solicitando o seu acompanhamento terapêutico.

Estas medidas permitiram a redução do número médio de utentes em Lista de Espera a partir da primavera de 2000.

## **5. Caracterização dos utentes do NAP no ano de 1997<sup>4</sup>**

O número de utentes que iniciaram processos em 1997 constitui apenas uma pequena parte do número total de utentes; assim, nesse mesmo ano, frequentaram o NAP 304 clientes em psicoterapia individual, dois em terapia familiar e dois em terapia conjugal. Estes clientes realizaram, nesse ano, um total de 2293 sessões, o que equivale a um número médio de 191 sessões mensais (oscilando entre um máximo de 264 sessões no mês de Junho e um mínimo

---

<sup>4</sup> Apresentamos dados relativos ao ano de 1997, últimos de que dispomos com o nível de detalhe desejável, uma vez que estamos neste momento a preparar novo estudo alargado dos utentes do NAP; podemos assumir que a caracterização da população para 2002 não diferirá muito da que foi feita em 1997

de 40 sessões no mês de Agosto). O número médio de sessões por utente foi de 7,4. No ano de 1997 o número total de rastreios foi de 125, o que equivale a um número médio de 10,4 sessões de rastreio por mês, com "picos" de solicitações nos meses de Maio e Outubro.

Aproveitando a possibilidade de obter dados de caracterização dos utentes com relativa brevidade, graças à criação de uma base de dados precisamente em 1997, passamos a apresentar os dados de caracterização dos utentes do NAP que iniciaram um processo terapêutico durante o ano de 1997 (n= 61). Incluem-se nestes dados apenas os utentes que de facto foram alvo de algum tipo de processo terapêutico (> 2 sessões), mas não os que apenas fizeram uma avaliação ou um rastreio no serviço.

### **5.1. Percentagem dos tipos de processos realizados**

No ano de 1997, 68% dos utentes foram acompanhados em terapia individual, 14 % foram acompanhados em aconselhamento individual e 5% em terapia conjugal. Uma minoria de utentes (12%) foi acompanhada por razões que se prendem com solicitações da instituição, nomeadamente pareceres relativos a situações de prescrição e mudança de curso. O número de utentes referenciados para outros serviços especializados é muito reduzido (1%), talvez dada a escassez de alternativas nesta área.

### **5.2. Distribuição por tipo de referência dos utentes que recorreram ao serviço**

Uma percentagem elevada de utentes (43%) são referenciados por outros utentes e/ou colegas que já conhecem os serviços prestados no Serviço. Uma percentagem bastante elevada de utentes (30%) tomou conhecimento do NAP através de folhetos ou cartazes de divulgação do serviço. Uma percentagem significativa de utentes (7%) é, na realidade, ex-utentes que reiniciaram os seus processos terapêuticos, por norma com o mesmo terapeuta.

### **5.3. Dados demográficos**

#### **5.3.1. Sexo dos utentes**

A percentagem de utentes do sexo feminino (46%) e masculino (54%) é bastante equilibrada, o que será interessante se pensarmos que há mais alunos do sexo masculino do que do sexo feminino no IST.

#### **5.3.2. Distribuição por idade dos utentes**

A idade dos utentes do NAP varia, maioritariamente, entre os 20 e os 29 anos. Uma minoria de utentes (5) tem uma idade inferior a 20 ou superior a 29 anos. Contudo, a grande maioria dos utentes tem idade compreendida entre os 21 e os 24 anos.

### **5.3.3. Distribuição por tipo de alojamento dos utentes**

Os utentes do NAP encontram-se, maioritariamente, a viver com os pais (46%); um número bastante significativo encontra-se a viver em Lisboa, em residência própria ou alugada (21%). Um número ainda significativo de utentes encontra-se a viver em quartos individuais, alugados (18%), em lares (2%), ou residências (4%), situação tipicamente mais geradora de *Stress*.

### **5.3.4. Distribuição por estado civil dos utentes**

Os utentes do NAP encontram-se, na sua esmagadora maioria (64%) solteiros e/ou sem relação de namoro. Contudo, e entre os solteiros, 29% apresentavam uma relação de namoro. Apenas 7% dos utentes eram casados.

## **5.4. Rendimento académico dos utentes**

### **5.4.1. Distribuição por ano de licenciatura dos utentes**

Os utentes do NAP em 1997 encontravam-se a frequentar o 2º ou o 3º ano da sua licenciatura. Apenas um número reduzido de utentes se encontrava a frequentar o 1º, o 4º ou o 5º anos. Salientamos ainda que só um utente frequentava uma pós-graduação.

### **5.4.2. Distribuição por número de anos reprovados pelos utentes**

A maioria dos utentes do NAP já reprovou pelo menos um ano no IST (27). Um número bastante menor não reprovou nenhum ano (11) ou reprovou 3 ou mais anos (grande insucesso). Isto é, pode afirmar-se que o insucesso académico é comum na maioria dos utentes do serviço; contudo, importa recordar que o insucesso académico é frequente entre os estudantes do IST em geral (recorde-se que o número médio de anos que os alunos da Licenciatura em Engenharia Mecânica demoram para concluir a sua licenciatura é de sete anos, em vez dos planeados cinco).

### **5.4.3. Indicadores de Psicopatologia entre os utentes do SAP**

#### **5.4.3.1. Frequência dos tipos de queixas apresentadas pelos utentes**

A frequência dos tipos de queixas apresentadas pelos utentes dificilmente poderia ser mais distante da fórmula "um utente, uma queixa". Na realidade, os utentes do serviço parecem procurar ajuda apenas quando têm, em média, uma acumulação de cinco queixas distintas. Entre as queixas mais frequentes encontram-se a "Depressão", os "Problemas



familiares", o "Baixo rendimento académico" , a "Ansiedade", os "Problemas conjugais/de relacionamento", a "Baixa auto-estima" e a "Desmotivação académica". As queixas relacionadas com o rendimento académico e a universidade, em geral, são comuns e diversificadas: "Problemas de adaptação ao IST", "Ansiedade nas avaliações", "Problemas vocacionais", "Prescrição", "Época especial" e "Perca de bolsa de estudo".

Finalmente, gostaríamos apenas de salientar, atestando a gravidade das queixas de alguns utentes, a ocorrência de "ideação suicida" e de "tentativas de suicídio".

#### 5.4.3.2. Uteses que tiveram contacto anterior com serviços de saúde mental

Cerca de 30% dos utentes do NAP já tiveram contacto anterior com serviços de saúde mental.

#### 5.4.3.3. Uteses que estão ou foram medicados por queixas relacionadas com os problemas apresentados

Em 1997, 23 % dos utentes estão ou já foram medicados, no passado, por motivos relacionados com os problemas apresentados, percentagem esta semelhante à de utentes que tiveram contacto anterior com serviços de saúde mental - i.e. entre os alunos que já pediram ajuda antes de se dirigirem ao NAP, a maioria deles recorreram, possivelmente, a psiquiatras e/ou neurologistas que indicaram terapia psicofarmacológica.

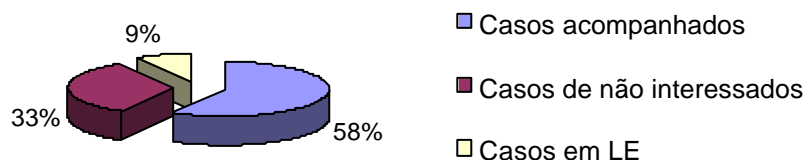
## 6 Caracterização da actividade clínica do NAP no ano 2000

Durante o ano lectivo de 1999/2000, 60 pessoas recorreram ao NAP, números a acrescentar aos 45 casos que transitaram em Lista de Espera (LE) do ano lectivo anterior (1998/99), perfazendo um total de 105 casos; destes (ver **Gráfico 1**):

33% deixaram de estar interessados em participar num processo terapêutico (35 casos);

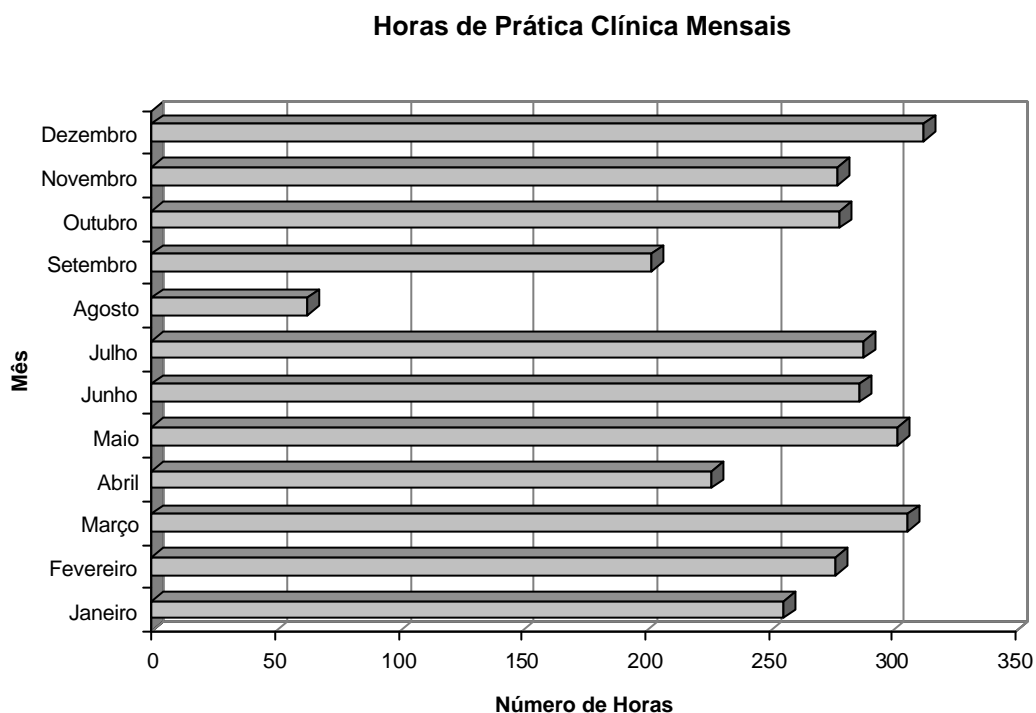
58% foram acompanhadas (61 casos); e

9% transitaram em LE para o ano lectivo seguinte (9 casos).



**Gráfico 1:** Distribuição percentual dos casos que recorreram ao NAP durante o ano lectivo de 1999/2000

A actividade clínica exercida durante o ano 2000 perfaz um total de 2978 horas (ver **Gráfico 2**), estas incluem horas de terapia individual ou de grupo, reuniões de supervisão da equipa e supervisão de estágios curriculares ou profissionais.



