

Plantão psicológico *on-line* a estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19

Psychological duty *on-line* a college students during a pandemic COVID-19

Guardia psicológica *on-line* para estudiantes universitarios durante la pandemia COVID-19

Recebido: | Revisado: | Aceito: | Publicado:

Cíntia Guedes Bezerra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4851-4612>
Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Brasil
E-mail: cintiaguedesbezerra@gmail.com

Kilvia Pereira Moura

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1487-0421>
Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Brasil
E-mail: kilviamoura23@gmail.com

Elza Dutra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0225-9836>
Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Brasil
E-mail: elzadutra.rm@gmail.com

Resumo

A pandemia da COVID-19 impactou a humanidade. Tempo marcado pela angústia frente à morte que se anuncia cotidianamente e pela ansiedade diante da ausência de perspectivas de mudança do caos instalado. Voltamos para as universidades que foram afetadas em todos os níveis, tendo sido necessário inaugurar um modo remoto de habitar o ensino superior. Realizamos a leitura do relato de uma experiência de plantão psicológico *on-line* implantado para escuta de estudantes universitários sob a ótica da hermenêutica heideggeriana. Vimos que o cenário pandêmico favorece o surgimento e a intensificação de manifestações de sofrimento e que a Psicologia precisou se haver com seu saber-fazer. O uso das tecnologias se mostrou potente, mas apontou limites. Evidenciamos o plantão psicológico *on-line* como uma ação clínica atual e comprometida com uma existência em trânsito, já que o mundo e seu movimento epocal e histórico nos constitui e atravessa cada expressão de sofrimento.

Palavras-chave: Plantão Psicológico; Ensino Superior; Terapia Online; Fenomenologia Existencial; Sofrimento.

Abstract

The COVID-19 pandemic has impacted humanity. Time marked by anguish in the face of death that is announced daily and by anxiety in the absence of perspectives for change in the installed chaos. We turned to universities that were affected at all levels, and it was necessary to inaugurate a remote way of inhabiting higher education. We read the report of an experience of on-line psychological duty deployed to listen to university students from the perspective of Heidegger's hermeneutics. We saw that the pandemic scenario favors the emergence and intensification of manifestations of suffering and that Psychology had to deal with its know-how. The use of technologies proved to be powerful, but showed limits. We highlight the online psychological duty as a current clinical action committed to an existence in transit, as the world and its epochal and historical movement constitute us and permeate each expression of suffering.

Keywords: Psychological Duty; Higher Education; Online Therapy; Existential Phenomenology; Suffering.

Resumen

La pandemia del COVID-19 ha afectado a la humanidad. Tiempo marcado por la angustia ante la muerte que se anuncia a diario y por la ansiedad ante la ausencia de perspectivas de cambio en el caos instalado. Miramos las universidades que se vieron afectadas en todos los niveles, y era necesario inaugurar una forma remota de habitar la educación superior. Leemos el relato de una experiencia de deber psicológico online desplegado para escuchar a los universitarios desde la perspectiva de la hermenéutica de Heidegger. Vimos que el escenario pandémico favorece el surgimiento e intensificación de manifestaciones de sufrimiento y que la Psicología tuvo que lidiar con su saber hacer. El uso de tecnologías demostró ser poderoso, pero mostró límites. Destacamos el deber psicológico online como una acción clínica actual y comprometida con una existencia en tránsito, ya que el mundo y su movimiento histórico nos constituye y permea cada expresión de sufrimiento.

Palabras clave: Guardia Psicológica; Educación Superior; Psicoterapia; Fenomenología Existencial; Sufrimiento.

1. Introdução

A pandemia do novo coronavírus SARS-CoV-2 de 2019 (COVID-19) certamente impactou de maneira muito negativa diferentes espaços, grupos e populações. A mídia televisiva, bem como estudos iniciais antecipam o provável e significativo prejuízo à saúde mental de maneira geral, considerando a paralisação abrupta das atividades cotidianas sem previsão de retorno à “normalidade”, interrupção na liberdade de ir e vir, restrições nos encontros sociais, entretenimento e lazer, medo de pegar e transmitir o novo coronavírus, necessidade de administrar novas funções em casa, ter de fazer do lar o ambiente de trabalho e escola para crianças, entre tantas outras imposições advindas do necessário distanciamento social para diminuir a propagação viral. Tudo isso demanda habilidades de enfrentamento e possivelmente contribui para uma sobrecarga mental (Faro et al., 2020; Schmidt, Crepaldi, Bolze, Neiva-Silva & Demenech, 2020; Scorsolini-Comin, Rossato & Santos, 2020; Silva, Santos e Oliveira, 2020).

A ruptura com a familiaridade do cotidiano, contribui para um desalojar que pode repercutir na dificuldade de projeções futuras, como se ao perdermos, no momento presente, a aparente segurança do conhecido, não conseguimos visualizar um possível futuro, resultando em sofrimento, ou melhor, seria o próprio sofrimento, como nos mostram Evangelista e Cardoso (2020): “definimos sofrimento existencial como uma interrupção na continuidade da existência biográfica” (p. 131). É esperado, portanto, que a pandemia gere preocupações, sofrimentos e que contribua para o surgimento ou agravamento de sintomas ansiosos. Heidegger nos esclarece que “O anseio é a dor da proximidade do distante” (Heidegger, 1965/2012, p. 93), o que contribui para uma compreensão do quão ansiogênico esse tempo tem sido, posto que nosso momento presente antecipa o futuro de maneira bastante dolorosa a todo instante, dadas as constantes mortes, sendo difícil vislumbrar perspectivas de saídas efetivas desse caos.

O sofrimento se instaura com o rompimento da cotidianidade, com o surgimento de eventos inesperados, nos quais não possuímos repertório prévio para lidar (Ruffo, 2016). Exatamente o que acontece neste cenário de pandemia da COVID-19, sendo importante olhar para as repercussões na saúde mental. É evidente que embora o contexto de pandemia seja uma experiência coletiva, a maneira como cada um irá lidar, enfrentar e vivenciar esse contexto será sempre singular, o que nos convida a questionar os imperativos das “*Good Vibes*” propagados em larga escala com receitas de como ser feliz, se manter saudável e produtivo na pandemia. Essas ideias podem inclusive acirrar o mal-estar individual e o sentimento de solidão e desalojamento para muitos, efeitos da “violência da positividade ou do igual” (Han, 2015, p. 17). O autor chama atenção para o imperativo “*Yes, we can*” (p. 24) que reforça o paradigma contemporâneo da hiperatividade, bem como histeria da produtividade e desempenho. Acabamos sendo senhores e escravos do tempo, ou seja, de nós mesmos. Esclarece ainda a importância da vida contemplativa que pode aproximar o homem do que é ou pode ser, saindo da reprodução que esgota e cansa pelo cada vez “mais do menos eu” (p. 72).

Considerando estes breves apontamentos, o contexto apresentado, bem como as questões socioculturais e econômicas vivenciadas durante a pandemia da COVID-19, destacamos que o impacto na saúde mental de grupos e populações é significativo. Diante disso, surge a necessidade de pensar medidas e ações que contribuam com a redução dessas implicações e respeitem a continuidade das medidas de afastamento social, fundamentais para a prevenção e combate à doença (Pavani et al., 2021).

