

Plantão Psicológico e sofrimento universitário: um estudo fenomenológico

Psychological duty and academic suffering: one Phenomenological study

Guardia Psicológica y sufrimiento universitario: un estudio fenomenológico

Recebido: 10/01/2022 | Revisado: 20/01/2022 | Aceito: 30/01/2022 | Publicado: 18/04/2022

Joana Buschini Brentano

<https://orcid.org/0000-0002-9070-2107>

Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil

E-mail buschinijoana@gmail.com

Gabriela Maria Leroy Viana

<https://orcid.org/0000-0002-1140-6220>

Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil

E-mail gabimleroy@gmail.com

Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

<https://orcid.org/0000-0001-9691-6141>

Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil

E-mail pauloevangelista.ufmg@gmail.com

Resumo

O Plantão Psicológico oferece uma escuta a partir da disponibilidade do aluno-plantonista, para acolher os sofrimentos existenciais que se manifestam na experiência do cliente no momento da procura por atendimento. Na Universidade Federal de Minas Gerais, o Plantão Psicológico acontece no Serviço de Psicologia Aplicada da instituição. O objetivo deste estudo é descrever o sofrimento psicológico dessa comunidade, que foi atendida pelo serviço do Plantão Psicológico durante o período de Junho a Dezembro de 2019. Para isso, realizamos a leitura e análise de 167 dos relatórios, escritos pelos plantonistas, dos 167 atendimentos, escritos pelos plantonistas, utilizando o método Fenomenológico Hermenêutico. Partindo dessa leitura, foram criadas 12 categorias de demandas psicológicas: 1) (In)capacidade de experienciar; 2) Desafios do futuro; 3) Desempenho acadêmico e/ou profissional; 4) Dificuldades de tomar decisões a partir de si mesmo; 5) Dificuldade em lidar com mudanças; 6) Dimensão de autoconfiança; 7) Enfrentamento da dimensão corporal; 8) Lida com vivências do passado; 9) Relacionamentos interpessoais; 10) Relacionamentos amorosos; 11) Relacionamentos familiares; 12) Solidão. Assim, busca-se, com a compreensão do sofrimento psicológico da comunidade acadêmica, o desenvolvimento e o aprimoramento de dispositivos de atenção à saúde mental da comunidade interna da UFMG.

Palavras-chave: Plantão Psicológico; Sofrimento psicológico; Comunidade acadêmica; Fenomenologia Hermenêutica.

Abstract

The Psychological Duty offers on-duty understanding listening by students-on-call of the existential sufferings that are manifested in client's experience at the time of the search for care. At the Federal University of Minas Gerais, the Psychological Duty takes place at the Applied Psychology Service of the institution. The aim of this study is to describe the psychological suffering of this community, which was attended by the Psychological Duty service during the period from June to December 2019. For this, we performed the reading and analysis of 167 reports written by the on-call psychology students using the Hermeneutic Phenomenological method. Based on this reading, 12 categories of psychological demands were created: 1) (In)capacity to experience; 2) Challenges of the future; 3) Academic and/or professional performance; 4) Difficulties in making decisions by oneself; 5) Difficulty in dealing with changes; 6) Dimension of self-confidence; 7) Coping with the bodily realm; 8) Dealing with experiences of the past; 9) Interpersonal relationships; 10) Loving relationships; 11) Family relationships; 12) Loneliness. We thus seek, with the understanding of the psychological suffering of the academic community, the development and improvement of mental health care devices of the internal community of UFMG.

Keywords: Psychological duty; Psychological suffering; Academic community; Hermeneutical Phenomenology.

Resumen

La Guardia Psicológica ofrece una escucha desde la disponibilidad del estudiante de guardia, para aceptar los sufrimientos existenciales que se manifiestan en la experiencia del cliente en el momento de la búsqueda de atención. En la Universidad Federal de Minas Gerais, la Guardia Psicológica se lleva a cabo en el Servicio de Psicología Aplicada de la institución. El objetivo de este estudio es describir el sufrimiento psicológico de esta comunidad, que fue atendida por el servicio de Servicio Psicológico durante el período de junio a diciembre de 2019. Para ello, se realizó la lectura y análisis de 167 de los informes redactados por los estudiantes de psicología en la guardia utilizando el método fenomenológico hermenéutico. A partir de esta lectura, se crearon 12 categorías de demandas psicológicas: 1) (In)capacidad experiencial; 2) Desafíos del futuro; 3) Desempeño académico y/o profesional; 4) Dificultades para tomar decisiones desde sí mismo; 5) Dificultad para hacer frente a los cambios; 6) Dimensión de la confianza en sí mismo; 7) Hacer frente a la dimensión del cuerpo; 8) Se ocupar de las experiencias del pasado; 9) Relaciones interpersonales; 10) Relaciones amorosas; 11) Relaciones familiares; 12) Soledad. Además, buscamos, con la comprensión del sufrimiento psicológico de la comunidad académica, el desarrollo y mejora de los dispositivos de atención de salud mental de la comunidad interna de la UFMG.