**Gráfico 2:** Distribuição mensal do número de horas de prática clínica exercidas durante o ano 2000

## 7. Necessidades Sentidas

As principais necessidades sentidas relacionam-se, indubitavelmente, com as dificuldades orçamentais sistemáticas que impedem a contratação de recursos humanos suficientes. O apoio a actividades de investigação, aquisição de materiais de apoio à actividade clínica e deslocações a encontros científicos também são escassos (sobretudo se estas últimas implicam deslocações para fora do país)

## 8. Referências

Botas, A. L., Chambel, J., Gabriel, G. & Costa, C. (1995) Terapia Individual com os Estudantes do IST: caracterização e Avaliação da Eficácia do Serviço de Apoio Psicológico. Comunicação apresentada no Congresso "Ansiedade aos Exames - Factores Emocionais

*Relacionados com o Desempenho Escolar"* ULHT, 16 a 18 de Novembro, Torre do Tombo, Lisboa

*Estrutura e organização dos Serviços de Acção Social do IST* (1998) CDIST, Junho

Fernandes, C. (1995) A importância da Família de Origem: Identificação de Factores Etiológicos Comunicação apresentada no *Congresso "Ansiedade aos Exames - Factores Emocionais Relacionados com o Desempenho Escolar"* ULHT, 16 a 18 de Novembro, Torre do Tombo, Lisboa

Fernandes, C., Ferreira, A. M. , Doria, I. R. (1995) O poder discriminativo da FOS (Family-of-Origin-Scale) e a sua utilidade de Intervenção no contexto do GAPE . Comunicação apresentada nas *III Jornadas de Classificação e Análise de Dados*, FPCE, 13 a 15 de Dezembro, Lisboa

Gonçalves, I. C. (1994) *Relatório do trabalho desenvolvido no Serviço de Apoio Psicológico ao longo do seu primeiro ano de funcionamento* Lisboa : IST

Gonçalves, I. C. (1995) Dois anos de trabalho no Serviço de Aconselhamento Psicológico do Instituto Superior Técnico. Comunicação apresentada no *Congresso "Ansiedade aos Exames - Factores Emocionais Relacionados com o Desempenho Escolar"* ULHT, 16 a 18 de Novembro, Torre do Tombo, Lisboa

Gonçalves, I. C. (1995) Previsões relativas ao futuro do Serviço de Apoio Psicológico. Comunicação apresentada no *Congresso "Ansiedade aos Exames - Factores Emocionais Relacionados com o Desempenho Escolar"* ULHT, 16 a 18 de Novembro, Torre do Tombo, Lisboa

Gonçalves, I. C. (1996) Sugestões sobre o Sistema de Avaliação de Conhecimentos no IST. Comunicação apresentada no *Congresso "Avaliação no IST"*: IST: Salão Nobre, 10 e 11 de Janeiro

Gonçalves, I. C. & Botas, A. L. (1996) Serviço de Aconselhamento Psicológico do IST: Três anos de experiência clínica com a população Universitária. Comunicação apresentada nas *III Jornadas de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos*, Universidade do Porto, 24 de Outubro

Gonçalves, I. C., Welling, H., Botas, A., & Fernandes, C. (1997) Serviços com paredes de vidro - sobre a necessidade de avaliar regularmente a eficácia dos Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior. Comunicação apresentada no *I Encontro de Serviços de Aconselhamento Psicológico no Ensino Superior*, Instituto Superior Técnico, 8 de Fevereiro, Lisboa

Gonçalves, I. C. (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*, 201-209 Universidade de Coimbra.

- Gonçalves, I. C. & Welling, H. (1998) Freshmen psychotherapists and Psychotherapy Integration in Internships. Comunicação apresentada na *XIV Conferência Internacional da SEPI*, Madrid, 2 a 5 de Julho
- Gonçalves, I. & Welling, H. (2001) Psicoterapeutas, trabalho em equipa e integração em Psicoterapia Psicologia, Vol. XV, pp 267-287
- Gonçalves, I. C. , Botas, A. L. & Duarte, B. (2001) O estudante do Ensino Superior - a necessidade de serviços de aconselhamento psicológico em meio universitário. Comunicação apresentada no *III Simpósio Pedagógico na Universidade "O estudante nas escolas da UTL" ISA*, 9 de Maio
- Welling, H. & Gonçalves, I. C. (1996) Co-terapia de casal: relato de uma experiência no Serviço de Aconselhamento Psicológico do IST. Comunicação apresentada nas *III Jornadas de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos*, Universidade do Porto, 24 de Outubro
- Welling, H. & Gonçalves, I. C. (1996) Actividades de Estágio e Supervisão no Serviço de Apoio Psicológico do IST. Comunicação apresentada no *IV Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, Associação Portuguesa de Psicologia, Lisboa, 28 e 29 de Novembro
- Welling, H. & Gonçalves, I. C. (1998) We all stand together: psychotherapists, teamwork and psychotherapy integration Comunicação apresentada na *XIV Conferência Internacional da SEPI*, Madrid, 2 a 5 de Julho
- Welling, H. & Silva, S. (2000) A psicoterapia e o insucesso escolar. Comunicação apresentada no *III Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior FCT-UNL*, 30 de Junho

### 3.17. Serviço Aluno e Carreira da Universidade Católica Portuguesa

O **Serviço Aluno e Carreira** surge no entendimento de que o ALUNO, ao chegar à Universidade, tem, pelo menos, três tipos de necessidades:

- técnico-científica
- institucional
- desenvolvimental

À primeira respondem as licenciaturas (e restantes cursos), biblioteca, centros de estudo e investigação. À segunda respondem os serviços de estrutura e operacionais tais como as secretarias e serviços administrativos, serviços de informática, relações públicas, serviços financeiros. À terceira pretende responder o **Serviço Aluno e Carreira**, que congrega os anteriormente existentes Serviço Social, Serviço de Carreiras e Gabinete de Apoio ao Aluno.

O **Serviço Aluno e Carreira** tem como objectivos facilitar o processo de transição do ensino secundário para o ensino superior, desenvolver competências de estudo, apoiar os estudantes do ponto de vista pessoal, social e psicológico, desenvolver competências de empregabilidade e facilitar o acesso a oportunidades de trabalho. Pretende-se que o ALUNO saia da nossa Universidade com mais-valias que lhe permitam conviver e enfrentar o mercado de trabalho com ferramentas pessoais mais sólidas. O **Serviço Aluno e Carreira** foi criado em 14 de Maio de 2001.

O que justifica a existência do **Serviço Aluno e Carreira** é a criação de sinergias que permitam, por um lado, rentabilizar o apoio ao ALUNO em várias áreas da sua existência e, por outro, tornar a instituição que o recebe mais apelativa nas suas vertentes de acolhimento, acompanhamento e apoio. Assim, este serviço destina-se única e exclusivamente aos alunos e ex-alunos da Universidade Católica Portuguesa, com excepção da valência do acompanhamento psicológico, aberto à comunidade, mas numa quota sensível e flexível de 6 processos psicoterapêuticos/ano.

Pela criação do **Serviço Aluno e Carreira** pretende-se que haja maior clareza de quem pode servir de "porto de abrigo" às diferentes necessidades não-curriculares do ALUNO. Isto mesmo foi realizado até Maio de 2001 por serviços distintos (Serviço Social, Serviço de Carreiras e Gabinete de Apoio ao Aluno). Pela unificação destes serviços e partilha de experiências, saberes e ferramentas, pretende-se responder a um objectivo comum: **o desenvolvimento do ALUNO e da sua carreira desde a sua entrada na Universidade.**

Tendo sempre como fim esse desenvolvimento o **Serviço Aluno e Carreira** visa responder a solicitações que venham do próprio ALUNO, da própria UCP (1) e do exterior (2).

O **Serviço Aluno e Carreira** deseja responder às solicitações da UCP(1) no que toca às relações com o ALUNO, como, por exemplo: participar no processo de auto-avaliação das Faculdades, colaborar em documentação distribuída ao ALUNO, etc.

No que diz respeito às solicitações do exterior (2) o **Serviço Aluno e Carreira** pretende incrementar relações entre empresas e a Universidade, quer facilitando as apresentações daquelas na UCP, quer dinamizando processos de recrutamento.

## O que o aluno pode encontrar no Serviço Aluno e Carreira

- apoio em metodologia de estudo
- suporte social (bolsas e outros benefícios sociais), pessoal e psicológico
- promoção de condições de sucesso escolar
- suporte na integração na Universidade
- formação extracurricular
- promoção de experiências de solidariedade
- promoção de experiências de trabalho ao longo do curso (sondagens, etc.)
- criação de competências de empregabilidade
- integração no mercado de trabalho
- apoio a iniciativas dos alunos (conferências, colóquios, projectos)
- apoio na pesquisa de formação pós-graduada

## Recursos Humanos envolvidos

Aproveitando os recursos previamente existentes no Serviço Social, Serviço de Carreiras e Gabinete de Apoio ao Aluno, o **serviço Aluno e carreiras** pauta-se pela diversidade de formações de base e congrega:

Dra. Maria Lopes Cardoso – Licenciada em Política Social (Coordenadora)

Dra. Maria Teresa Mesquita Ramos – Assistente Social

Dra. Ana Martins – Psicóloga

Paula Pinto – Apoio técnico administrativo

Assim, o Serviço conta com 4 técnicos a tempo inteiro, para além de 2 estagiários de Psicologia da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, ao abrigo do protocolo assinado entre as duas instituições. O Serviço conta ainda com secretariado de apoio a tempo inteiro.

Actualmente estão inscritos cerca de 450 alunos (no início de Novembro de 2001) do Centro Regional do Porto da Universidade Católica Portuguesa, o que representa mais de ¼ do total de alunos que frequentam com assiduidade a Escola. Acrescem ainda cerca de 75 licenciados. Apenas no Pólo da Foz do Centro Regional do Porto e nas suas 4 Faculdades

(Economia e Gestão; Direito; Escola das Artes; Teologia) existem cerca de 2 500 estudantes, sendo assim o rácio nº de técnicos/nº de alunos ligeiramente superior a 4/2 500.

Desde Outubro de 2001, o Serviço realizou sensivelmente 142 horas de Consulta Psicológica, sendo o total de pedidos nesse período, para Consulta Psicológica exclusivamente, de 31. O número médio de sessões/indivíduo será de 10.