No tocante às práticas de atenção à saúde mental na pandemia, as tecnologias surgem como um dos principais recursos utilizados no apoio e eficácia de cuidados em saúde mental (Pavani et al., 2021). Os serviços de atendimento *on-line*, por aplicativos ou salas de atendimentos virtuais, são caminhos para escuta e elaboração do sofrimento que emerge e se intensifica nesse contexto.

As tecnologias estão cada vez mais presentes no cotidiano das pessoas e se já houve um estranhamento em utilizar recursos tecnológicos para se comunicar, hoje eles já se tornaram parte das rotinas diárias. As pessoas passaram a se conectar virtualmente com o outro, sem questionamentos quanto à falta da presença física (Ruffo, 2016). Esse movimento pode ser observado de forma intensa durante a pandemia. Estando distantes e privados do contato presencial, o uso das tecnologias foi uma ferramenta indispensável para manter vínculos, fazer-se presente, ainda que por uma tela, e uma oportunidade de cuidado consigo mesmo e com o outro.

Diante do cenário, e a necessidade de novas estratégias de oferta de cuidados psicológicos, o Conselho Federal de Psicologia (CFP), em 26 de março de 2020, ampliou e flexibilizou as formas de atendimento psicológico. A partir disso, expandiram-se os contornos tradicionais do *setting* terapêutico clínico. O uso das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) possibilitou atender a demandas por ajuda psicológica, ofertar um espaço de escuta à urgência e desvelar possíveis respostas emocionais (Barcellos, Ferreira, Santos & Júnior, 2020).

Discorrendo sobre atendimento *on-line*, Ruffo (2016) diz: “(...) a existência lança mão dos meios que lhe estão disponíveis. E para muita gente atualmente a internet é o meio mais à mão para comunicar-se” (p.69). Afirma que os atendimentos se apresentam como um espaço para poder ser ouvido, uma busca pela compreensão do sofrimento, no olhar do paciente; para o terapeuta, a possibilidade de contribuir para o desvelamento daquilo que se mostra, possibilitando ajudar a encontrar sentidos e direcionamentos.

Entendemos que esse tempo pede o engajamento dos profissionais, professores e pesquisadores para o aprofundamento da questão, abrindo espaços de pesquisa, observação e tematização do que se apresenta nesse contexto. Assim, optamos pelo plantão psicológico por entendermos que esta é uma potente modalidade de escuta clínica da contemporaneidade, a qual possibilita a abertura para o encontro com o inesperado, de maneira a acolher e abrir possibilidades de compreensão e esclarecimento da demandada apresentada, contribuindo para a ressignificação do sofrimento, como nos dizem Rebouças e Dutra (2010).

O plantão psicológico é uma modalidade de ação clínica que surge nos anos sessenta, no Serviço de Aconselhamento Psicológico (SAP), na USP, coordenado pela professora Rachel Rosenberg, a partir de uma perspectiva humanista, influenciada pela Abordagem Centrada na Pessoa, de Carl Rogers (Chaves & Henriques, 2017). Ao longo do tempo, o plantão passa a produzir novas formas de atuação e sob diferentes perspectivas teóricas e metodológicas, como a fenomenologia existencial do filósofo Martin Heidegger, a qual no fim da década de noventa, com a criação do Laboratório para Estudos e Prática em Psicologia Fenomenológica Existencial (LEFE), coordenado por Henriette Morato, fundamenta um novo modo de pensar o plantão psicológico (Dutra, 2017).

Observa-se que o texto está em acordo com a Resolução nº 510, de 07/04/2016, do Conselho Nacional de Saúde para as atividades de pesquisa em Ciências Humanas e Sociais, com destaque para o Art.1º da Resolução que dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Ressaltando-se o parágrafo único que descreve as normativas para a ausência de registros e avaliações de projetos pelo sistema CEP/CONEP: I – pesquisa de opinião pública com participantes não identificados; II – pesquisa que utilize informações de acesso público, nos termos da Lei nº 12.527, de 18 de novembro de 2011; III – pesquisa que utilize informações de domínio público; IV – pesquisa censitária; V – pesquisa com bancos de dados, cujas informações são agregadas, sem possibilidade de identificação individual; e VI – pesquisa realizada exclusivamente com textos científicos para revisão da literatura científica; VII – pesquisa que objetiva o aprofundamento teórico de situações que emergem espontânea e contingencialmente na prática profissional, desde que não revelem dados que possam identificar o sujeito; e VIII – atividade realizada com o intuito exclusivamente de educação, ensino ou treinamento sem finalidade de pesquisa científica, de alunos de graduação, de curso técnico, ou de profissionais em especialização. (Santos, Ronald Ferreira dos. Resolução CNS n 510, de 07/04/2016. DOU nº 98, 24/05/2016 -seção 1, páginas 44, 45, 46.

2. Metodologia

O presente artigo apresenta, à luz da hermenêutica heideggeriana, o relato de uma experiência de escuta ao sofrimento de estudantes universitários por meio de plantão psicológico *on-line*, realizado durante o primeiro ano da pandemia da COVID-19, no setor de Psicologia da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis (PROAE), da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). A metodologia fenomenológica propõe uma reflexão sobre os modos de ser-no-mundo, compreendendo o homem em seu caráter de indeterminação e singularidade. Enfatizamos, portanto, a vivência particular, mas também olhamos para o contexto de mundo

em que essas experiências se dão, com vistas a melhor compreendermos o fenômeno em questão. Para tanto, procedemos com um levantamento de dados quantitativos e qualitativos, bem como elencamos as principais demandas apresentadas pelos alunos, as quais foram registradas, em documento em formato de planilha, pelos profissionais e estagiários responsáveis pelos atendimentos no plantão psicológico on-line.

Juntamente aos dados do plantão psicológico on-line foi realizado um levantamento bibliográfico, buscando dialogar com trabalhos publicados sobre pandemia, saúde mental, universidade e atendimento psicológico on-line. Realizamos a busca em três bases de dados eletrônicas, a saber: BVS Saúde (Lilacs e Index Psicologia), Portal de Periódicos da Capes e Scielo. Utilizamos os seguintes descritores isolados e combinados entre si: “Pandemia and saúde mental”, “Pandemia and universitários”, “Plantão Psicológico”, “Ensino Superior” e “Terapia Online”.

Selecionamos para leitura e discussão os trabalhos com estreita relação ao nosso objeto de estudo. A BVS Saúde nos apresentou 23 pesquisas, das quais 3 eram sobre atendimento psicológico on-line; 6, relacionadas ao contexto acadêmico; e, a maioria, em número de 14, acerca dos impactos da pandemia na saúde mental. O Portal de Periódicos Capes acrescentou mais 7 pesquisas, depois de excluídas as que já tinham sido encontradas na BVS Saúde. Dessas, 03 abordavam a modalidade remota da escuta psicológica; 03 voltadas para a população universitária; e, apenas 01 era específica sobre a Saúde Mental na pandemia. A Scielo não trouxe nenhum artigo referente ao atendimento virtual que já não tivesse sido localizado. Somaram 08 pesquisas, das quais, 03 a respeito da universidade nesse tempo de pandemia e 05 sobre os efeitos emocionais.

Sob a ótica da hermenêutica heideggeriana propomos, a partir dos resultados encontrados, uma análise e reflexão acerca das vivências dos estudantes universitários diante do cenário pandêmico e as possibilidades de atuação e cuidado da Psicologia em um contexto que a convocou a se reinventar.