Palabras clave: Guardia Psicológica; Sufrimiento universitario; Comunidad académica; Fenomenología-Hermenéutica.

Introdução

O Plantão Psicológico é uma modalidade clínica de atendimento em Aconselhamento Psicológico. Caracteriza-se como sendo um serviço que se dispõe a atender quem o procura em um tempo e espaço pré-determinados e de conhecimento do público, e por isso não se faz necessário um agendamento prévio. O objetivo com este serviço é o de proporcionar que naquele encontro seja possível acessar novos caminhos diante do que se apresenta para quem narra sua história nos atendimentos. Ele prescinde, portanto, de um acompanhamento, pois entende que esse encontro que acontece na intersecção entre quem se movimenta em direção a uma abertura para a mudança e quem está de prontidão para acolher aquela história singular tem em si o potencial para uma transformação. Segundo Evangelista (2016), esse serviço acolhe quem passa por um momento de interrupção da familiaridade cotidiana, atuando de forma a devolver a autonomia do próprio cuidado para quem se encontra diante de tal situação. As queixas e demandas apresentadas pela clientela não são diagnosticadas como problemas psicológicos ou psicopatologias, fiel à proposta original do Plantão Psicológico de “acolher *a experiência* do cliente em determinada situação, ao invés de focar o *seu problema*” (Mahfoud, 1987, p. 76).

Na Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), o Plantão Psicológico acontece vinculado ao Serviço de Psicologia Aplicada (SPA), da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas (FAFICH). O Plantão Psicológico conta com uma equipe de plantonistas composta por alunos da graduação e da pós-graduação do curso de Psicologia. Concomitantemente à oferta do serviço, ocorre a supervisão, realizada pelos professores coordenadores do projeto, os quais trabalham com as abordagens Fenomenológica-Existencial e Gestalt-Terapêutica, o que faz com que as discussões estejam fundamentadas nestes modos de compreender a situação clínica. Os atendimentos são realizados em duplas, e acontecem nas salas disponíveis do SPA, nos dias e horários determinados previamente. Ao final de cada atendimento, os plantonistas redigem um relatório sobre o encontro que se deu, que fica arquivado no SPA.

São escassas as pesquisas que analisam o sofrimento psicológico apresentado por clientes em clínicas-escola (Peres, Santos & Coelho, 2004; Cerchiari, Caetano & Faccenda, 2005; Souza, Coelho & Migliorini, 2015;

Souza & Bartilotti, 2018), sobretudo no serviço de plantão psicológico, cuja estrutura favoreceria, especulamos, a procura pelos mais variados motivos.

Diante desse cenário inicial de investigação sobre os serviços de Plantão Psicológico, nossa proposta é compreender e descrever o sofrimento psicológico apresentado nos atendimentos desse serviço entre junho a dezembro de 2019, na UFMG, período de reativação do serviço após um hiato de 2 anos. Através do método fenomenológico-hermenêutico de pesquisa, nosso objetivo é descrever o sentido das demandas que surgiram durante esses atendimentos e que foram relatadas pelos plantonistas.

A demanda define-se, segundo Almeida (2009), como o conteúdo latente, velado, do que é apresentado. Portanto, vai além do conteúdo manifesto, literal, ao mesmo tempo em que o inclui. Segundo Morato (2006), a demanda tem mais a ver com o que está implicado na procura, na urgência contida na existência própria de cada um, do que nas queixas formuladas como pedidos de intervenção e aconselhamento. Schmidt (2004) define que o serviço acolhe a demanda, isto é, entendendo por isso, “o modo como o cliente vive essa queixa, os recursos subjetivos e do entorno sociopsicológico de que dispõe para cuidar de seu sofrimento, bem como as expectativas e perspectivas que se apresentam a partir da busca de auxílio” (p. 174).