**Os pedidos incluem: assistência social, acompanhamento pedagógico, actividades/projectos de alunos, sondagens, oportunidades de trabalho (alunos) e emprego (finalistas e recém-licenciados), programas de desenvolvimento de competências de empregabilidade e transição para o mundo do trabalho, programas de desenvolvimento de competências de estudo, programas de tutoria de pares, consulta psicológica (aconselhamento psicológico, psicoterapia, orientação vocacional, balanço de competências), acções de formação (competências transversais).**

### **3.18. Serviços de Atendimento a Universitários da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa**

Dada a actual situação de reestruturação dos Serviços à Comunidade da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa, enviamos apenas informação de carácter geral e, mais especificamente, no que se reporta aos Serviços que abrangem estudantes do ensino superior. Não nos é, assim, possível de momento apresentar material de divulgação e dados pormenorizados sobre os Serviços/Núcleos de Psicologia, nem dados relativos à respectiva "Inserção Institucional".

Nos Estatutos da F.P.C.E. de Lisboa é contemplada a prestação de Serviços à Comunidade nos vários domínios da Psicologia e das Ciências da Educação, desde que enquadrados numa perspectiva de apoio prático à formação e à investigação (o que pressupõe supervisão e orientação de estágios). Apesar da data de início de funcionamento dos Serviços ser muito anterior à inauguração das novas instalações da Faculdade (1990), sem dúvida que estas contribuíram significativamente para o desenvolvimento e projecção dos Serviços à Comunidade.

De acordo com os objectivos específicos de cada Serviço/Núcleo, procura-se dar resposta às diferentes necessidades dos destinatários (cujas faixas etárias abrangem todo o ciclo de vida do indivíduo) e, assim, implementar os tipos de intervenção considerados mais adequados por cada uma das especialidades. O Núcleo Cognitivo-Comportamental – Psicoterapia e Aconselhamento faz dois tipos de atendimento: a crianças e adolescentes e a adultos, entre os quais também se contemplam estudantes do ensino superior. O Serviço de Psicologia da Orientação e Desenvolvimento da Carreira, apesar de atender jovens do 9º ano de escolaridade, estudantes do ensino secundário e adultos, privilegia o Aconselhamento de Carreira a universitários. No que se refere a estes, não são designados "estudantes do ensino superior", por ser dada prioridade aos alunos da própria Faculdade, a alunos provenientes do Centro de Saúde e de outras Faculdades da Universidade de Lisboa, bem como a alunos encaminhados pelo Núcleo de Aconselhamento Psicológico do Instituto Superior Técnico, com o qual este Serviço da Faculdade mantém desde sempre uma estreita colaboração.

Apresentam-se de seguida trabalhos e artigos publicados no contexto do ensino superior e que traduzem o tipo de investigação que tem sido levada a cabo nesta área:

Lima, M. R. (1989). *Estudo da Maturidade Vocacional em Estudantes Universitários*. (Trabalho de síntese apresentado nas Provas de acesso à categoria de Assistente de Investigação), Lisboa (policopiado).

Teixeira, M. O. & Lima, M. R. M. (1992). *Caracterização Vocacional de Grupos de estudantes do ensino superior. Estratégias de intervenção*. (Comunicação apresentada nas I Jornadas de Estudo da Sociedade Portuguesa de Psicologia: Psicologia, Portugal e a Europa), Coimbra.

Afonso, M. J. & Lima, M. R. (1995). *A Saliência dos Papéis em estudantes do ensino superior*. (Comunicação apresentada nas II Jornadas de Estudo da Sociedade Portuguesa de Psicologia: Desenvolvimento e Cultura), Lisboa.



- Lima, M. R. (1995). A Necessidade de Serviços de Orientação. Alguns dados de um Estudo com Jovens Universitários. In Ferreira Marques, J. & Rafael, M. (Eds), *Career Guidance Service for the 90's*. Proceedings. Lisboa (pp. 332 - 346).
- Lima, M.R. (1997). Aconselhamento de Carreira a Estudantes do Ensino Superior. In Actas da Conferência Internacional "A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior. Um Desafio da Europa" (pp. 201 -209). Coimbra, Portugal.
- Lima, M.R. (1998). Orientação e Desenvolvimento da Carreira em Estudantes Universitários. Estudo das Atitudes de Planeamento e Exploração, Identidade Vocacional, Saliência dos Papéis e Factores de Carreira. Dissertação de doutoramento. Lisboa, Portugal: Universidade de Lisboa.
- Lima, M.R., A "Minha Situação Vocacional" e "Inventário de Factores de Carreira" como instrumentos de diagnóstico: apresentação, necessidades dos estudantes e factores de adaptação (1999). Comunicação apresentada no II Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior. Aveiro.
- Lima, M.R., A intervenção psicológica em orientação da carreira como medida preventiva de comportamentos adaptativos: dados de um estudo com estudantes universitários (2000). Revista da Universidad Nacional de La Plata (Argentina) (no prelo).
- Duarte, A. (2001). Avaliação e Modificação de Concepções, Motivações e Estratégias de Aprendizagem em Estudantes do Ensino Superior. Dissertação de doutoramento. Lisboa, Portugal: Universidade de Lisboa.
- Lima, M.R. (2001). A saliência dos papéis em orientação e desenvolvimento da "Career Indecision in Higher Education: A Multivariate Data Analysis Study" (2001). Comunicação apresentada no Seminário "32nd European Mathematical Psychology Group Meeting". FPCE da UL.carreira. *Psychologica*, 26, 151-160.
- Martínez, I., Pinto, A., e Lopes da Silva, A. (2000/2001). Burnout em Estudantes do Ensino Superior. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 35, 151-167.
- Ser Caloiro na Universidade de Lisboa (1999). Projecto de investigação financiado pela Universidade de Lisboa, com a colaboração de docentes e investigadores da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, da Faculdade de Letras e da Faculdade de Medicina.
- Projecto de investigação "Inquérito aos licenciados - 1980 a 2000", de âmbito institucional e com a finalidade de analisar os percursos escolares e profissionais dos diplomados da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.

### **3.19. Serviço de Aconselhamento Psicológico dos Serviços de Acção Social (SAP) do Instituto Politécnico de Setúbal**

#### **Breve resenha histórica**

O Serviço de Aconselhamento Psicológico (SAP) dos Serviços de Acção Social (SAS) do Instituto Politécnico de Setúbal, foi implementado no dia *1 de Outubro de 1997*, na sequência da análise dos resultados obtidos com a aplicação de um questionário, por iniciativa dos SAS, onde os alunos consideravam prioritária a criação de um serviço de apoio psicológico. Este momento coincidiu no tempo com a apresentação do ante-projecto para a criação e implementação do SAP no IPS, pelo que estavam reunidos os pressupostos para a sua aplicação.

Uma vez que os serviços de saúde estão legalmente integrados na estrutura orgânica dos SAS, a Presidência do IPS definiu a inclusão do serviço nessa mesma estrutura.

#### **Localização**

O SAP funciona nas instalações dos SAS, em salas autónomas que garantem a confidencialidade, com a seguinte morada:

**Serviços de Acção Social do IPS**

**Serviço de Aconselhamento Psicológico**

*Campus* do IPS

Estefanilha

2910-761 Setúbal

#### **A equipa**

- Dr.<sup>a</sup> Graça Palmito (em regime de requisição por um ano, sendo o seu quadro de origem o da Direcção Geral dos Impostos)

- Dr.<sup>a</sup> Izabel Teixeira (em contrato de avença com 10 horas semanais)

Licenciadas em Psicologia pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.

Uma vez que o número de estudantes do Instituto Politécnico de Setúbal é de 5 739 (294 dos quais em complemento de formação), o rácio nº de técnicos/ nº de alunos será um pouco superior a 1/5 700.

## Objectivos

### Objectivo Principal

- Promoção do bem estar psicológico dos alunos com vista ao equilíbrio necessário para a promoção do sucesso académico e da qualidade de vida.

### Objectivos Específicos

- Facilitar a adaptação / integração dos alunos do IPS
- Ajudar os alunos na transição do ensino secundário para o ensino superior
- Resolução de problemas ou dificuldades que impeçam a concretização do objectivo principal
- Ajudar os alunos a lidar com as tarefas inerentes à fase de ciclo de vida de jovem adulto, como sejam: a consolidação da sua identidade pessoal; a promoção da autonomia; o afastamento da família de origem; a realização profissional; o desenvolvimento e/ou a consolidação de aptidões sociais; a promoção da auto-estima (confiança em si e responsabilização), entre outras
- Ajudar os alunos na transição para o mercado de trabalho, proporcionando-lhes formação comportamental adequada para a realização de entrevistas de selecção, elaboração de *curricula* e estratégias para procura do primeiro emprego.
- Apoiar os alunos que se encontram alojados na Residência de estudantes de Santiago (longe da sua família de origem), promovendo a boa integração e as condições necessárias ao bom desempenho académico

## Actividades Desenvolvidas

### Em curso:

- Aconselhamento psicológico
- Psicoterapia
- Formação comportamental
- Aplicação do programa de métodos de estudo
- Realização do estudo: Residência de Estudantes de Santiago: segurança e bem estar
- Apoio aos alunos residentes
- Encaminhamento de casos que não podem ser tratados no âmbito de intervenção do SAP (ex: toxicodependência, alcoolismo, dificuldades económicas)
- Edição das brochuras "Estudar no IPS" e "Estratégias de estudo no Ensino Superior"

### **Em preparação:**

- Recepção ao caloiro residente
- Projecto Mentorado (recepção dos alunos de 1º ano dos diferentes cursos ministrados no IPS)

## **Dados Estatísticos**

Nos **três primeiros anos** de funcionamento o SAP atendeu **47 alunos**, das diferentes escolas do IPS, dado que o Serviço funcionava apenas durante 10 horas semanais, divididas entre as duas psicólogas que compõem a equipa actual.

Só **no ano lectivo de 2000/2001** foram atendidos **57 alunos**, sendo que o Serviço alargou o seu horário de funcionamento. Actualmente está ao dispor dos alunos todos os dias úteis das 9.30h às 12.30h e das 14.30h às 16.30h.

No ano lectivo de 1999/2000, o Serviço recebeu 31 pedidos de acompanhamento individual, contudo 9 alunos desistiram antes da sessão de rastreio. O número médio de sessões por utente foi de 10. Os pedidos mais frequentes incluíram:

- ◆ Aconselhamento Individual: Rendimento Académico e Orientação de Carreira
- ◆ Terapia Conjugal: Relacionamento Amoroso
- ◆ Psicoterapia Individual: Depressão, Relacionamento Interpessoal, Luto, Problemas Familiares, Problemas de Relacionamento Amoroso, Ataques de Pânico, Ansiedade, Ansiedade às Avaliações, Isolamento Social e Adaptação ao IPS.