3. Resultados e Discussão

O plantão psicológico é uma prática clínica que abarca, leva em consideração e se compromete com o contexto social e histórico em que nos situamos. Nesse sentido, a clínica se configura muito mais que uma área de atuação, ao representar uma atitude (*ethos*) que se traduz na oferta de uma conduta que escuta o sujeito em sua inserção no mundo, ou melhor, em seu copertencimento, sendo constituído por ele, ao passo que também o constitui. No plantão, temos uma modalidade de atendimento clínico que tem por finalidade principal possibilitar uma maior compreensão do sofrimento que se desvela no encontro, e não uma resolução ou aprofundamento dos problemas (Rebouças & Dutra, 2010).

Considerando-se as dificuldades no acesso ao atendimento psicológico e as tão frequentes filas de espera para psicoterapia, as instituições precisam fazer surgir novas práticas clínicas condizentes com as demandas da contemporaneidade e que possibilitem uma verdadeira ruptura nesse modo de vida automático, acelerado e irrefletido que temos, como afirmam Rebouças e Dutra (2010). Assim, o plantão se mostra muito pertinente por ser um espaço que busca possibilitar o acolhimento e o esclarecimento da queixa, ampliando o nível de consciência e contribuindo para o surgimento de estratégias para lidar com a dor.

Nosso período histórico e os modos de sofrer produzidos na contemporaneidade evidenciam a presença constante da técnica, do consumo e de um modo de pensar calculante, não havendo espaço para refletir e questionar os sentidos da existência, favorecendo a perda de sentido do homem e a restrição da liberdade. A atitude fenomenológica rompe com o modo de ser conhecido, impessoal e inautêntico, contribuindo para que se instaure a angústia e a partir daí surjam caminhos possíveis de existir, ou melhor, de ser-no-mundo (Dutra, 2017).

A contemporaneidade exige que a Psicologia passe a ter um compromisso com o social, e não com modelos teóricos e individualistas da clínica tradicional, esta que se sustenta em paradigmas cientificistas, tal como já discutido por Dutra (2008). Estratégias de intervenção que se voltem para a realidade social são importantes e confirmam o necessário posicionamento ético e político da Psicologia. Não obstante, corroborando com os achados de Rebouças e Dutra (2010), é importante frisar que não é

suficiente a adoção de práticas consideradas emergentes, como o plantão psicológico, uma vez que estas não podem ser apenas novos formatos de reprodução da tradição, mas sim um novo modo de estar-com-o-outro, possibilitando que se ponha em questão os modos de sofrimento oriundos do tempo histórico em que estamos situados. É fundamental que os novos fazeres psi deem lugar aos sintomas sociais contemporâneos, rompendo de uma vez com a prática culpabilizante e egocentrada que teoriza acerca do sofrimento de maneira encapsulada, pautando-se na objetivação de uma análise estritamente individual em que a experiência do existir humano seria mero resultado de um funcionamento fisiológico.

A partir das problematizações críticas ao que está posto, de maneira que o sujeito consiga se posicionar e indagar o sofrimento que lhe interpela, podemos abrir espaço para transformações. Isso caracteriza a clínica: a atitude, ou seja, o modo de estar e ser-com o outro. Atitude esta que reconhece e legitima a alteridade, ultrapassa qualquer enquadre em modelos teóricos e evidencia a singularidade do sujeito em sua historicidade. Que mundo particular é esse que se apresenta no mundo em que estamos vivendo? Ressaltando que não se trata de mundos separados, ao contrário, são mundos que se copertencem e se definem mutuamente. Heidegger (1987/2009) afirma que “(...) quem se dedica a ajudar as pessoas psiquicamente enfermas deve saber o que acontece, deve saber onde está historicamente (...)” (p. 140), ressaltando que a doença na leitura heideggeriana alude à restrição no campo de possibilidades existenciais, e portanto, é sempre reflexo do modo de ser e estar no mundo, não sendo possível qualquer interpretação que localize equivocadamente a enfermidade de maneira encapsulada no indivíduo, em sua fisiologia ou organicidade; em suas palavras: “Toda doença é uma perda de liberdade, uma limitação da possibilidade de viver” (Heidegger, 1987/2009, p. 198).

Assim, o plantão psicológico se trata de uma prática clínica que volta o seu olhar para o indivíduo, muito mais do que para o problema. Favorece a consciência de si e da realidade vivenciada. A emergência emocional que surge no plantão psicológico diz do modo como quem procura o serviço vivencia o mundo e o significa, sendo assim, este é um processo que é do paciente, conduzido por ele, cabendo ao plantonista acompanhá-lo na busca por sentido de existência, na compreensão do sofrimento, embora sem garantia do seu alívio ou prazer imediato (Chaves & Henriques, 2017).

O plantonista se coloca à disposição para acolher a experiência do paciente, ajudá-lo a obter uma visão mais clara de si mesmo e da urgência que o leva a buscar ajuda. Focados no presente momento e na vivência da problemática, busca-se a percepção de si, ampliação da compreensão do que sente e vivencia. Assim, possibilidades de enfrentamento da problemática podem surgir durante o plantão, a partir da disponibilidade do plantonista de estar presente e acompanhando o processo, bem como da abertura do paciente para um contato maior consigo mesmo (Mahfoud, 2012).

Desse modo, não é objetivo do plantão psicológico a resolução dos problemas ou eliminação dos sintomas. Compreende-se que há um efeito terapêutico na medida em que o paciente se sente confortável para se expressar, em abertura para poder falar sobre si mesmo de forma própria. Um espaço de tematização e ampliação de horizontes, permitindo que o sujeito possa se perceber lançado no mundo e responsável por suas escolhas, reconhecer os conteúdos emocionais do seu sofrimento e buscar novas possibilidades de vivenciá-los, encontrando-se com o seu poder-ser mais próprio (Chaves & Henriques, 2017).

O plantão se configura então como esse espaço que objetiva ampliar o modo de se enxergar a si mesmo e ao mundo, acolhendo e contribuindo para a compreensão do sofrimento que se manifesta naquele momento do apelo à ajuda. O intuito é junto ao paciente esclarecer a queixa, seja qual for a demanda, avaliar recursos disponíveis e os caminhos possíveis de enfrentamento e saídas à dor (Rebouças e Dutra, 2010).

Podemos assim, apontar o plantão psicológico como uma modalidade que corresponde, de modo acolhedor e pontual, às demandas que se apresentam nesse contexto. Junto a isso, a modalidade remota, essencial nesse período, possibilita o acesso das pessoas aos atendimentos, e permite o acolhimento e escuta dos sofrimentos, que se intensificaram com a pandemia da COVID-19. Um novo caminho do fazer psicológico que apesar dos desafios permite um olhar para a existência que se apresenta em cada encontro e um recriar dos fazeres psicológicos (Barcellos et al., 2020).

O setor de Psicologia da PROAE/UFRN ofertava, desde 2011, aos estudantes, dentre outros serviços de atenção à saúde mental, o plantão psicológico que acontecia presencialmente na Central de Atenção ao Discente, no Campus Central. Porém, diante da deflagração da pandemia da COVID-19 e visando a garantia do acolhimento psicológico aos estudantes, bem como buscando assegurar as medidas de distanciamento social necessárias para o enfrentamento do cenário vivido, iniciou-se em março de 2020 o plantão psicológico na modalidade *on-line*.