Morato (1999), Aun (2005) e Braga, Mosqueira e Morato (2012) destacam o caráter cartográfico do Plantão Psicológico, isto é, de que se explicita nos encontros clínicos com os plantonistas os modos de ser e sofrer da comunidade em que o serviço está inserido. Do ponto de vista da fenomenologia existencial, que lida com as pessoas como ser-no-mundo, inseridas e participantes de contextos simbólicos compartilhados (Salanskis, 2011), todo modo de ser individual é também uma possibilidade do grupo social em que existe. Como afirmam Braga, et al. (2012), “cl clinicamente, nunca se escutam queixas puras, mas já mescladas no caldo interpretativo de sua realidade, no qual se forjam as relações da vida em situações com outros nos cenários do cotidiano” (p. 557).

Metodologia

Esta é uma pesquisa documental, que recorre aos 167 relatórios psicológicos referentes aos atendimentos entre junho e dezembro de 2019 no serviço de Plantão Psicológico no SPA da FAFICH. Joel Martins (1988) sintetiza que o objetivo do pesquisador fenomenológico é “revitalizar, tematizar e compreender a essência dos fenômenos da vida diária à medida que os vive e experiencia” (p. 58). Por “essência”, entende o caráter geral e imutável dos fenômenos presentes nas suas variadas manifestações particulares. Nessa mesma direção, Forghieri (2000) defende que o objetivo é “captar o sentido ou o significado da vivência para a pessoa em determinadas situações, por ela experienciadas em seu existir cotidiano” (p. 59). O resultado de pesquisa assim conduzida é a apresentação da essência de uma vivência. Neste caso, a análise levará às temáticas comuns (Moreira, 2002) e singulares.

O método de análise dos dados é fenomenológico-hermenêutico. O primeiro passo é uma leitura do todo de cada relato escrito pelo plantonista acerca do atendimento realizado e daquilo que lhe apareceu. O objetivo disso é conseguir compreender as partes a partir do todo e ampliar o todo a partir das partes (Fleming, Gaidys & Robb, 2003). Apreende-se, assim, uma visão global, que apoiou a elaboração de unidades de significação nas quais os relatos serão divididos. Os dados de identificação de plantonista e cliente, que constam nos relatórios, não foram considerados na análise e foram guardados em sigilo no SPA. A pesquisa foi realizada *a posteriori* aos atendimentos, de modo que não havia interesses pessoais dos plantonistas para além de oferecer atenção psicológica de qualidade.

Leituras de vários relatórios foram feitas em conjunto pelos pesquisadores. Esse primeiro encontro forneceu a base, dialogicamente, do que seria o exercício descritivo proposto por essa pesquisa. Cuidou-se, assim, de que a categorização não ficasse atrelada à perspectiva de somente um ou outro pesquisador (Fleming et al., 2003). Nesta etapa já aconteceu uma interpretação dos pesquisadores, que propuseram alguns sentidos para o sofrimento psicológico manifesto nos relatórios.

Seguiu-se à leitura dos relatórios, a criação de categorias descritivas do que era encontrado como demandas. Essas categorias foram discutidas e criadas através do diálogo entre o grupo e tabuladas usando Microsoft Excel. Em seguida, os pesquisadores passaram a discutir entre si a leitura dos relatórios e posterior criação das categorias que poderiam abarcar suas descrições, o mais detalhadas possíveis de cada demanda. Com a progressão dessa leitura em conjunto, cada vez menos categorias foram criadas a cada leitura de relatório, pois demandas que se assemelhavam passaram a ser agrupadas em uma mesma categoria já criada anteriormente. Na medida em que os pesquisadores avançavam na leitura, sempre se reuniam com os integrantes do grupo de pesquisa e seu respectivo orientador, a fim de discutir a coerência das novas categorias com relação às descrições dos relatórios, com o objetivo de minimizar vieses individuais.

Seguindo nesse ritmo de diálogo, com o término de todos os 167 relatórios, os pesquisadores se reuniram para a criação de novas categorias mais amplas que abarcassem todas as 71 específicas que foram sendo criadas no decorrer das leituras. Era necessário que houvesse uma íntima correlação entre o conjunto de categorias específicas criadas e reunidas nessas categorias mais amplas, que pudessem ser descritas pelas mesmas. A proposta final foi elaborar essas categorias, descrevendo-as e exemplificando-as para a tornar clara a demanda que ela pretendia demonstrar. Sendo o sofrimento psicológico da comunidade da UFMG que procurou o serviço de Plantão Psicológico a vivência buscada, o resultado da pesquisa é a descrição da multiplicidade de modos de ser e sofrer da comunidade acadêmica.