## **Avaliação dos Resultados**

Dadas as características do Serviço, o seu âmbito de intervenção, e as dificuldades resultantes da pouca disponibilidade dos terapeutas para utilizar metodologias de avaliação mais objectivas, nesta data só é possível avaliar empiricamente os resultados obtidos com a implementação do SAP.

O aumento substancial da procura, o *feedback* dado por alunos, docentes e seus familiares e a avaliação que as psicólogas fazem quanto ao sucesso dos processos terapêuticos, sugere a importância da existência do Serviço dentro da comunidade académica, com a concretização eficaz dos seus objectivos (*supra* mencionados).

Note-se no entanto que o vínculo precário que as psicólogas tem em relação ao Serviço e a ausência de legislação que regulamente o exercício das suas funções, não deixa de ser um factor constrangedor, só ultrapassado dia-a-dia com o empenho incondicional e a ética segura dos intervenientes em todo o processo. É óbvio que esta situação não pode perpetuar-se no tempo, até porque a satisfação no trabalho necessária à motivação dos terapeutas e à qualidade de vida a que também eles próprios têm direito não é sustentada a longo prazo.

### 3.20. Gabinete de Aconselhamento Psicológico da Universidade de Évora

O Gabinete de Aconselhamento Psicológico (G.A.P.) da Universidade de Évora começou a funcionar em Junho de 1996 por sugestão e empenhamento de um grupo de psicólogos docentes na referida Universidade. A criação deste Gabinete tinha como objectivos:

- Promover o desenvolvimento integral do estudante.
- Contribuir para a sua integração psicossocial
- Ajudar na resolução de problemas diversos, nomeadamente os experimentados a nível académico.
- Melhorar a qualidade de vida dos estudantes.

Aparece assim, como um serviço de consulta psicológica, definida não no sentido mais limitado do *counselling* anglo-saxónico, mas no seu sentido mais amplo, englobando, por isso, o aconselhamento psicológico e educacional, a psicoterapia, a consultadoria, quer a nível individual, quer a nível grupal .

Em finais de Setembro de 1997 o Gabinete foi integrado nos Serviços de Acção Social. Manteve, no entanto, uma ligação estreita com os docentes de Psicologia da Universidade, tendo sido sempre coordenado por um Professor da área da Psicologia. Este ano o Gabinete viu a sua inserção institucional alterada, passando a estar directamente dependente da Reitoria..

Neste momento, está nos órgãos competentes da Universidade para aprovação, a proposta de criação dum Centro de Intervenção Psicológica como uma unidade científico pedagógica qual o G.A.P. será integrado. O G.A.P. passará a ser, assim, um núcleo do referido Centro que tem como um dos seus objectivos a prestação de serviços à Universidade e à comunidade em geral, no âmbito da intervenção psicológica. destacando-se como uma das suas prioridades, o aconselhamento psicológico aos estudantes da Universidade de Évora.

Nestes seus já quase 5 anos de funcionamento, por questões de vária natureza, têm sido realizadas, sobretudo, consultas individuais, sendo o rácio aproximado de um psicólogo para 7000 alunos.

Ano	Nº de consultas realizadas	1ª consultas
1996	47	9
1997	209	49

1998	440	82
1999	498	83
2000	404	52
<b>TOTAL</b>	<b>1598</b>	<b>275</b>

Inicialmente as consultas foram realizadas por psicólogos/docentes da Universidade. Como a partir de Outubro de 1997, o Gabinete passou a poder contar com uma técnica a tempo inteiro (Técnico Superior de 1ª Classe, nos quadros da Universidade), que passou a assegurar uma grande percentagem das consultas, continuando no entanto, a haver psicólogos/docentes da Universidade a realizar consultas no serviço. As consultas são gratuitas para os estudantes da Universidade de Évora.

A única excepção às consultas individuais foi o funcionamento, no ano de 1997, de um Grupo de Desenvolvimento de Competências Pessoais e de Aprendizagem. Este foi orientado por duas psicólogas/docentes da Universidade, tendo sido realizadas 18 sessões, com uma periodicidade semanal, nas quais foram trabalhados aspectos diversos nomeadamente os relacionados com o processo de aprendizagem e o desenvolvimento de competências neste domínio

Depois de ter estado a funcionar num espaço com muito poucas condições, o Gabinete, graças ao empenhamento do reitor da Universidade, tem neste momento um espaço adequado ao seu funcionamento, do qual constam 3 gabinetes de atendimento individual, um gabinete para funcionamento de grupos e uma sala de espera. Tem também, um orçamento próprio para assegurar o seu funcionamento e o apoio de uma secretária a tempo inteiro.

Parece-nos que a intervenção psicológica no Ensino Superior deve passar por serviços de consulta centrados no desenvolvimento, incluindo nestes um leque de modalidades de intervenção directa ou indirecta, centrada nos indivíduos, em grupos, ou nos contextos mais amplos da instituição onde se inclui o aconselhamento, a consulta, a psicoterapia, a educação psicológica e a consultadoria-formação.

Se até agora o espaço do aconselhamento e psicoterapia individual tem sido privilegiado no serviço, é nossa intenção alargar o âmbito da nossa intervenção ao trabalho com grupos de desenvolvimento, centrados na promoção de estratégias de estudo aprendizagem ou de qualquer outro aspecto do desenvolvimento pessoal. Nesta linha, estamos a pensar pôr em funcionamento um grupo centrado nas problemáticas vocacionais e um outro grupo mais direccionado para a promoção de competências de aprendizagem. Da mesma forma gostaríamos que a nossa intervenção deixasse de ter como objecto apenas os alunos com dificuldades, para passar a incluir acções preventivas e promocionais que potencializem os recursos da instituição, centrando-se na promoção da qualidades dos contextos e das interacções neles existentes. O que nos remete necessariamente para a importância do trabalho em equipa com outros agentes da Universidade.

## **3.21. Gabinete de Apoio Psico-Pedagógico do Instituto Politécnico de Beja**

### **1. Introdução**

A população que entra no Ensino Superior encontra-se na sua maioria no fim da adolescência e no início da idade adulta pelo que, se depara com várias tarefas de desenvolvimento das quais se destacam.

- Diferenciação do indivíduo em relação à família de origem.
- Construção da auto-estima.
- Capacidade para estabelecer relações heterossexuais.
- Consolidação dos seus valores, ideias e estilos de vida.
- Concretização de um projecto de vida.
- Mudança para o Ensino Superior.
- Entrada no mundo do trabalho a curto ou médio prazo.

Muitos dos alunos são oriundos de outros espaços e tempos de cultura, isto é estão separados da sua família e amigos (Apoio Social) pelo que, se deparam com novas experiências de vida no seu processo de integração (na escola superior e na comunidade que a rodeia). Acontece, que muitos são aqueles que não possuem as competências necessárias para ultrapassarem esta fase das suas vidas, apresentando dificuldades a vários níveis: pessoal, social e/ou académico, pelo que, não sabendo a quem recorrer enveredam por estilos de vida de vertigem. No sentido de uma aposta na prevenção de comportamentos de risco, de combate ao insucesso escolar, promoção de estilos de vida salutareis, e integração dos novos profissionais na vida activa, surgem vários Gabinetes de Apoio Psico-Pedagógico ou de Aconselhamento Psicológico do Ensino Superior Universitário ou Politécnico, que têm como principal função ajudar os alunos na resolução dos seus problemas pessoais e académicos.

O Instituto Politécnico de Beja (IPB), constituído pela Escola Superior Agrária, Escola Superior de Educação, Escola Superior de Tecnologia e Gestão, e Escola Superior de Enfermagem com uma população com mais de 3000 alunos, oriundos na sua maioria de meios sócio-económicos e culturais desfavorecidos, dos quais, aproximadamente 70% se encontram deslocados do seu agregado familiar e da comunidade onde sempre viveram e construíram laços afectivos, tem tido sempre a preocupação em valorizar a vida académica dos estudantes desta instituição.



Ao tomar consciência destas necessidades surgiu a ideia de criar um Gabinete de Apoio Psico-Pedagógico do I.P.B. integrado nos Serviços de Acção Social.

O Gabinete de Apoio Psico-Pedagógico actuaria essencialmente em três vertentes:

Proporcionando apoio psicológico, aconselhamento pessoal/emocional, informação, orientação escolar e profissional, numa atmosfera confidencial;

promovendo actividades ou acções de sensibilização/formação e intervenção no âmbito da prevenção do risco e promoção da saúde, e;

implementando actividades de investigação e intervenção no âmbito do Ensino Superior.

## 2. Historial do GAPP

### 2.1. Cronologia

O Gabinete de Apoio Psico-Pedagógico (GAPP) começou a funcionar a partir de Janeiro de 2000 numa fase experimental e em Janeiro de 2001 numa fase definitiva. No entanto, como pode ser observado pelo Quadro 1, o projecto já tem alguma história.

O GAPP procura ajudar os alunos do Ensino Superior Politécnico a construírem uma vida pessoal harmoniosa, por isso, aposta na prevenção de comportamentos de risco e na promoção e manutenção de comportamentos salutarres. No *período de pré-funcionamento*, exploraram-se as formas de actuação e de resposta às necessidades do público alvo. Esta fase terminou em Dezembro de 2000, altura em que foi feita uma avaliação do trabalho realizado, iniciando o seu *funcionamento em concreto* a partir de Janeiro de 2001. Houve sempre a preocupação de dar passos seguros, que respeitem etapas previamente elaboradas, pois, consideramos que estamos a fazer algo de novo no âmbito da valorização da qualidade de vida dos alunos, da promoção do sucesso académico e profissional e da construção do bem-estar dos alunos do ensino superior. Após o longo caminho efectuado, finalmente vemos um sonho que se tornou realidade.