Inaugurado, remotamente, em escalas de seis turnos semanais, por seis psicólogos do setor e a partir de 2021, com a continuidade da pandemia, os plantões psicológicos *on-line* passaram a ser realizados por cinco estagiários de Psicologia da PROAE, sob supervisão *on-line* dos psicólogos do setor, entendendo a rica experiência do plantão no âmbito da formação profissional.

Falar sobre a experiência do atendimento *on-line* por parte dos estudantes de Psicologia ainda é bastante preliminar, considerando o pouco tempo, no entanto, podemos afirmar que as supervisões têm sido espaços importantes de formação e cuidado para quem está realizando suas primeiras intervenções e junto com o público a quem assiste, vivenciam dilemas semelhantes, afinal são também estudantes universitários num contexto de pandemia precisando aprender sobre o novo formato da educação à distância imposta pela pandemia, além de sintomas sociais bem marcantes desse tempo. Poder então cuidar destes que estão à frente do cuidado na escuta clínica por meio do plantão tem sido um lugar de trocas e aprendizados que ultrapassam qualquer rigidez da clínica tradicional, que não se limita a conceitos teóricos ou preconceções clássicas, mas sim, volta-se às experiências existenciais em questão.

Morato (2009) nos mostra a riqueza da posição do supervisor que busca compreender como o plantonista foi mobilizado pela história de sofrimento narrada e a partir daí avaliar as possibilidades de desdobramentos e encaminhamentos necessários, de acordo com a rede de apoio social e a singularidade de cada um.

Os atendimentos foram voltados para alunos de graduação e pós-graduação considerados prioritários, segundo cadastro único do Sistema Integrado de Gestão das Atividades Acadêmicas (SIGAA) da universidade. Para solicitar o atendimento, o aluno preenche um formulário *on-line*, com *link* disponibilizado nas redes sociais do setor, informando alguns dados socioeconômicos e acadêmicos, além dos dias e horários disponíveis para participar do plantão. Após essa etapa, os alunos que solicitaram o serviço recebem por e-mail o dia e horário do agendamento e orientações para a realização dos atendimentos no formato remoto, como: a necessidade de providências quanto a um lugar privativo em que se sentisse seguro e confortável, boa conexão de internet e uso de fones de ouvido, preferencialmente. Alguns minutos antes do horário marcado, é enviado o *link* de acesso à sala da plataforma de videochamadas Skype, em que ocorrem os atendimentos.

Os plantões psicológicos *on-line* acontecem em um encontro. Dispomo-nos a oferecer uma escuta que se volta ao que aparece na ocasião, não se deixando guiar por predeterminações. A ideia de não ter necessariamente retornos aposta na entrega total do plantonista, entendendo que haverá início, meio e fim, contribuindo para uma atitude mais ativa de ambos, e sobretudo, para que o paciente se torne ali o protagonista da sua história e possa assumir a tutela por si mesmo. Não obstante, é importante dizer que se necessário, principalmente se demandado pelo paciente, pode ser estendido por mais encontros e/ou serem realizados encaminhamentos internos (serviços ofertados na própria universidade) ou externos (serviços da rede pública), sempre buscando contribuir para a autonomia do paciente, bem como para um maior conhecimento de sua realidade social e de seus direitos de cidadão.

No período entre março de 2020 a março de 2021, foram contabilizados 207 atendimentos realizados a 183 estudantes da universidade pelo setor de Psicologia. Na análise da busca pelo plantão psicológico *on-line* com base nos centros acadêmicos, observamos que o Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes (CCHLA), o Centro de Ciências da Saúde (CCS), o Centro de Biociências (CB) e o Centro de Ciências Exatas e da Terra (CCET), correspondendo respectivamente a 22%, 17%, 12,1% e 11,5% da quantidade de discentes que procuraram atendimento no plantão entre março de 2020 e março de 2021. Quanto aos cursos de

graduação, observamos que Ciências e Tecnologia, Enfermagem e Ciências Biológicas foram aqueles com maior quantidade de alunos acolhidos, representando respectivamente 7,3%, 6,8% e 5,6% dos discentes atendidos. Na sequência, temos os cursos de Música e Ciências Sociais, representando, conjuntamente, uma parcela de 9% do público atendido.

É digno de nota que o curso de Ciências e Tecnologia (C&T) segue liderando a procura por atendimento psicológico, como mostra a tese de Doutorado de Bezerra (2016) acerca do sofrimento em estudantes de C&T na UFRN. A pesquisa evidenciou o modo particular como cada um atribui sentido às vivências na universidade, mas destacou aspectos específicos do curso como possíveis fatores estressores, a saber: turmas grandes que facilitam a dispersão em sala de aula e a ausência de senso de pertencimento; dificuldade em administrar o tempo, dar conta das exigências acadêmicas e da intensa carga horária; o fato de ser um curso que estimula e acirra a alta competitividade entre os colegas com a seleção para ingresso no segundo ciclo; falta de identificação com o curso; e, entre outros, sensação de incompetência e frustração diante da forte ameaça de incapacidade de concluir o curso, aguçando o medo de ficar à margem da sociedade produtiva, tendo em vista as altas taxas de reprovação e evasão.

No presente estudo, vimos também que houve uma predominância de alunos graduandos, correspondendo a 82% dos atendimentos, seguida por mestrandos, com 10,4%, e doutorandos com 7,1%. Restando 0,5% referente ao nível técnico de formação.

Sobre o gênero dos alunos atendidos, foi identificada uma predominância do público declarado feminino, correspondendo a 74,9%. O público declarado masculino representou 25,1% dos atendidos, corroborando com pesquisas que afirmam que o gênero feminino apresenta maior procura pela atenção psicológica (Neves & Dalgalarrodo, 2007).

No que concerne à idade dos discentes que buscaram o plantão psicológico *on-line*, é possível observar uma predominância dos jovens com idades entre 20 e 27 anos, seguida de alunos na faixa etária entre 30 e 32 anos de idade.

Vimos que ansiedade e angústia não ligadas diretamente à situação de pandemia (13,1%) apareceram como principal motivação de procura pelo plantão, seguida por ansiedade e angústia com situações referentes ao contexto de pandemia (12,8%) e dificuldades acadêmicas (12,8%). Também apareceram entre as queixas dos alunos: conflitos familiares (11,6%), elevada cobrança por produtividade (8%) e questões referentes a relacionamentos amorosos (7,3%).

Outras queixas apresentadas pelos discentes que buscaram o plantão psicológico *on-line*, mostraram-se diretamente relacionadas às adaptações necessárias diante do cenário de pandemia, como: insatisfação e dificuldade com relação às atividades remotas (5,7%), medo e incertezas em relação ao futuro (5,5%) e dificuldades de adaptação à nova rotina (5,0%).

A escuta desses estudantes foi bastante mobilizadora, dado que o encontro no plantão favorece a experiência tanto do plantonista quanto do paciente, uma vez que nos deixamos afetar pelas emoções e tensões que são ali desveladas. Estar disponível para lidar com o inesperado é pressuposto do plantão e isso nos convida a entrar em contato profundamente com a singularidade daquele que vem ao nosso encontro. Buscamos ouvir sem julgamentos e valores, espelhando o outro, e assim, possibilitando que o mesmo se escute, conheça seu sofrimento e possa diante dele se posicionar; e, como citam Rebouças e Dutra (2010), a compreensão vem juntamente com essas mobilizações e afetações provenientes do ato do encontro, afinal “A relação, com algo ou alguém, na qual eu estou, sou eu” (Heidegger, 1987/2009, p. 222). Essa relação existencial se baseia no interesse genuíno, na disponibilidade e correspondência à solicitação do outro e ao que vem à clareira.