Não se objetiva aqui uma descrição ‘objetiva’ de uma realidade supostamente objetiva. Em seu lugar, assumimos o caráter perspectival do conhecimento (Critelli, 1996). Inclusive, como lembram Fleming et al. (2003), “durante a pesquisa, portanto, o pesquisador deve tentar entender como seus sentimentos e experiências pessoais afetam a pesquisa e integrar esse entendimento no estudo” (p. 117). Segundo esses autores, estabelece-se credibilidade na pesquisa qualitativa fenomenológica “... garantindo que as perspectivas dos participantes estejam representadas o mais claramente possível. (...) Lida-se com a confirmabilidade (*confirmability*) retornando aos participantes em todos os estágios do processo investigativo” (p. 119). No nosso caso, o constante retorno foi aos relatórios. Na apresentação dos resultados, quando for pertinente, elementos desse referencial teórico serão explicitados na descrição das categorias de motivos por procura do serviço.

Resultados e Discussão

As categorias das demandas analisadas neste estudo foram (1) (In)capacidade de experiência, (2) Desafios do futuro, (3) Desempenho acadêmico e/ou profissional, (4) Dificuldades de tomar decisões a partir de si mesmo, (5) Dificuldade em lidar com mudanças, (6) Dimensão de autoconfiança, (7) Enfrentamento da dimensão corporal, (8) Lida com vivências do passado, (9) Relacionamentos interpessoais, (10) Relacionamentos amorosos, (11) Relacionamentos familiares, e (12) Solidão.

Conforme imaginado anteriormente à pesquisa, foram vários os motivos observados e descritos pelos plantonistas nos relatórios que levaram os clientes à procura do Plantão Psicológico. Esses vários motivos foram

agrupados em categorias que, reunidas, descrevem os modos de sofrimento psicológico da comunidade UFMG que apareceram no Plantão Psicológico entre junho e dezembro de 2019. Como o objetivo da análise era formular categorias, por vezes elas podem parecer amplas e desconectadas de situações concretas vivenciadas. Mas, foram hauridas da facticidade situada de pessoas reais - seres-no-mundo - e indicaremos algumas dessas situações para ilustrar o referido.

A seguir, encontram-se a descrição das 12 categorias que formam o resultado da leitura e descrição dos relatórios de atendimento que foram o objeto desse estudo:

(In)capacidade de experiência

O que nomeamos como (in)capacidade de experiência se apresenta como um comprometimento da capacidade de identificar, aceitar e/ou de nomear e efetivamente vivenciar e experimentar aquilo que está sendo vivido. Isso leva a um olhar de fora, alheio aos complexos e diversos atravessamentos da própria experiência. Ou seja, a pessoa não consegue se situar em primeira pessoa naquilo que vivencia.

Ao não conseguir ter essa compreensão sobre o que se passa, há uma dificuldade de entrar em contato com a própria experiência vivida, o que revela esse olhar alheio à própria vida, aparecendo como alguém que analisa as suas vivências sem se colocar nelas ou também como alguém que não consegue perceber-se diante do que se está experienciando. May (1993) chama de alienação o fenômeno contemporâneo de pessoas que mantêm uma “comunicação ‘técnica’ com seus mundos; o seu tipo de pessoa ‘voltada para fora’ (o tipo característico de nossos dias) relaciona-se com tudo através do lado técnico, externo” (May, 1993, p. 131).

Nos relatos, a (in)capacidade de experiência aparece na tentativa de afastamento das experiências pessoais, situadas e em primeira pessoa, de modo que elas passam a ser percebidas apenas parcialmente. São narrativas de pessoas que se voltam exclusivamente para a dimensão racional, e não há apontamentos sobre os aspectos emocionais que também estão envolvidos. Ao lado disso está uma dificuldade para lidar com os sentimentos, em que as possibilidades dispostas para lidar com eles e expressá-los são limitadas e limitantes.