QUADRO 1 – HISTÓRIA DO GAPP, DA EDIFICAÇÃO À ACTUALIDADE

DATA	ACONTECIMENTO
1995	O grupo de psicólogos da Unidade das Ciências da Educação, da Escola Superior de Educação de Beja, propõe à Comissão Instaladora da referida escola um serviço de apoio psicológico aos alunos, disponibilizando para isso, os psicólogos da unidade.
1996	É colocada em debate na Unidade das Ciências da educação da ESEB a pertinência e a possibilidade de alargar o serviço de apoio psicológico a todos os alunos do Instituto Politécnico de Beja.
Fevereiro	Participação de duas psicólogas da ESEB, a Dr. <sup>a</sup> Cristina Faria e a Dr. <sup>a</sup> Amélia

de 1997	<p>Gomes, no 1º Encontro de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior – Instituto Superior Técnico – Lisboa.</p> <p>Estabeleceram-se contactos e foi recolhida informação sobre gabinetes de apoio psicológico a funcionar em algumas instituições portuguesas do ensino superior.</p>
Fevereiro de 1997	Solicitação à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, na figura do Professor Doutor Joaquim Armando Ferreira, para apoiar e ajudar a implementar o Projecto do GAPP no IPB.
Março de 1997	Envio de cartas e estabelecimento de contactos com o Ministério da Educação e o Ministério da Saúde sobre apoio psicológico e educação para a saúde no ensino superior.
Setembro de 1997	Apresentação do Projecto do GAPP à Presidência do IPB e ao Administrador dos Serviços de Acção Social.
1997 1998	<p>Envio do documento do Projecto do GAPP ao Conselho Directivo, Conselho Pedagógico e Conselho Científico das três Escolas (ESEB, ESAB e ESTIG).</p> <p>Estabelecimento de contactos e recolha de informações no sentido de auscultar a sensibilidade das três escolas do IPB à criação do GAPP.</p>
Outubro de 1998	Estabelecimento de contactos e divulgação do Projecto do GAPP à Dr.ª Isabel Loureiro (Coordenadora Nacional do PPES) e a Dr.ª Idalécia Ferreira (PPES- Alentejo) durante o 1º Encontro Ibérico de Prevenção de SIDA na Escola, realizado na Universidade de Évora.
Dezembro de 1998	Reunião com os médicos de Saúde Pública do Baixo Alentejo, da Administração Regional de Saúde de Beja, onde esteve presente o Administrador dos Serviços de Acção Social e duas psicólogas da ESEB, a Dr.ª Cristina Faria e a Dr.ª Amélia Gomes.
1998 1999	O Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB diligencia o estabelecimento de parcerias.
Janeiro de 1999	Apresentação e divulgação do Projecto do GAPP aos Conselhos Directivos, Conselhos Pedagógicos e Conselhos Científicos das três Escolas do IPB (distribuição do documento).
Setembro de 1999	Formação da Equipa do GAPP (Administrador dos SAS; psicólogos da ESEB; um professor de cada escola e um funcionário de cada escola designados pelos respectivos Conselhos Directivos; um aluno de cada escola designados pelas respectivas Associações de Estudantes.
21 de Outubro de 1999	Apresentação da comunicação: “GAPP– por um futuro melhor.; no Auditório dos Serviços Comuns nas 6ªs Jornadas da ESEB.

Janeiro de 2000	Data de início do período de pré-funcionamento do GAPP durante um ano civil:
Janeiro de 2001	Início do funcionamento do GAPP. Constituição do Conselho do GAPP e identificação dos elementos.
Março de 2001	Estágio profissional no âmbito do GAPP com uma psicóloga a tempo integral. Participação da Coordenadora do GAPP, Prof. Doutora Maria Cristina Faria com uma comunicação em 9 de Março, na Universidade do Algarve, no IV Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior - A Relação Pedagógica no Ensino Superior, como o tema "Apoio Psicopedagógico e Sucesso Académico". Integração dos elementos da Escola Superior de Enfermagem no Conselho do GAPP.
Junho 2001	Acção de formação sobre dinâmicas de Grupo em Jovens. Oficina de Prevenção de Toxicodependências. 1º Fórum de Investigação e Intervenção Psicopedagógica no Ensino Superior subordinado ao tema "Apoio Psico-Pedagógico". Apresentação da página do GAPP. Participação num painel "Teatro e Lua de Joana"- Prevenção de Toxicodependências. Início do Projecto de Investigação sobre " Desenvolvimento e Vivências Académicas dos Estudantes do IPB ".
Setembro de 2001	Apresentação de uma comunicação sobre o tema "Bem-Estar Subjectivo e Vivências Académicas nos alunos do 1º Ano do Ensino Superior" no VI Congresso Galaico-Português de Psicopedagogia em Braga.
Outubro de 2001	I Semana da Saúde e I Encontro Nacional de Promoção e Educação para a Saúde.
Dezembro de 2001	Estágio Profissional no âmbito do GAPP com uma psicóloga a tempo integral. Contratação de uma educóloga em regime de avença.
Abril de 2002	Início do Ciclo de Debates do GAPP com as Noites do Desassossego: 9 de Abril - "Saúde Pública e Cabos de Alta Tensão" Fórum "As Crianças, a Música, o Conto e o Sonho": 18 de Abril Acção de Formação/Sensibilização sobre Métodos e Estratégias de Estudo: 15 a 30 de Abril

<p>Maio de 2002</p>	<p>Apresentação de uma comunicação sobre o tema "Espaços Académicos, Ambiente Educacional Saúde Pública - testemunho de uma situação paradigmática", no 1º Colóquio de Psicologia, Espaço e Ambiente em Évora</p> <p>2ª Noite do Desassossego subordinada ao tema "Prevenir e Deixar de Fumar: Como e quando??"</p> <p>Acção de Formação/Sensibilização sobre Afectividade na Escola Secundária de Santiago Maior</p> <p>Workshop sobre Educação Sexual</p>
<p>Junho de 2002</p>	<p>3ª Noite do Desassossego: "Prevenir Riscos e Dissuadir Dependências"</p>
<p>Outubro de 2002</p>	<p>II Fórum de Investigação e Intervenção Psico-Pedagógica no Ensino Superior subordinado ao tema "Comunicação e Dinâmicas Psicopedagógicas em situações educativas"</p> <p>II Semana da Saúde e II Encontro Nacional de Promoção e Educação para a Saúde: "Rumos de Bem-Estar"</p> <p>I Encontro de Escolas Promotoras de Saúde</p>

### 3. O GAPP na actualidade

#### 3.1. Enquadramento Institucional

Os Serviços de Acção Social são uma unidade orgânica dotada de autonomia administrativa e financeira do IPB, tal como conta no Artigo 12º, ponto 2, do decreto-lei nº129/93 de 22 de Abril, que estabelece os princípios da política de Acção Social no Ensino superior. Assim, cabe a estes Serviços desencadear esforços no sentido de promover o Sucesso escolar dos estudantes. Estes Serviços consideraram importante alargar as acções iniciadas (bolsas de estudo, alimentação equilibrada no refeitório, residências de estudantes, fornecimento em material didáctico, acesso aos Serviços de Saúde) de modo a:

- Viabilizar o atendimento médico a um maior número de alunos;
- Desenvolver acções de prevenção na área da saúde que possibilitem atingir melhores padrões de qualidade de vida,
- Implementar o apoio Psico-Pedagógico aos alunos do IPB.

Neste sentido, os Serviços de Acção Social do IPB propõe no seu Plano de Actividades Anual, várias estratégias a implementar, nas quais se destacam as seguintes:

- Dar continuidade aos acordos estabelecidos com a sub-região de saúde de Beja de forma a possibilitar aos estudantes um atendimento melhor e mais diversificado nos serviços de Saúde e na prevenção da doença.
- Desenvolver acções de sensibilização no domínio do planeamento familiar e da prevenção das doenças transmissíveis junto dos alunos através de colóquios e de atendimento individualizado, realizado por técnicos da especialidade. Proceder à vacinação para a hepatite B.
- Promover o atendimento Psico-Pedagógico e de saúde aos alunos do IPB.

É neste domínio que está situada a dinâmica do trabalho do Gabinete de Apoio Psico-Pedagógico (GAPP) do IPB, que possibilite a implementação das referidas actividades e de outras que se considerem pertinentes. Neste sentido, através de psicólogos, do médico e de uma equipa multidisciplinar constituída pelos respectivos representantes das quatro Escolas, nomeados pelos Conselhos Directivos e respectivas Associações de Estudantes, é possível trabalhar em *Rede* e ir de encontro às necessidades dos alunos.

O GAPP tem como meta principal ajudar o(a) aluno(a) do Ensino Superior a construir uma personalidade autónoma e saudável, que saiba lidar de modo assertivo com as situações problema do seu quotidiano. Por conseguinte, dedicar-se-á a actividades no âmbito da promoção da saúde (curricular, psicossocial, ecológica, comunitária) e prevenção (de comportamentos de risco e várias doenças - toxicodependências, SIDA, hepatite B e outras doenças sexualmente transmissíveis e a tuberculose - e vacinação). Podemos encontrar três vertentes de intervenção, adequadas às necessidades do público alvo:

- | Apoio Psico-Pedagógico
- | Aconselhamentos Psicológico
- | Acções de Prevenção/Promoção na área da Saúde.

A concretização destas formas de actuação implicam o trabalho cooperativo e de inovação de uma equipa multidisciplinar, que conte com a participação activa e interessada de alunos, professores, funcionários e da comunidade.

### **3.2. Objectivos**

- **Consciencializar/responsabilizar**

os alunos para a importância da Promoção da Saúde e Prevenção de doenças ao nível individual, de grupo e da comunidade.

**- Fomentar**

nos estudantes níveis mais elaborados de auto e hetero-conhecimento, contribuindo assim para o seu desenvolvimento pessoal e social.

**- Contribuir**

para a resolução das dificuldades emocionais e sociais do estudante.

**- Promover**

o desenvolvimento de estratégias facilitadoras do processo de aprendizagem.

**- Facilitar**

os processos de tomada de decisão no âmbito da sua carreira profissional.

### **3.3. Destinatários**

Os alunos do Instituto Politécnico de Beja constituem a população preferencial do GAPP, num segundo momento os serviços pretendem abranger os professores e os funcionários, possibilitando acções de sensibilização e formação para estes profissionais. Num terceiro momento poderá abranger a comunidade que partilha o ambiente estudantil.

## **4. Funcionamento**

O funcionamento do GAPP apresenta três formas de actuação e de atendimento ao público visado:

### **Apoio psico-pedagógico e/ou aconselhamento psicológico <sup>5</sup> e saúde**

**MARCAÇÃO DE CONSULTAS:** existirá um administrativo em horário normal que se encarregará de marcar a consulta consoante a disponibilidade e urgência do problema apresentado pelo(a) aluno(a).

**RASTREIO:** análise e identificação do problema para posterior encaminhamento psicológico, pedagógico e/ou médico.

---

<sup>5</sup> O serviço apresenta as seguintes características: qualidade (investir na formação e prevenção de comportamentos de risco); sigilo (toda a informação não poderá ser transmitida à família, professores ou funcionários); custo simbólico (a ser definido) e avaliação do serviço no final de cada ano.

APOIO PSICO-PEDAGÓGICO: realizado de modo individual ou de pequenos grupos.

APOIO MÉDICO: médico(a) do Centro de Saúde

### **Acções de promoção/ prevenção na área da saúde**

Iniciativas a serem desenvolvidas com a colaboração da Sub-Região de Saúde de Beja e do Programa de Promoção e Educação Para a Saúde (PPES) no Alentejo.