Morato (2009) nos fala da abertura do plantonista ao que experiencia no encontro como via de interpretação compreensiva e evidencia a invertida sobre aquele que inicialmente demanda cuidado, mas é diante da atitude do plantonista, a qual legitima sua fala, seu sofrimento e que o posiciona ativamente na demanda, que o paciente entra em contato com o poder cuidar de si mesmo. O olhar, ou melhor, a escuta do plantonista se volta para o ser que sofre e que se situa em um tempo e espaço social e histórico compartilhado, de maneira a contribuir para um esclarecimento do modo como este ser se relaciona consigo mesmo, com os outros e com o mundo. Rompemos com qualquer visada da demanda que a restrinja ao individual ou meramente psíquico, considerando a presença da historicidade e da atualidade contemporânea no surgimento da queixa, assim, possibilitamos o redirecionamento dos rumos que a existência em foco vinha assumindo e junto com o paciente se delineiam os possíveis caminhos e desdobramentos.

A disponibilidade para estar com o outro é de fato o que mais importou nas escutas desses estudantes, muito além de teorias psicológicas conhecidas. Ter nos deixado tocar pela alteridade, pela experiência particular de cada história, pelo modo singular de estar e ser no mundo, foi o caminho possível e necessário para transformações. Saímos dali, do plantão *on-line* – barrado pela tela, aparentemente virtual, embora intensamente real – diferentes. Já não somos mais os mesmos. Somos um pouco mais, acrescidos do que o outro nos deixou. Escutar, declinando-se à existência que ali se apresenta, é se deixar aprender sobre o outro, sobre o mundo, e portanto, sobre nós mesmos. O paciente chega com sua visão turva, mas não chega para aprender algo que o plantonista tem a oferecer, ao contrário, ensina sem saber, e juntos, aprendem e enxergam melhor.

Foi e permanece sendo um verdadeiro aprendizado a experiência do plantão psicológico *on-line*, a qual só foi possível ser construída à medida que foi acontecendo, tal como ocorre na nossa própria existência e como nos elucidava Paulo Freire (1987) “ninguém caminha sem aprender a caminhar, sem aprender a fazer o caminho, caminhando, sem aprender a refazer, a retocar o sonho, por causa do qual a gente se pôs a caminhar” (p. 155).

A cada escuta, a experiência foi tomando forma. O *setting* terapêutico se materializava onde era possível, num carro, embaixo de uma árvore, na intimidade do quarto, ou até mesmo no banheiro. E foi possível! Foi muito positivo disponibilizar um espaço para que estudantes pudessem se haver com seu dizer sobre angústias e sofrimentos. Relatos de profunda solidão estando em casa, ao lado dos seus, no entanto, sentindo-se desabrigados. A vida que precisou invadir os lares escancarou as necessidades de arrumar a casa, a morada interna. A ausência dos encontros e contatos sociais intensificou a importância do laço social. O plantão *on-line* se mostrou um ponto importante de pertencimento e enraizamento na realidade que estava sendo enfrentada e compartilhada.

Vimos, portanto, muitas possibilidades e ficamos entusiasmados de seguir ofertando essa escuta tão potente e transformadora. Não obstante, alguns desafios e considerações são importantes, como a experiência do silêncio no plantão *on-line*, às vezes prejudicada por interpretações equivocadas que atrelavam o silêncio do plantonista a uma possível falha de conexão, dada a alta frequência de interrupções por ruídos ou problemas com a internet. Está aí? Está me ouvindo? Perdendo-se aqui a importante vivência da silenciosidade que “retira a palavra do falatório e da compreensão impessoal” (Heidegger, 1927/1996, p. 86).

Outro ponto que merece destaque é a observância de muito frequentemente estudantes se surpreenderem por estarem acessando assuntos ou conteúdos os quais não tinham facilidade de abordar, como se de alguma maneira a virtualidade contribuísse para diminuir a resistência a entrar em contato com determinados temas. Parece ter algo relacionado a certa ilusão da presença do outro, como se naquele momento o paciente estivesse quase que sozinho, sem a presença real, corporal, física do plantonista, e assim de certo modo se movimentasse mais livremente no seu dizer. Vemos um lado positivo de contato com sua intimidade, mas ressaltamos o necessário cuidado com o manejo, cabendo tentar observar, facilitar ou encaminhar para um atendimento presencial, se visto necessário, como o é na escuta de pacientes que apresentem situações consideradas graves, como restrição significativa da liberdade e presença de ideação suicida. Cada caso nos ensinou e nos fez refletir sobre possibilidades e limites desse fazer, e assim seguimos construindo o caminho.

A escuta de estudantes universitários, de modo *on-line*, num contexto de pandemia merece nossa atenção, dada a originalidade deste acontecimento. Estamos diante de um contexto extremamente adverso e novo que nos apresenta sofrimentos individuais que são inevitavelmente atravessados pela realidade social, histórica e política, afinal “(...) o que se encontra na gênese daquilo que se denomina conflito psíquico são as determinações do horizonte histórico em que nos encontramos” (Feijoo, 2011, p. 89).

O cenário de imprevisibilidade e incertezas, a falta de perspectivas e o prognóstico pouco animador da pandemia, tem contribuído com os sentimentos de desamparo e o aumento dos níveis de sofrimento emocional (Scorsolini-Comin et al., 2020). As mudanças nos modos de funcionamento da sociedade e nas relações interpessoais, como a necessidade de afastamento de amigos e familiares, na tentativa de manter o distanciamento social, método de controle mais efetivo da doença, provocam experiências emocionais negativas que levam a vivências e sentimentos de tédio, solidão, raiva, tristeza e experiências de vulnerabilidade que

impactam todos os aspectos da vida, coletiva ou individual, e levam a repercussões negativas consideráveis na saúde mental (Faro et al., 2020).

Sentimentos esses muito presentes na escuta *on-line* do plantão psicológico. Destacamos aqui o tema da morte. A terminalidade e a morte têm sido muito afetados durante a pandemia. Os rituais de despedidas, funerais e as práticas culturais e religiosas foram dificultados pelo distanciamento social, ou muitas vezes, proibidos ou realizados com restrições, como a possibilidade de participação apenas a partir do uso das tecnologias, por exemplo. No entanto, a impossibilidade da interação face a face, da expressão dos sentimentos, agradecimentos e despedidas, que favorecem a elaboração e resolução do luto, desafiam as formas de se adaptar e lidar com as perdas. A complexidade imposta pela pandemia e as dificuldades em relação à mortalidade, podem impactar o processo de luto e aumentar os problemas de saúde mental dos sobreviventes. Os autores reforçam a importância do uso das TICs para que pessoas internadas possam se sentir mais próximas e se comunicarem com entes queridos (Crepaldi, Shmidt, Noal, Bolze & Gabarra, 2020).