Essa categoria diz também sobre um estar alheio a aspectos da própria existência, por não conseguir se assumir como um ser histórico-narrativo, o que pode gerar uma dificuldade de se situar na própria vida. Ou seja, há uma dificuldade para abarcar o que se passa consigo e de articular a própria história às suas vivências. Esse alheamento da vida pode colocar como dificuldade, entre outras coisas, o acolhimento do próprio sofrimento, visto que a pessoa não consegue acessar o que aconteceu e/ou está acontecendo e, com isso, não consegue reconhecer que está sofrendo e nem mesmo se permitir viver o sofrimento. Isso foi relatado com uma distância em relação ao que sentem, visando resolver problemas de ordem prática, por exemplo, e negando o sofrimento sobre o momento que tem passado. Igualmente, sente-se limitada na capacidade de agir na situação de sofrimento, pois pensa-a como uma cadeia objetiva e causal na qual é apenas um elo. Por isso, espera do atendimento psicológico que lhe forneça orientações quanto ao que fazer.

Desafios do futuro

As demandas psicológico-existenciais consideradas desafios do futuro referem-se aos modos como os usuários do serviço de Plantão Psicológico imaginam, representam, têm uma expectativa em relação a como o

futuro acontecerá. Ao ter que lidar com aquilo que está por vir, podem aparecer sofrimentos que apontam para essas dificuldades.

As narrativas dos plantonistas indicam que identificaram nos atendidos insegurança quanto ao futuro profissional, atrelados a preocupações quanto à própria vida acadêmica e seus resultados. Outros vivenciam incertezas quanto à ligação entre suas ações na atualidade e as conseqüências para seu futuro, como os alunos que sentiam que a formação em um curso superior não oferecia garantias e nem segurança de que conseguirão ingressar no mercado de trabalho, o que, por sua vez, trazia incertezas quanto a se será possível manter-se financeiramente independente.

Outra possível configuração do futuro é o de ameaça, atrelado a uma tonalidade afetiva de temor. Diante do futuro ameaçador, estas pessoas tentam recusá-lo. Nesses casos, o futuro tem sempre um teor catastrófico, podendo se configurar através das mais variadas formas de desastre. Ou seja, o futuro, que, ontologicamente, é indeterminado, é vivenciado como certo, determinado.

Outra manifestação do sofrer pelos desafios do futuro é a dificuldade de tomada de decisão, no sentido de que há um temor em relação ao que o futuro anuncia/guarda. A vida é repleta de bifurcações, como o início da vida profissional para um lado e um mestrado para o outro. Qual escolher? Qual abrir mão? Os clientes narram o sofrimento de não saber e nem poder saber como será a vida optando por um ou outro caminho. E ter que escolher é próprio da condição humana. “Se o homem não fosse finito e mortal”, afirma Boss (1994, p. 121), “nunca perderia nenhuma oportunidade. (...) Mas para alguém que é mortal, nenhuma situação acontece duas vezes da mesma maneira”. Cada momento de vida é um momento de escolha, quer isso seja vivido de maneira mais ou menos consciente. Na liberdade humana fundam-se os sentimentos de culpa e arrependimento, assim como de propósito e esperança (Boss, 1994).

Outro ponto que pode ser destacado em relação à lida com o futuro se relaciona à determinação prévia de um ou de poucos caminhos possíveis, os quais ocultam a dimensão de abertura da vida. Isso aparece em relatos de desespero e desesperança das pessoas que procuraram o plantão. O futuro mostra-se restrito e limitado; há um estreitamento das possibilidades vislumbradas, seja por expectativas catastróficas, seja por desesperança.

Pode-se falar também sobre uma perda do sentido da vida, em que se nota um fechamento de perspectivas de futuro e um confronto “com a verdade de que nós nos mantemos na maioria das vezes em nexos de sentido, sem, contudo, estarmos contidos no sentido ou mesmo suportado pelo sentido” (Holzhey-Kunz, 2018, p. 53). Essa perda seria justamente o desligamento desses nexos, o que se liga também aos sentimentos de desesperança e de falta de perspectiva de vida, sofrimento que diz sobre sentir o presente vazio e que o futuro não vai trazer mais nada.

Desempenho acadêmico e/ou profissional

Estando o serviço inserido e destinado à comunidade acadêmica, questões relacionadas a essa vivência são constantes. Relatos apontam para as sobrecargas, dificuldades, frustrações e preocupações que surgem diante desse ambiente e da construção da vida profissional. São relatos de sobrecarga na rotina, dificuldade para realização de afazeres acadêmicos, domésticos e familiares, acúmulo de tarefas acompanhados de uma sensação extenuante.