### **Acções de esclarecimento, sensibilização e/ou formação em outras áreas solicitadas pelos estudantes ou pelas escolas**

As acções supracitadas serão efectuadas a partir das seguintes MODALIDADES:

Debates públicos

Sessões plenárias

Colóquios

Acções de sensibilização/formação

*Workshops*

## **5. Órgãos de governo do GAPP**

São órgãos de governo do GAPP:

a) Coordenador do GAPP.

b) Conselho Consultivo do GAPP:

Presidente do Instituto Politécnico de Beja;

Administrador dos Serviços Sociais do IPB;

Coordenador do GAPP;

Membros do Conselho Executivo do GAPP;

Um representante Docente de cada Escola constituinte do IPB;

Um representante Funcionário de cada Escola constituinte do IPB;

Um representante Aluno de cada Escola constituinte do IPB;

c) Conselho Executivo do GAPP:

Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB;

Coordenador do GAPP;

Psicólogos do GAPP;  
Médico do GAPP;  
Educóloga do GAPP;  
Nutricionista dos SAS;  
Assistente Social dos SAS;  
Funcionário Administrativo dos SAS, Nomeado pelo Administrador do mesmo.

## **5.1. Órgãos de Governo do GAPP (2000-2002)**

### 5.1.1. Coordenador do GAPP em 2000

- Mestre Maria Cristina Campos de Sousa Faria.

### 5.1.2. Conselho Consultivo do GAPP em 2000

- Presidente do Instituto Politécnico de Beja : Mestre José Luís Ramalho;
- Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB: Mestre Manuel Pedro S. Gonçalves;
- Coordenador do GAPP: Mestre Maria Cristina Campos de Sousa Faria;

### • Membros do Conselho Executivo do GAPP:

#### a) Um representante Docente de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): Mestre Joaquina Pinto Nunes;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): Dr.<sup>a</sup> Paula Alvarenga;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Dr.<sup>a</sup> Elsa Barbosa.

#### b) Um representante Funcionário de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): D. Fernanda Sousa;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): Dra. Olga Santiago;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Sr. José Cabanas;

#### c) Um representante Aluno de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): Sr. Diogo Guerreiro;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): Sr. Humberto Morais;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Sra. Mónica Pereira;

### 5.1.3. Conselho Executivo do GAPP em 2000

- Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB: Mestre Manuel Pedro S. Gonçalves;



- Coordenador do GAPP: Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria;

- Psicólogos do GAPP :

Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria;

Mestre Adelaide Espírito Santo;

Dr.<sup>a</sup> Celeste Raposo;

Dr.<sup>a</sup> Luísa Rocha;

Mestre Maria Amélia Gomes;

Mestre Teresa Santos;

- Médico do GAPP: Dr. João Carlos Fialho;

- Nutricionista dos SAS Dr.<sup>a</sup>: Margarida Cortes Cavaco;

- Assistente Social dos SAS: Dr. Nuno Lima;

- Funcionário Administrativo dos SAS: D. Guiomar Vinagre.

#### **5.1.4. Coordenador do GAPP em 2001**

- Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria

#### **5.1.5. Conselho Consultivo do GAPP EM 2001**

- Presidente do Instituto Politécnico de Beja : Mestre José Luís Ramalho;
- Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB: Mestre Manuel Pedro S. Gonçalves;
- Coordenador do GAPP: Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria;
- Membros do Conselho Executivo do GAPP:

a) Um representante Docente de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): Mestre Joaquina Pinto Nunes;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): Dr.<sup>a</sup> Paula Alvarenga;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Dr.<sup>a</sup> Elsa Barbosa.

b) Um representante Funcionário de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): D. Fernanda Sousa;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): D. Olga Santiago;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Sr. José Cabanas;

c) Um representante Aluno de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): Sr. Diogo Guerreiro;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): Sr. Humberto Morais;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Sra. Mónica Pereira;

#### **5.1.6. Conselho Executivo do GAPP em 2001**

- Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB: Mestre Manuel Pedro S. Gonçalves;

- Coordenador do GAPP: Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria;

- Psicólogos do GAPP:

Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria;

Mestre Adelaide Espírito Santo;

Dr.<sup>a</sup> Olga Oliveira;

- Médico do GAPP: Dr. Domingos Carvalho;

- Nutricionista dos SAS: Dr.<sup>a</sup> Margarida Cortes Cavaco;

- Assistente Social dos SAS: Dr. Nuno Lima;

- Funcionário Administrativo dos SAS: D. Guiomar Vinagre.

#### **5.1.7. Coordenador do GAPP em 2002**

- Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria

#### **5.1.8. Conselho Consultivo do GAPP EM 2002**

- Presidente do Instituto Politécnico de Beja : Mestre José Luís Ramalho;

• Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB: Mestre Manuel Pedro S. Gonçalves;

- Coordenador do GAPP: Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria;

- Membros do Conselho Executivo do GAPP:

a) Um representante Docente de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): Mestre Joaquina Pinto Nunes;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): Dr.<sup>a</sup> Paula Alvarenga;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Dr.<sup>a</sup> Elsa Barbosa.

Escola Superior de Enfermagem (ESENF): Dr.<sup>a</sup> Manuela Gonçalves;

b) Um representante Funcionário de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): D. Fernanda Sousa;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): Dra. Olga Santiago;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Sr. José Cabanas;

Escola Superior de Enfermagem (ESENF): Sr. Joaquim António dos Santos Soares;

c) Um representante Aluno de cada Escola constituinte do IPB:

Escola Superior de Educação de Beja (ESEB): Sr. Diogo Guerreiro;

Escola Superior Agrária de Beja (ESAB): Sr. Humberto Morais;

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTIG): Sr. Nelson Candeias;

Escola Superior de Enfermagem (ESENF): Sr. Simão José.

#### **5.1.9. Conselho Executivo do GAPP em 2002**

- Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB: Mestre Manuel Pedro S. Gonçalves;
- Coordenador do GAPP: Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria;
- Psicólogos do GAPP:
  - Professora Doutora Maria Cristina Campos de Sousa Faria;
  - Mestre Adelaide Espírito Santo;
  - Professor Doutor José Pereirinha Ramalho;
  - Dr.<sup>a</sup> Sónia Carvalho;
- Médico do GAPP: Dr. Domingos Carvalho;
- Educóloga do GAPP: Dr.<sup>a</sup> Célia Chamorro;
- Nutricionista dos SAS: Dr.<sup>a</sup> Margarida Cortes Cavaco;
- Assistente Social dos SAS: Dr.<sup>a</sup> Conceição Faustino;
- Funcionário Administrativo dos SAS: D. Guiomar Vinagre.

## 6. Qualificação académica dos elementos dos conselhos do GAPP

Elemento	Função que desempenha	Grau Académico e área de especialidade
José Luís Ramalho	Presidente do IPB	Mestre em Antropologia
Manuel Pedro Saborida Gonçalves	Administrador dos SAS	Mestre em Ciências da Educação
Maria Cristina Campos de Sousa Faria	Coordenadora do GAPP	Doutorada em Psicologia (Psicologia da Saúde)
José Pereirinha Ramalho	Psicólogo do GAPP	Doutorado em Psicologia (Psicologia Clínica)
Sónia Isabel Faria de Carvalho	Psicóloga do GAPP	Licenciada em Psicologia (Psicologia Clínica)
Célia do Carmo B. Chamorro	Educóloga do GAPP	Licenciada em Ciências da Educação
Margarida Cavaco Leão	Nutricionista do GAPP	Licenciada em Nutrição
Conceição Gamito Faustino	Técnica de Serviço Social	Licenciada em Serviço Social
Joaquina Pinto Nunes	Representante Docente da ESEB	Licenciada em História
Fernanda Sousa	Representante Funcionária da ESEB	Funcionária Administrativa
Diogo Guerreiro	Representante Aluno da ESEB	Aluno do 3º ano de Educação de Infância
Paula Alvarenga	Representante Docente da ESAB	Engenheira do Ambiente
Olga Santiago	Representante Funcionária da ESAB	Licenciada em Investigação Social Aplicada e Funcionária Administrativa
Humberto Morais	Representante Aluno da ESAB	Aluno de Engenharia e Presidente da Associação de Estudantes
Elsa Barbosa	Representante Docente da ESTIG	Engenheira Informática
José Cabanas	Representante Funcionário da ESTIG	Bacharel em Gestão e Funcionário Técnico
Nelson Candeias	Representante Aluno da ESTIG	Aluno de Gestão e Presidente da Associação de Estudantes
Manuela Gonçalves	Representante Docente da ESENF	Licenciada em Enfermagem
Joaquim António dos Santos	Representante Funcionário da	Funcionário Técnico

Soares	ESENF	
Simão José	Representante Aluno da ESENF	Aluno de Enfermagem e Presidente da Associação de Estudantes

## **7. Parcerias assumidas (2000/ 2001)**

### **7.1. Parcerias assumidas até 2000**

Instituto de Reinserção Social  
 Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra  
 Governo Civil  
 Segurança Social  
 Programa de Promoção e Educação para a Saúde (PPES)  
 Projecto Vida  
 Administração Regional de saúde do Alentejo – sub-região de Saúde de Beja  
 Centro de Saúde  
 Instituto Português da Juventude – Projecto “Haja Saúde”

### **7.2. Parcerias assumidas até 2001**

Centro de Apoio a Jovens Universitários (CAJU)  
 Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra  
 Governo Civil  
 Instituto de Reinserção Social  
 Segurança Social  
 Programa de Promoção e Educação para a Saúde (em fase de estabelecimento de colaboração)

## **8. Actividades desenvolvidas**

### **8.1. Actividades desenvolvidas em 2000**

ATENDIMENTOS:  
 Consultas Psico-Pedagógicas:

N.º de Utentes	N.º de Consultas
68	150

Consultas Médicas

N.º de Utentes	N.º de Consultas
146	201

Consultas de Nutrição

N.º de Utentes	N.º de Consultas
1	1

## 8.2. Atividades desenvolvidas em 2001

ATENDIMENTOS:

Consultas Psico-Pedagógicas:

N.º de Utentes	N.º de Consultas
51	102

Consultas Médicas

N.º de Utentes	N.º de Consultas
43	59

Consultas de Nutrição

N.º de Utentes	N.º de Consultas
2	4

8.2.1. 1º FÓRUM DE INVESTIGAÇÃO E INTERVENÇÃO NO ENSINO SUPERIOR: Apoio Psico-Pedagógico, que decorreu em 06 de Junho de 2001.

8.2.2. I SEMANA DA SAÚDE E I ENCONTRO NACIONAL DE PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE: Pontos de Partida para a Qualidade de vida, que decorreu de 22 a 26 de Outubro de 2001.