Ouvimos estudantes em luto por perdas de familiares pela COVID-19, luto barrado pela impossibilidade de realizar o ritual de despedida, luto carregado com certa estranheza, simbolizada em falas que questionavam o porquê de não estarem conseguindo sentir o que esperavam sentir, como se não estivesse sendo possível experienciar de fato a morte de um ente querido, como se aquela morte fosse mais um número no inimaginável e enorme números de mortos por dia no país, como se de algum modo a morte agora tivesse sido banalizada. Se num primeiro momento parecia que, ao estarmos diante da morte de uma maneira aparentemente mais próxima com a pandemia, poderíamos fazer valer a angústia mobilizadora da consciência da finitude, passado o tempo, percebemos o quanto ela permanece distante, apesar de tão próxima concretamente.

Heidegger (1965/2012) diz que “o tempo que vem jamais vem para permanecer, mas para ir-se embora” (p. 100). E mais à frente: “O interessante faz com que, no instante seguinte, já estejamos indiferentes e mesmos dispersos em alguma outra coisa que, por sua vez, tampouco nos diz respeito quanto a anterior” (p. 113). Refletimos aqui sobre o quanto somos absorvidos pelo ritmo acelerado em que vivemos, preenchido com tantas informações e solicitações que nos desviam do que nos é mais próprio, como nos diz Feijoo (2011): “Na era da técnica ocorre que as orientações do mundo da técnica se dão de forma tal que ela absorve radicalmente o homem” (p. 173). Passarmos pela experiência da morte de tantos como vem sendo na pandemia e não conseguirmos minimamente nos apropriarmos dessa vivência traduz um distanciamento com a vida em si, afinal morrer é parte do viver e a consciência disso pode ser mobilizadora e transformadora, na medida em que convoca para a busca pelo sentido de ser e existir no mundo.

Nesse ponto, lembramos da alienação presente em muitas falas, bem como o negacionismo do que está acontecendo no mundo, em dizeres e comportamentos que questionam orientações de distanciamento social, por exemplo, ou se mostram completamente apáticas ao caos sanitário, econômico, social e político que estamos vivendo. Escutamos o pesar por não estarem conseguindo manter a produtividade ou o máximo desempenho em diversas áreas, como mostram várias pessoas em redes sociais. Estar em casa parece ser sinônimo de ter mais tempo, o qual precisa ser minuto a minuto bem aproveitado, no sentido, de se fazer desse tempo útil. A impregnação dos ditames da era da técnica é tamanha que não vemos qualquer senso crítico. O *Dasein* se precipita para o “mundo” das ocupações numa dedicação e abandono irrefletidos (Heidegger, 1987/2009), sendo o espaço de escuta e tematização dessas falas extremamente profícuo e potente, na medida em que nos pautamos no pensamento meditante que busca despertar o ser para si mesmo, pensando o sentido e “Pensar o sentido é muito mais. É a serenidade em face do que é digno de ser questionado” (Heidegger, 1965/2012, p.58).

Debord (1997) quando nos apresenta a sociedade do espetáculo evidencia a alienação em que nos encontramos. Tornamos meros espectadores em favor do que é imposto à contemplação e “(...) quanto mais ele contempla, menos vive; quanto mais aceita reconhecer-se nas imagens dominantes da necessidade, menos compreende sua própria existência e seu próprio desejo” (p. 24). Adiante, alerta-nos sobre a importância da teoria crítica do espetáculo se unificar à prática da negação da sociedade, sendo esta

referente à necessária retomada de luta das classes revolucionárias que podem fazer ver “a necessidade anormal de representação” (p. 141), a qual parece compensar o sentimento torturante de estar à margem ou mesmo de ter de reconhecer sua própria realidade.

É preciso instaurar espaços em que se possa ouvir a estranheza de ser-no-mundo, neste mundo, partindo da consciência como o clamor da cura que conclama o *Dasein*, o ser-aí, para seu poder ser (Heidegger, 1927/1996), possibilitando escapes da impessoalidade absoluta. O plantão psicológico se mostra como importante meio facilitador para a abertura do *Dasein* que “subsistente no querer-ter-consciência é constituída, portanto, pela disposição da angústia, pela compreensão enquanto projetar-se para o ser e estar em débito mais próprio” (Heidegger, 1927/1996, p. 86).

Levantamentos feitos por Faro et al. (2020), sobre os efeitos da pandemia na saúde mental, apontam que o aumento da preocupação consigo e com os outros, as restrições e adaptações da rotina e a insegurança em relação à saúde, segurança e bem-estar podem ter seus efeitos traduzidos em uma série de reações emocionais, resultando em sofrimento agudo ou agravamento de questões de saúde mental. O aumento de quadros de ansiedade, depressão, estresse e transtornos do pânico já podem ser observados na pandemia da COVID-19 (Scorsolini-Comin et al., 2020) e nos leva a refletir sobre a importância dos cuidados de saúde mental diante da crise sanitária, política e humanitária que vivenciamos.

Em se tratando das repercussões da pandemia na saúde mental, alguns grupos se mostram mais vulneráveis a esses efeitos, como as pessoas com transtornos mentais que, diante da readaptação e possível descontinuidade do tratamento, em razão do afastamento social e dificuldade de acesso aos serviços de saúde mental, podem apresentar uma intensificação do sofrimento (Pavani et al., 2021).

Quanto ao gênero, as pessoas do sexo feminino surgem vinculadas a um maior sofrimento e impacto psicológico (Pavani et al., 2021). Essa informação corrobora com os dados coletados sobre o plantão psicológico *on-line* oferecido pela PROAE e nos faz refletir sobre os papéis desempenhados pelas mulheres no Brasil. O papel de mãe, esposa, estudante, trabalhadora, dona de casa, dentre tantos outros desempenhados pelas mulheres, com a pandemia perderam as delimitações, agora todos dividem o mesmo espaço e acontecem simultaneamente, aumentando a sobrecarga sobre elas. Além disso, o distanciamento social contribuiu para a diminuição de contato e vínculos com as redes de apoio e escuta, fundamentais no auxílio a essas mulheres, então pressão e estresse podem se intensificar, no momento atual, impactando a saúde mental feminina (Pavani et al., 2021).

As pessoas com idades entre 18 e 30 anos apresentam um maior sofrimento psíquico durante a pandemia, essa é também a faixa etária da maioria dos estudantes universitários, que foram apontados com um alto impacto psicológico e níveis de estresse elevados (Pavani et al., 2021). Considerando o contexto da pandemia e a necessidade de manter o distanciamento social foi preciso realizar mudanças no modo de viabilizar o ensino superior no Brasil. As adaptações das atividades presenciais para os meios digitais, em sua maioria, não levaram em consideração aspectos referentes à realidade de estudantes e professores, além de aspectos pedagógicos e tecnológicos necessários (Gusso et al., 2020).

A orientação para proteção individual e coletiva no cenário vivido exige alterações significativas nos modos de viver com adaptações às novas regras e mudanças de hábitos sociais (Silva et al., 2020). Rupturas nas relações sociais, quebra da rotina, mudanças nos padrões de convivência no trabalho, família e instituição de ensino mudam os aspectos da vida cotidiana e podem surgir como estressores importantes nesse período, causando impactos à saúde mental e bem-estar psicológico (Silva et al., 2020; Schmidt, et al., 2020).

Entendendo que as atividades diárias e rotinas são importantes para a manutenção da saúde mental, o afastamento abrupto destas aparece como um grande desafio diante das adaptações às atividades remotas e nova rotina (Silva et al., 2020). Dificuldade no desempenho das atividades diárias, concentração, estresse e diminuição da capacidade criativa e produtiva podem surgir como respostas às alterações significativas no modo de viver (Bezerra et al., 2020).