Preocupações com o baixo desempenho acadêmico surgem com a possibilidade de ter que repetir uma matéria do semestre, ou sentir que as disciplinas não foram aproveitadas como poderiam ou deveriam. Isso aponta

para a possibilidade de ausência de sentido na realização das mesmas, isto é, que os alunos não conquistaram o que esperavam após a dedicação de tempo e empenho. Culpam-se a si mesmos por isso.

Também com relação à vida profissional surgem preocupações, como o desemprego ou a incapacidade para realizar as tarefas incubidas. Atrelado a isso estão preocupações com as dificuldades financeiras, como a incerteza do pagamento das contas no final do mês.

Frustrações e decepções quanto às escolhas e às experiências tanto acadêmicas quanto profissionais também estão presentes. Aparecem quanto ao curso escolhido, que não é como imaginado ou esperado. A partir dos relatos, percebe-se que as pessoas não se sentem realizadas pessoal e financeiramente com a profissão que exercem. Não têm mais a certeza que tinham quanto à escolha do próprio curso.

Os relatos apresentam o que está envolvido com as tarefas cotidianas da universidade e/ou do trabalho dos atendidos. Por exemplo, quando as tarefas são cumpridas, mas não há o sentimento de realização e construção de algo mais significativo nas suas vidas com isso. Pelo contrário, indicam a falta de um sentido para o que fazem, como se estivessem cumprindo obrigações que lhes tomam tempo. A dificuldade de realizar as tarefas poderia ser interpretada como uma recusa à dedicação a algo que não sentem lhes pertencer. Mas, quem vivencia essa dificuldade atribui a razão a si mesmo, a algum problema individual, como falta de atenção ou concentração. Alguns atendimentos caminham na direção de questionar o sentido das dificuldades no desempenho.

Também surgiram relatos de situações de quase ou total esgotamento nesses âmbitos da vida. Ao invés de estudar, muitos passam horas assistindo episódios de séries, o que chamam de ‘não fazer nada’ e criticam-se por estarem procrastinando. Essas situações lembram, embora em menos intensidade, fenômenos de esgotamento profissional (*burnout*). Langle (2006), analisando tal fenômeno clínico, atribui-o a “um déficit no sentido existencial” (p. 11), isto é, na sensação de plenitude e realização. A conclusão da tarefa não traz a sensação de realização pessoal. A realização da tarefa acaba por substituir o valor mais amplo do projeto existencial.

Esta categoria também se relaciona com questões relativas às escolhas de vida. Evidentemente que, na vida, há muito mais a se escolher do que só os caminhos acadêmicos. Mas muitos clientes do Plantão Psicológico relatam sofrimentos e/ou dúvidas quanto à sua trajetória acadêmica e sua vinculação com o futuro profissional. Escolher significa posicionar-se em relação ao que está presente esperando, imaginando, temendo etc., em suma, ao futuro. Esse futuro um dia chega e a existência pode olhar para trás para a escolha feita e avaliá-la. Alguns dos atendidos cobram-se por terem feito escolhas erradas, outros vislumbram essa possibilidade, mas temem considerá-la mais abertamente. Outros não se reconhecem nas escolhas acadêmicas e profissionais feitas, sentindo que sua situação atual é obra do acaso.

Dificuldades de tomar decisões a partir de si mesmo

Em relação à tomada de posição na vida, foi notada uma desapropriação da própria vida e de suas escolhas no que foi narrado pelas pessoas que chegaram ao Plantão Psicológico. Isto é, os clientes se posicionam de tal modo em suas vidas que deixam a outros (pais, amigos, professores, etc.) as decisões por quais caminhos seguir. Identificamos neste modo de ser uma tentativa de aliviar o ter que arcar com o peso das próprias escolhas e também a um estado muito dependente das aprovações exteriores (van Deurzen & Arnold-Baker, 2005).

Um plantonista narrou o contato com uma moça que descreveu seu sofrimento por sentir-se invalidada, que abarcava o olhar do outro como forma de não confirmação do que a própria pessoa está sentindo e vivendo, o que abre para o seguinte questionamento: será que é isso mesmo? Isso significa que a cliente se percebia de um

determinado modo, mas as pessoas ao seu redor não validavam sua percepção, dizendo que não representava uma verdade. Com isso, ela sentia que estava fazendo e entendendo as coisas erradas. Isso trazia grande insegurança quanto ao seu posicionamento pessoal e quanto às próprias escolhas.