## 9. Projectos de investigação/ intervenção psico-pedagógico

Encontra-se em fase de investigação um Projecto denominado “Bem-estar Subjectivo e Vivências Académicas nos alunos do Ensino Superior” que tem como principal objectivo o conhecimento no âmbito pessoal, social e académico dos alunos do IPB.

Os Projectos do GAPP para 2002 são os seguintes:

- ◆ Prevenção/tratamento dos distúrbios alimentares;
- ◆ Prevenção do tabagismo;
- ◆ Prevenção da toxicodependência;
- ◆ Educação sexual;
- ◆ Integração e desenvolvimento Social;
- ◆ Promoção da saúde e do bem-estar;
- ◆ Investigação/Intervenção na área das relações interpessoais e bem-estar académico no Ensino Superior.

O Ciclo de Debates do GAPP terá início no ano de 2002 com a organização das Noites do Desassossego que versarão os seguintes temas:

- ◆ Cabos de Alta Tensão e Saúde Pública;
- ◆ Prevenir e Deixar de Fumar. Como? E Quando?;
- ◆ Prevenir Riscos e Dissuadir Dependências;
- ◆ Mitos e Realidades sobre a Alimentação.

## 10. Participações do GAPP em seminários/ congressos com comunicação

**Apoio Psicopedagógico e Sucesso Académico** – IV Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior – A relação Pedagógica no Ensino Superior, Universidade do Algarve, Faro, 9 de Março de 2001.

**Apresentação da Página do GAPP- SAS do IPB** – 1 Fórum de Investigação e Intervenção Psicopedagógica no Ensino Superior, Auditório dos Serviços Comuns do IPB, Beja, 6 de Junho de 2001 (realizada em parceria com o Dr. Toucinho da Silva, Vice-Presidente do IPB e a Dr.ª Olga Rebordão psicóloga do GAPP).

**Bem-Estar Subjectivo e Vivências Académicas nos alunos do 1º ano do Ensino Superior** – VI Congresso Galaico-Português de Psicopedagogia, Universidade do Minho, Braga, 19, 20 e 21 de Setembro 2001 (realizada em parceria com o Dr. Manuel Pedro Gonçalves, Administrador

dos Serviços de Acção Social do IPB e com a Dra. Olga Rebordão, Psicóloga do GAPP-SAS do IPB).

**Educação, Saúde e Relações Interpessoais** - VI Congresso Galaico-Português de Psicopedagogia, Universidade do Minho, Braga, 19, 20 e 21 de Setembro 2001.

**Saúde e Relações Interpessoais no Feminino** – Encontro Internacional Percursos no Feminino, Saúde e Psicopatologia da Mulher, Hotel Le Meridien, Porto, 25, 26 e 27 de Outubro de 2001 (Universidade do Minho, Departamento de Psicologia).

**Bem-Estar Subjectivo e Fontes de Satisfação com a Vida** - I Encontro Nacional de Promoção e Educação Para a Saúde, “Pontos de Partida para a Qualidade de Vida”, Instituto Politécnico de Beja, Edifício dos Serviços Comuns, 24 a 26 de Outubro.

**Bem-Estar Académico em alunos do 1º ano do Ensino Superior** - I Encontro Nacional de Promoção e Educação Para a Saúde, “Pontos de Partida para a Qualidade de Vida”, Instituto Politécnico de Beja, Edifício dos Serviços Comuns, 24 a 26 de Outubro (realizada em parceria com o Dr. Manuel Pedro Gonçalves, Administrador dos Serviços de Acção Social do IPB e com a Dra. Olga Rebordão, Psicóloga do GAPP-SAS do IPB).

**Espaços Académicos, Ambiente Educacional e Saúde Pública: testemunho de uma situação paradigmática** – 1º Colóquio “Psicologia, Espaço e Ambiente”, Évora, 9 e 10 de Maio.

## 11. Publicações do GAPP

FARIA, M.C. 1999 – A Educação Para a Saúde no Ensino Superior: Ficção ou realidade!? J. Precioso (Ed.) – *Livro de Actas do I Congresso Nacional de Educação Para a Saúde*, Braga, Universidade do Minho, Departamento de Metodologias da Educação.

FARIA, M.C. (1999) – A Prioridade da Educação Para a Saúde na Escola. *Ler Educação*, 21.

FARIA, M.C. & GONÇALVES, M.P. (1999) – Gabinete de Apoio Psico-Pedagógico (GAPP) do IPB – Para um Futuro Melhor. *Ler Educação*, 21.

FARIA, M.C. (2001) – Apoio Psicopedagógico e Sucesso Académico. *Actas do IV Seminário de Investigação e Intervenção Psicológica no Ensino Superior- A relação Pedagógica no Ensino Superior*, Universidade do Algarve, Faro, 9 de Março de 2001.

FARIA, M.C., OLIVEIRA, O & SILVA, A (2001) – Apresentação da Página do GAPP- SAS do IPB. *Actas do 1º Fórum de Investigação e Intervenção Psicopedagógica no Ensino Superior*, Auditório dos Serviços Comuns do IPB, Beja, 6 de Junho de 2001 .

FARIA, M.C., (2001) – Educação, Saúde e Relações Interpessoais. *ACTAS do VI Congresso Galaico-Português de Psicopedagogia*, Universidade do Minho, 19, 20 e 21 de Setembro 2001.

FARIA, M.C., GONÇALVES, M.P. & OLIVEIRA, O (2001) - Bem-Estar Académico em alunos do 1º ano do Ensino Superior. *Actas do I Encontro Nacional de Promoção e Educação Para a*



Saúde, "Pontos de Partida para a Qualidade de Vida", Instituto Politécnico de Beja, Edifício dos Serviços Comuns, 24 a 26 de Outubro.

FARIA, M.C.(2001) – Bem-Estar Subjectivo e Fontes de Satisfação com a Vida. *Actas do I Encontro Nacional de Promoção e Educação Para a Saúde, "Pontos de Partida para a Qualidade de Vida"*, Instituto Politécnico de Beja, Edifício dos Serviços Comuns, 24 a 26 de Outubro.

## **12. Documentos elaborados pelo GAPP**

### **12.1. Cartazes de Divulgação de Acções Científico e Psico-Pedagógicas**

- 1º Fórum de Investigação e Intervenção no Ensino superior (Abril de 2001)
- I Semana da Saúde (Junho de 2001)
- I Encontro Nacional de Promoção e Educação para a Saúde (Junho de 2001)
- 1º Fórum de Investigação e Intervenção no Ensino superior (Outubro de 2002)
- I Semana da Saúde (Outubro de 2002)
- I Encontro Nacional de Promoção e Educação para a Saúde (Outubro de 2002)

### **12.2. Cartazes de Divulgação/Informação de Apoio aos estudantes do Ensino Superior:**

- Cartaz de Divulgação do GAPP ("Porque queremos apoiar os alunos"; Janeiro de 2000);
- Cartaz de Recepção ao Caloiro 2000/2001 (Setembro de 2000).

### **12.3. Folhetos/Panfletos de Acções de Formação/Sensibilização**

- Folheto referente à Acção "Métodos de Estudo";
- Folheto referente à Acção "Competências Pessoais e Sociais";
- Folheto referente à Acção "Métodos e Estratégias de Estudo";
- Folheto referente à Acção "Educação Sexual".

## **3.22. Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico da Universidade do Algarve**

### **Designação:**

Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico da Universidade do Algarve

### **Coordenador:**

Prof. Doutor Saul Neves de Jesus

### **Técnico de Psicologia:**

Dr. Jorge Malveiro

## **Introdução**

Com o objectivo de promover a melhoria das condições educativas e de apoio à população da academia, a Reitoria da Universidade do Algarve, através dos Serviços de Acção Social – Serviços Médicos da Universidade do Algarve, acolheu e implementou em Outubro de 2001 um projecto de fomento de um Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico, projecto esse vocacionado para apoio técnico aos estudantes, funcionários e docentes da Universidade.

Para o efeito, a elaboração do projecto original foi em parte inspirada na Lei que regulamentou os *Serviços de Psicologia e Orientação* — unidades especializadas de apoio educativo (Lei de Bases do Sistema Educativo, Cap. III – Lei 46/86 de 14 de Outubro e alterações da Lei 115/97 de 19 de Setembro; Dec.— Lei 190/91, art.º 2º e Ofício circular nº 126 do DSTP/SPO de 8 de Outubro de 1998).

No essencial, a proposta de fomento do Gabinete de Apoio Psicopedagógico da Universidade do Algarve fundamentou a razão da sua existência nos dados concretos disponibilizados pelas experiências de outros gabinetes semelhantes mas principalmente na ideia de que era possível o preenchimento de uma lacuna até então existente na Universidade do Algarve, i.é, a inexistência de um recurso especificamente vocacionado para o âmbito da intervenção psicoterapêutica, da Orientação Vocacional e da formação técnico-pedagógica de cariz preventivo.

## O nosso campo de acção

O Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico da Universidade do Algarve apresenta como objectivo global a promoção do bem estar psíquico e relacional na persecução da melhoria da produtividade académica. Este serviço técnico funciona de acordo com as normas deontológicas e éticas da Psicologia, nomeadamente no que diz respeito às garantias de confidencialidade e nos procedimentos éticos inerentes.

O Gabinete está disponível para promover o apoio mesmo a solicitações que se enquadrem fora do âmbito estritamente clínico ou psicopedagógico e, sempre que possível, procura obter a resposta adequada a esses pedidos de ajuda através de sugestões de encaminhamento. Deste modo, o Gabinete de Apoio Psicopedagógico efectua actualmente aconselhamento e acompanhamento psicoterapêutico, bem como propicia apoio psicopedagógico a todos os elementos da Universidade que procurem apoio especializado.

No que concerne apenas à *intervenção clínica*, desde da sua inauguração em Outubro de 2001, o Gabinete de Psicologia da Universidade do Algarve registou nos primeiros cinco meses de actividade cerca de **422** pedidos de apoio e efectuou **340** consultas.

A acção clínica tem vindo a incidir mais frequentemente no campo das Perturbações de Humor (principalmente Perturbações Depressivas), das Perturbações da Ansiedade, Perturbações de Adaptação, Perturbações pela Utilização Abusiva de Substâncias bem como nas Perturbações do Comportamento Alimentar – como a Anorexia e Bulimia, entre outras.

De igual modo, pensamos ser importante investir na intervenção profilática através de acções preventivas em projectos de parceria com outras Instituições Públicas e O.N.G.'s, no sentido de rentabilizar recursos humanos e estruturas já implementadas. Neste sentido o Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico delineou e pôs em prática, em parceria com algumas instituições públicas e O.N.G.'s, uma estratégia concertada de intervenção no campo dos comportamentos de risco e dos comportamentos suicidários, estes últimos muitas vezes encapotados sob a forma de atitudes de risco afectivo-relacional e de consumos abusivos de substâncias, como álcool, tabaco e psicotrópicos.