Tais efeitos podem ser observados também nos estudantes que buscaram o plantão psicológico *on-line* da PROAE. Dentre as queixas relacionadas diretamente ao cenário de pandemia, chama atenção a dificuldade de adaptação à nova rotina. Ouvimos

durante os atendimentos relatos da dificuldade de separar a vida profissional/acadêmica da vida pessoal, visto que, nesse momento, tudo acontece em um mesmo espaço. O quarto virou faculdade, trabalho, espaço para lazer e descanso, então delimitar o tempo e esforço para cada atividade aparece como grande desafio.

Diante disso, verificamos nos plantões dois modos predominantes de reações a esse cenário. Por um lado, os alunos que, atendendo ao chamado do mundo capitalista, relatam uma elevada cobrança por produtividade e performance, exigindo de si mesmos esforços, por vezes irreais, o que os levam à frustração e sentimentos de incapacidade. Por outro lado, aqueles que se veem paralisados, diante dos estressores apontados, não conseguem estabelecer uma nova rotina que atenda, de uma forma minimamente possível, as demandas desse tempo.

Para muitos alunos, a suspensão das atividades presenciais e adesão ao ensino remoto, além das adaptações e limitações apontadas, também significa atraso na programação acadêmica e formação dos futuros profissionais. A interrupção das atividades de estágio, componentes curriculares, projetos de pesquisa e extensão, bem como demais atividades fundamentais para o processo formativo dos estudantes, contribuem com o aumento da ansiedade entre os estudantes universitários e elevam as preocupações sobre a própria formação e futuro profissional (Rodrigues, Cardoso, Peres & Marques, 2020).

Entre os estudantes acolhidos pelo plantão psicológico *on-line*, o medo e a incerteza em relação ao futuro foi uma das queixas mais recorrentes. Diante da possibilidade de elaborar esse medo, no atendimento, era muito comum a angústia frente à suspensão de estágios presenciais e consequente adiamento da finalização do projeto acadêmico, além disso, as preocupações com o cenário político e econômico do país, refletem no medo do desemprego. Se o pós formatura costuma gerar inseguranças aos recém-formados, vivenciar essa saída da universidade em um período de pandemia e recessão econômica do país, pode aumentar significativamente os níveis de ansiedade, estresse e insegurança.

A universidade não é um espaço apenas de transmissão de conteúdos, mas um lugar importante de construção de vínculos e aspectos emocionais, resultantes das trocas, do contato e convívio social, o que fica bastante prejudicado ou impossibilitado no ambiente puramente virtual.

A falta de condições adequadas para estudo em casa, o não acesso ou acesso limitado às ferramentas necessárias para esse meio de ensino, falta de suporte e preparação para o estudo nessa modalidade, além das cobranças por desempenho e produtividade tem produzido, nos estudantes, uma sobrecarga e ansiedade, provocando um baixo desempenho, descontentamento e falta de motivação (Gusso et al., 2020).

Vimos por exemplo estudantes referirem no plantão situações comuns de constrangimento por não quererem expor o espaço íntimo e humilde de sua casa ou baixa qualidade de conexão, resultando em saídas constantes da sala e exposição na turma da situação precária quanto à falta de estrutura para acompanhar a aula. Somado a isso, recebemos o receio também de colegas tirarem *prints* das telas e fazerem *bullying* com as imagens, evidenciando uma atmosfera de desconfiança e vulnerabilidade aguçada na modalidade virtual.

O individualismo exacerbado e o medo de inadequação, marcas da sociedade moderna em que a competitividade substitui a solidariedade e cada um que tem que se haver com seus próprios recursos (Bauman, 2007), ganharam novos e significativos contornos, percebidos em alguns atendimentos que expuseram a indignação pela disparidade vista entre os estudantes que tinham boas condições de acesso e ambiente favorável ao estudo remoto àqueles com limitações evidentes, além da diferença em relação à facilidade de manuseio e interação no ambiente virtual com demais colegas e professores.

Ouvimos queixas também referentes à indiferença por parte de alguns professores quanto a essas dificuldades. Se de certa maneira já se sentiam desprivilegiados e não vistos ou considerados, na modalidade virtual, isso se intensificou. Literalmente de câmeras desligadas, estudantes se sentem invisíveis e tendo que dar conta do excesso de trabalhos acadêmicos e todas essas questões socioemocionais, além evidentemente das prováveis tensões e ansiedades provenientes do contexto pandêmico.

Estar na escuta desses estudantes, ouvindo esses conteúdos, é um grande desafio. Podemos dizer que de pronto surge um

sentimento de impotência e paralisação, mas no esforço de não nos deixar guiar por isso, entendendo que transformações só podem se dar pela via dos afetos e que é necessária uma atmosfera que possibilite a abertura, vamos sustentando a angústia diante das dificuldades emergentes, olhando para ela e assim abrindo os caminhos de enfrentamento, afinal, como nos diz Heidegger (1965/2012): “o homem só se torna livre num envio, fazendo-se ouvinte e não escravo do destino” (p. 28).

Fazemos o convite, por meio da escuta atenta que o legitima e junto com ele suporta a angústia do dizer, ao reposicionamento em sua existência, ao deslocamento da posição de passividade diante do que está posto e de seu próprio existir. Escutamos a fala enquanto apelo que nos solicita e convoca a ser-com-o-outro, mantendo a estranheza do discurso, rompendo qualquer naturalização ou enquadre diagnóstico, sem limitar a qualquer forma prévia de ver o fenômeno, possibilitando assim o caráter libertador, por meio do surgimento de tonalidade afetiva propícia à escuta, legitimação e movimentação do ser diante de seu dizer (Rodrigues, 2020). O que é possível nesta minha realidade? Validando as dificuldades concretas, surgem alternativas e em busca dos possíveis, conseguimos dizer não para o destino que se diz escrito nas estrelas, e sim para o destino que é resultado de cada escolha, em outras palavras, da apropriação da própria existência enquanto modo de ser e estar no mundo.

4. Considerações Finais

Não restam dúvidas de que a crise sanitária em que o planeta está mergulhado tem afetado o ser humano em todas as suas dimensões, sendo a saúde mental aquela que se percebe das mais prejudicadas. A pandemia desvelou a fragilidade do ser humano, colocou-o diante da finitude real e presente cotidianamente, e com isso favoreceu a emergência e o agravamento de expressões de sofrimentos, de medos, inseguranças e desamparo existencial. Evidenciamos que nesse período de um ano de pandemia houve um aumento na procura por atendimento psicológico, o que obrigou, podemos dizer assim, os psicólogos a se reinventarem, enfrentando as suas próprias dificuldades, não só no âmbito do uso da tecnologia no seu fazer, mas também nas suas próprias limitações nas práticas de atendimento *on-line*, o que gerou questionamentos e desconstruções das suas crenças e conhecimentos. Sobretudo, lançou o psicólogo numa nova dimensão tanto existencial quanto no que concerne a tudo que já houvera consolidado no que se refere ao seu saber-fazer.

Nesse cenário, o plantão psicológico, agora na modalidade *on-line*, de acordo com as reflexões feitas aqui, mostrou-se, uma vez mais, como uma ação clínica atual e comprometida com o que podemos chamar de uma existência em trânsito, já que o mundo e com ele o seu movimento epocal e histórico nos constitui e atravessam o sofrimento em cada momento em que se manifesta. Assim, só cabe, nesse momento, esperar que esse trabalho contribua para que não só a psicologia fenomenológico-existencial, mas também o âmbito das práticas clínicas, possam refletir sobre a escuta do sofrimento a partir da consideração de um cenário histórico e pandêmico e as suas implicações nos modos atuais de ser e sofrer do homem.