A dificuldade de fazer uma escolha, quando esta remete a um pensar sobre o que se pode esperar do futuro, apareceu no Plantão Psicológico como não saber qual caminho seguir, por não saber ao certo o que cada opção trará futuramente; por exemplo, demorar-se por mais um tempo no curso acadêmico ou se formar e ir para o mercado de trabalho. Essa insegurança de ter que se projetar por si mesmo ainda traz uma perspectiva de sentir-se impotente diante da situação vivida.

Outra forma em que essa dificuldade de tomar decisões apareceu no plantão foi em relação à dificuldade de lidar com o tempo livre. Um relatório trazia a narrativa do cliente que dizia sobre a necessidade de estar sempre produzindo, sendo que até as atividades de lazer que costumavam dar prazer como assistir a filmes e séries ou jogar videogame, passaram a ser consideradas como perda de tempo, levando à busca de ser mais produtivo.

De acordo com Holzhey-Kunz (2018) “viver a própria vida significa assumi-la e conduzi-la, o que implica que nos encontramos aqui sempre uma vez mais diante de decisões, que precisam ser tomadas” (p. 132). Assim sendo, a existência depara-se com a questão da culpa ontológica, visto que a cada escolha que se tem que fazer ao longo da vida vem junto o não ter escolhido outras possibilidades. Os modos de lidar com essa culpa ontológica se revelam na insegurança ao ter que tomar uma posição na vida, como também ao ter que fazer uma escolha em relação ao futuro. Revelam-se, assim, as perdas advindas do fato de que existir é escolher e, portanto, é também renunciar.

Dificuldade em lidar com mudanças

As demandas consideradas como dificuldade para lidar com mudanças apareceram nos relatos do Plantão Psicológico como uma forma de se posicionar diante de uma situação nova, em que há um descobrir-se e um situar-se em relação àquilo que pode ser encontrado e sobre o que a própria pessoa pode oferecer. Essa dificuldade em lidar com mudanças também aponta para uma rearticulação de mundo, em que a pessoa é convocada a posicionar-se de outro jeito. Os sofrimentos psicológicos relatados mostram dificuldades de engajamento no novo mundo ao qual estão expostos. Isso foi relatado, por exemplo, sob uma perspectiva da mudança de país ou cidade e a necessidade, nem sempre correspondida, de buscar familiarizar-se com o local e criar novos relacionamentos. Calcula-se que mais de 40% dos ingressantes na UFMG vêm de fora de Belo Horizonte (Nonato, 2018; UFMG, 2018).

Outra forma como essa rearticulação de mundo se mostrou foi ao falar sobre um término amoroso e as dificuldades de seguir nessa nova situação, sendo que muitas vezes a dificuldade dessa mudança era encoberta por afazeres cotidianos. Associado a isso, pode ainda ser apontado a dificuldade de lidar com o futuro aberto e imprevisível, no qual não se sabe com o que vai se deparar diante de uma nova situação.

Enquanto muitos são desafiados a construir a vida fora da casa dos pais, alguns vivenciam o inverso. Um aluno atendido relatou que ficou temeroso ao se ver na possibilidade de ter que ir morar com os pais, em razão da perda de renda que tinha para se sustentar. Eles não estavam se dando bem e essa possibilidade de mudança de vida foi motivadora de sofrimento psicológico e o aluno pôde explorar no atendimento o caráter ameaçador dessa situação até então hipotética.

Outra forma como a dificuldade de lidar com mudanças chegou ao Plantão Psicológico foi sobre um aspecto de uma (in)capacidade de se abrir para as experiências, a qual revela uma restrição na liberdade para se lançar para algo novo.

Podemos perceber, então, que a dificuldade de lidar com as mudanças revela a tonalidade afetiva com a qual a existência lida com as experiências que a acomete, ou seja, a forma como aquilo que é novo atravessa ou afeta a pessoa. Essa dificuldade muitas vezes é apresentada como uma justificativa de caráter ôntico da existência, o que traz um olhar sobre o por quê eu me sinto temerosa diante de algo novo, buscando entender esse aspecto causal daquilo que me acomete. No entanto, pode-se observar que isso traz o caráter ontológico da existência, visto que mudanças revelam a dimensão do futuro como algo incerto que eu não tenho como saber como vai ser quando ele chegar. Articula-se, pois, com a compreensão de que a existência é um processo, não uma substância, e está em constante formação e transformação.