Assim, no campo da prevenção de comportamentos de risco preconizamos a (in)formação contínua orientada para as áreas da sexualidade, do consumo abusivo de álcool e de outras substâncias psicoactivas, das dietas drásticas ou de comportamentos associado à sinistralidade viária, entre outros.

A nossa preocupação relativamente ao investimento preventivo específico em determinadas áreas surge também a propósito dos dados oficiais que referem serem os consumos abusivos, os comportamentos suicidários, os acidentes rodoviários e outras causas externas, a totalidade de cerca de 50 por cento das causas de morte dos adolescentes e dos jovens em Portugal.

## **Objectivos que considerámos importantes para o sucesso do projecto**

Promover a adaptação social e escolar, melhorar a eficácia individual, potenciar a produtividade académica e diminuir os custos do insucesso, não são motivos de acção despiciendo, como não o são as preocupações relacionadas com a formação preventiva acerca dos factores de risco inerentes a comportamentos banalizados como naturais ou inevitáveis por parte significativa dos estudantes universitários durante a resolução da sua juventude.

Daí que também esteja patente na nossa lista de prioridades a urgência em definir quais as necessidades existentes, de as diagnosticar e apontar soluções de resolução atempadas. Pretendemos deste modo conhecer os hábitos e os estilos de vida dos nossos jovens adultos a fim de promovermos estilo de vida mais saudáveis e níveis mais elevados de bem-estar físico, psicológico e socio-relacional.

Mas a intervenção de um gabinete desta natureza não se deve circunscrever somente à prática clínica e à prevenção de comportamentos de risco.

Entre as inúmeras tipologias de solicitação surge-nos amiúde a procura do suporte técnico na vertente de Orientação Vocacional.

O despiste imediato de situações de re-orientação escolar, bem como as estratégias de resolução ou as soluções viáveis que consolidem o Projecto de Vida dos utentes estão deste modo entre as outras áreas de acção do Gabinete.

Nesta área da Orientação Vocacional baseámo-nos numa perspectiva personalística; não nos preocupamos somente com as capacidades dos indivíduos mas também com as suas necessidades, valores e interesses. Ou seja, na perspectiva da construção de carreira, preferimos valorizar não só aquilo que os sujeitos poderão oferecer ao seu trabalho, mas também aquilo que o trabalho poderá oferecer-lhes, em termos da sua personalidade global e estilo de vida.

Ao adoptar esta linha teórico-prática tivemos a intenção de favorecer ao utente o desenvolvimento de atitudes objectivas, bem como a dinamização de estratégias realistas, abertas, flexíveis e negociáveis quanto ao seu projecto de vida. A este propósito pretendemos promover a consciencialização das competências pessoais e desenvolver ao máximo o processo individual de tomada de decisão.

## **Perfil descritivo do G.P.A.P.**

O Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico (G.P.A.P.), postula como objectivo principal ser um espaço (in)formativo e de atendimento individualizado através do aconselhamento, do apoio psíquico, da intervenção preventiva e da orientação vocacional. Assim, estão disponíveis para os utentes serviços de aconselhamento clínico, psicoterapia, serviços de informação e de orientação vocacional, treino de aptidões e actividades de prevenção de comportamentos de risco.

## **O G.P.A.P. está vocacionado para**

1 — Intervir clinicamente na Psicoterapia de perturbações e de desvios comportamentais (por exemplo, Distúrbios alimentares, Fobias entre outras Perturbações de Ansiedade e de *Stresse*, na Depressão, na Perturbação do Sono ou na Perturbações Aditivas, entre outras.);

2 — Para agir tecnicamente no aconselhamento dos conflitos e dificuldades interpessoais e de integração social (Perturbações no relacionamento sexual, Perturbações de Isolamento Social, Perturbações de Adaptação, etc.);

3 — Para proceder sobre as dificuldades escolares e de orientação profissional (como a Ansiedade nas avaliações, défice de Motivação, Baixo rendimento académico, re-direccionamento Vocacional, entre outros);

4 – Para potenciar a qualidade/produtividade através da informação/formação em diversas áreas de acção pedagógicas.

5 — O Gabinete efectua ainda o despiste e o devido encaminhamento dos utentes para outros serviços públicos (ou sem fins lucrativos) disponíveis aos cidadãos, sempre que for necessário ou mais adequado.

## **Outras áreas de actividade do G.P.A.P.**

Para além do campo clínico, o gabinete está preparado para intervir em outras áreas, através da promoção de actividades que se afigurem relevantes para a dinamização do processo académico dentro da Universidade. De entre estas, podemos mencionar as seguintes possibilidades:

1 - Colaboração com a Associação de Estudantes, no âmbito da formação pedagógica (através da elaboração estratégias de auto-ajuda, como a Gestão do Tempo, Procrastinação, Combater a Ansiedade, etc.), e também através da prevenção de atitudes e de comportamentos de risco (interacções formativas da profilaxia da saúde mental, das DST's, dos consumos abusivos, etc.).

2 - Apoio à organização de Palestras e *Workshops* sobre temáticas que se prendem com o interesse situacional da condição de estudante universitário (por exemplo a integração dos recém-licenciados no mercado de trabalho, por exemplo no que concerne aos aspectos ligados ao Recrutamento e Selecção e à Gestão de Recursos Humanos.).

3 - Desenvolvimento de iniciativas que, dentro das atribuições funcionais do G.P.A.P. visem a melhoria das condições educativas e de vivência dos alunos portadores de deficiência física e sensorial.

4 - Colaboração com estruturas internas da U.A. ao nível da gestão, recrutamento e selecção de novos colaboradores.

5 - Colaboração com os órgãos de Direcção, Administração e Gestão da U.A., ou outras estruturas internas, tendo em vista a prestação de apoio em vertentes que se relacionam com o contexto de intervenção do Gabinete.

6 - Realização de projectos de investigação aplicada, visando o estudo de temáticas relacionados com o apoio psicopedagógico. O objectivo é o de validar e otimizar a intervenção prestada pelo serviço.

7 - Orientação de estágios nas vertentes de Psicologia Clínica e de Psicologia Vocacional ou Educacional.

8 - Colaboração e partilha de experiência com serviços similares, quer em instituições de ensino superior nacional, quer em universidades estrangeiras.

Acrescente-se que, numa primeira fase o G.P.A.P. está disponível a todos os estudantes, funcionários e professores da Universidade do Algarve, embora numa fase posterior possa ser possível o alargamento da sua acção à Comunidade envolvente, desde que salvaguardados os interesses da Universidade.

### **3.23. Gabinete de Aconselhamento Psicopedagógico da Universidade dos Açores**

#### **Introdução**

Tendo como objectivo primordial a “compreensão das motivações e expectativas dos estudantes da Universidade dos Açores ao nível da instituição e da criação de um serviço de apoio psicológico ao estudante”, Medeiros, T. Ferreira, J. A. Ponciano, E. e Pocinho, M. (1997) levaram a cabo uma investigação no ano lectivo de 1995/96 cujo o âmbito, mais abrangente, se situava ao nível do “estudo da dimensão psicossocial do jovem adulto, numa linha desenvolvimentista”.

A amostra era constituída por 695 indivíduos, seleccionados aleatoriamente a partir da população-alvo, que era constituída por 2354 alunos da Universidade dos Açores, sendo 36,3% do sexo masculino e 63,7% do sexo feminino. Os dados obtidos foram recolhidos através da passagem de um questionário, durante os meses de Maio e Junho de 1996. O questionário, construído para o efeito, avaliava as seguintes dimensões: sócio-biográfica; situação académica actual; motivações dos estudantes; satisfação e participação na universidade; afectiva; psicossocial; auto-caracterização; percepção da instituição.

Considerando, pois, apenas os objectivos desta investigação que são directamente relevantes para o presente relatório, verificou-se que “82% dos estudantes se sentem muito felizes ou bem, havendo, no entanto, uma percentagem apreciável de estudantes que se sentem emocionalmente inseguros (14%) e 4% perdidos ou desesperados”; “46,6% consideram a instituição como acolhedora, 33,1% como impessoal e 20,3% como conflituosa”. Finalmente, e talvez curiosamente, “92% dos estudantes afirmam que a Universidade dos Açores deveria criar um Serviço de Apoio Psicológico no campus Universitário” (Medeiros, T. Ferreira, J. A. Ponciano, E. e Pocinho, M. ,1997).

Posteriormente a esta investigação, “a secção de Psicologia do Departamento de Ciências da Educação propôs a criação de um Centro Psicopedagógico integrando um serviço de Apoio Psicológico ao estudante”, tendo esta proposta sido aprovada em Senado.

#### **Recursos Humanos**

O GAPP (Gabinete Aconselhamento Psicopedagógico da Universidade dos Açores) funciona apenas com a colaboração de uma psicóloga, também com funções de coordenação, em part time e com uma funcionária também em part time e financiada por um projecto de investigação.

Em 2000 trabalharam duas psicólogas inicialmente (durante 6 meses) a coberto do Projecto Estagiar L do Governo Regional dos Açores e posteriormente com um contrato de mais 6 meses. Porém, durante o ano lectivo 2001/2002, o GAPP tem funcionado apenas 2 tardes por semana, com acumulação de serviços da parte da psicóloga coordenadora que

dado o volume de trabalho e responsabilidade que tem a seu cargo, não pode dispender de mais tempo para o gabinete.

## **Recursos Financeiros**

A colaboração da Psicóloga coordenadora é gratuita.

O GAPP cobra as consultas aos 10 euros estudantes e 20 Euros aos eventuais pedidos do exterior. O dinheiro reverte a favor do GAPP para formação.

## **Tipos de Problemas apresentados pela população que recorre ao GAPP**

As queixas centram-se essencialmente em situações de *Stress* prévias à avaliação e exames, pedidos de métodos e estratégias de estudo, depressões e situações de aconselhamento de Carreira.

## **Dados estatísticos**

Em média ocorrem 7 consultas por semana. O tempo médio de tratamento é de 14 semanas.

## **Divulgação**

Não faz divulgação formal dos serviços, pois a capacidade de resposta é limitada.

## **Outras Actividades**

O GAPP tem um programa de formação aberto ao público em duas valências:

- (1) Ciclo de Formação em Psicologia Clínica;
- (2) Ciclo de formação em Necessidades Educativas Especiais.

## **Conclusão**

A avaliação feita é muito positiva e a procura dos serviços tem aumentado paulatinamente.