Referências

- Barcellos, A. Á. C. G., Ferreira, M. L. L., Santos, M. D. A. M., & Júnior, C. R. (2020). Plantão Psicológico Online em Tempos de Pandemia: Um relato de Experiência. *Revista Unimontes Científica*, 22(2), 1-15. Recuperado em 23 de abril de 2021, de <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/3394>
- Bauman, Z. (2007). *Tempos líquidos*. (C. A. Medeiros Trad.). Rio de Janeiro: Zahar.
- Bezerra, C. B., Saintrain, M. V. D. L., Braga, D. R. A., Santos, F. D. S., Lima, A. O. P., Brito, E. H. S. D., & Pontes, C. D. B. (2020). Impacto psicossocial do isolamento durante pandemia de COVID-19 na população brasileira: análise transversal preliminar. *Saúde e Sociedade*, 29(4), Recuperado em 11 de dezembro de 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902020000400311&tlng=pt
- Bezerra, C. G. (2016). *A experiência de sofrimento em estudantes de Ciências e Tecnologia da UFRN sob o enfoque fenomenológico-existencial*. (Tese de Doutorado). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, Rio Grande do Norte.
- Chaves, P. B., & Henriques, W. M. (2017). Plantão Psicológico: de frente com o inesperado. *Psicologia argumento*, 26(53). Recuperado em 23 de abril de 2021, de <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/19831>

- Crepaldi, M. A., Schmidt, B., Noal, D. D. S., Bolze, S. D. A., & Gabarra, L. M. (2020). Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 37. Recuperado em 01 de junho de 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100508&tlng=pt
- Debord, G. (1997). *A sociedade do espetáculo* (E. S. Abreu Trad.). Rio de Janeiro: Contraponto.
- Dutra, E. (2008). Afinal, o que significa o social nas práticas clínicas fenomenológico- existenciais? *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, UERJ, RJ, 8(2), 221-234. Recuperado em 16 de junho de 2021, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812008000200008&lng=pt&tlng=pt
- Dutra, E. (2017). Plantão psicológico numa clínica-escola: a escuta do sofrimento existencial de universitários. In Feijoo, A. M. L. C. de, & Lessa, M. B. M. F. (Org.). *Fenomenologia e práticas clínicas II* (2ª ed.). (pp. 109-129). Rio de Janeiro, RJ: IFEN.
- Evangelista, P. E. R. A., & Cardoso, C. L. (2020). Aconselhamento psicológico fenomenológico-existencial online como possibilidade de atenção psicológica durante a pandemia de COVID-19. *Perspectivas em Psicologia* (Uberlândia), 24(2), 129-153. <https://doi.org/10.14393/PPv24n2a2020-58492>
- Faro, A., Bahiano, M. D. A., Nakano, T. D. C., Reis, C., Silva, B. F. P. D., & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 37. Recuperado em 01 de junho de 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100507&tlng=pt
- Feijoo, A. M. L. C. (2011). *A existência para além do sujeito: a crise da subjetividade moderna e suas repercussões para a possibilidade de uma clínica psicológica com fundamentos fenomenológico-existenciais* (1ª ed.). Rio de Janeiro: Edições IFEN: Via Verita.
- Freire, P. (1987). *Pedagogia do Oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- Gusso, H. L., Archer, A. B., Luiz, F. B., Sáhão, F. T., Luca, G. G. D., Henklain, M. H. O., & Gonçalves, V. M. (2020). Ensino superior em tempos de pandemia: diretrizes à gestão universitária. *Educação & Sociedade*, 41. Recuperado em 25 de setembro de 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302020000100802&tlng=pt
- Han, B-C. (2015). *Sociedade do Cansaço*. (E. P. Giachini Trad.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- Heidegger, M. (1996). *Ser e Tempo: Parte II*. (4 Ed.) (M. S. Cavalcante Trad.). Petrópolis, RJ: Vozes. (Texto original publicado em 1927).
- Heidegger, M. (2009). *Seminários de Zollikon*. (M. Boss, ed.). Petrópolis, RJ: Vozes. (Texto original publicado em 1987).
- Heidegger, M. (2012). *Ensaio e Conferências*. (8 Ed.). Petrópolis, RJ: Vozes. (Texto original publicado em 1965).
- Mahfoud, M. (2012). A vivência de um desafio: plantão psicológico. In Mahfoud, M. (Org). *Plantão psicológico: novos horizontes* (2ª ed.). (pp. 17-29). São Paulo, SP: Companhia Ilimitada.
- Morato, H. T. P. (2009). *Plantão psicológico: inventividade e plasticidade*. In Resumo. São Paulo: Universidade de São Paulo, Instituto de Psicologia, Laboratório de Estudos em Fenomenologia Existencial e Prática em Psicologia. Recuperado em 15 de março de 2020, de <http://laclife.files.wordpress.com/2009/10/click-na-figura-para-baixar-artigos-de-sashenka.pdf>
- Neves, M. C. C., & Dalgalarrodo, P. (2007). Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 56(4), 237-244. <https://doi.org/10.1590/S0047-20852007000400001>
- Pavani, F. M., Silva, A. B. da, Olschowsky, A., Wetzel, C., Nunes, C. K., & Souza, L. B. (2021). COVID-19 e as repercussões na saúde mental: estudo de revisão narrativa de literatura. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 42(1). <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200188>
- Rebouças, M. S., & Dutra, E. (2010). Plantão Psicológico: uma Prática Clínica da Contemporaneidade. *Revista da Abordagem Gestáltica*, XVI(1): 19-28. Recuperado em 16 de junho de 2021, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672010000100004&lng=pt&tlng=pt
- Rodrigues, B. B., Cardoso, R. R. D. J., Peres, C. H. R., & Marques, F. F. (2020). Aprendendo com o Imprevisível: Saúde mental dos universitários e Educação Médica na pandemia de COVID-19. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44. Recuperado em 02 de outubro de 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000500302&tlng=pt
- Rodrigues, J. T. (2020). *Angústia e serenidade: a psicopatologia contemporânea em diálogo com Heidegger* (1ª ed.). Rio de Janeiro: Via Verita.
- Ruffo, L. (2016). *Ensaio para compreensão de uma prática psicológica em construção: atendimento online (via e-mail)* (Dissertação de mestrado). Universidade de São Paulo, São Paulo.
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., & Demenech, L. M. (2020). Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19), 37. Recuperado em 18 de maio de 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100501&tlng=pt
- Scorsolini-Comin, F., Rossato, L., & Santos, M. A. D. (2020). Saúde mental, experiência e cuidado: implicações da pandemia de COVID-19. *Revista da SPAGESP*, 21(2), 1-6. Recuperado em 14 de abril de 2021, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702020000200001&lng=pt&tlng=pt
- Silva, H. G. N., Santos, L. E. S. dos, & Oliveira, A. K. S. de (2020). Efeitos da pandemia do novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades/Effects of the new Coronavirus pandemic on the mental health of individuals and communities. *Journal of Nursing and Health*, 10(4). Recuperado em 14 de abril de 2021, de <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18677/11414>