Dimensão de autoconfiança

Com essa categoria queremos reunir aspectos que dizem respeito a como se revela a apreensão de si mesmo relatada pelos atendidos, tanto explicitamente, por via da nomeação da própria insegurança, da autoimagem negativa e do sentimento de insuficiência, quanto implicitamente, através dos pedidos de validação e da autocobrança com relação ao próprio desempenho. Consideramos que o temor diante da possibilidade de uma crise e/ou surto também se enquadra nessa definição, pois está ligada à perda da confiança na continuidade da experiência de si mesmo e da situação existencial.

Esta última aparece, por exemplo, quando há um medo de que uma crise depressiva que já foi experienciada antes retorne, na medida em que sintomas conhecidos de sua aparição se fazem novamente presentes. A autoimagem negativa se mostra através dos conteúdos autodepreciativos, com relação à própria aparência e/ou às dimensões subjetivas rechaçadas, como se achar chato, inconveniente, estúpido etc. O sentimento de insuficiência deflagra também uma dimensão de autocobrança, apontando para uma falta com relação às próprias expectativas e realizações. Isso costuma vir acompanhado pela dimensão da culpa, pois cinde as idealizações com o que de fato foi possível ser e realizar, o que acaba por se transformar em dívida (Boss, 1981; Pompeia & Sapienza, 2004).

Tanto a autocobrança quanto o sentimento de insuficiência aparecem no desempenho acadêmico, nas notas, na entrega de trabalhos, nas conquistas por estágios e outras experiências. Por fim, são frequentes os pedidos de que os plantonistas validem suas experiências, confirmando e julgando como certos seus comportamentos e escolhas. Esse pedido funda-se na insegurança com relação às próprias decisões e, em última análise, à própria integridade.

Enfrentamento da dimensão corporal

Para além de um simples apontamento para uma vivência corporal, experiências de sofrimento relacionadas ao próprio corpo implicavam na afetação da vida como um todo, prejudicando a dinâmica das relações, dos estudos, do trabalho e da qualidade de vida. Ou seja, em consonância com a compreensão fenomenológico-existencial de que o corpo ultrapassa os limites da pele, sendo abertura para o mundo, verifica-se que incômodos em relação ao próprio corpo o são também em relação ao cotidiano (Van Den Berg, 1994).

Isso apareceu na forma de doenças e dores crônicas que modalizam o cotidiano e tornam mais penosas tarefas que para a maioria das pessoas não apresentam dificuldades. Afetam diretamente a capacidade cognitiva e de produtividade, gerando implicações em diversos âmbitos da vida. Também aparecem relatos de pessoas em situações mais pontuais vivenciadas no corpo, como tremores, mal-estar, falta de ar e dores em geral.

Ao passo que na existência saudável o corpo permanece inconspícuo, nestas situações a relação com o corpo e com o mundo é vivida sob a tonalidade de uma desconfiança. “Com a perda da certeza corpórea,” afirmam Kusch e Ratcliffe (2018), “o corpo da pessoa se torna conspícuo, problemático, e as performances práticas são monitoradas cuidadosamente e suas consequências não mais tomadas como certas” (p. 72).

Nestes modos de ser, o corpo se revela privilegiadamente sob o aspecto de peso. É da condição humana ter de suportar limites e necessidades, propõe Pompeia (2003), mas, “quando o peso só é sentido como aprisionador, como impeditivo, existir se torna extremamente difícil” (p. 35). Momentos de maior aprisionamento motivaram a procura pelo Plantão Psicológico. Nesses atendimentos, foi importante sublinhar a capacidade de procurar ajuda, reveladora de alguma liberdade de movimento.

Se percebermos o corpo não somente como algo que se possui, mas acima de tudo que se é (Heidegger, 1987/2009), entenderemos que tais vivências são restrições às possibilidades da própria existência, uma vez que a mobilidade fica limitada e as realizações, restritas. São facetas, portanto, do adoecimento e do sofrimento e criam impasses na história de vida de cada um. Nos relatórios, as pessoas atendidas no Plantão Psicológico lamentam que seus corpos não sejam ou estejam como queriam; estão mais magros, mais gordos, mais feios ou mais cansados etc. Os que assim padecem, sentem-se indigentes e não reconhecem que corpo também é condição de potência de ação no mundo (Pompeia, 2003).

O corpo, sob o aspecto de sua visibilidade, de sua materialidade, aponta também para modos de ser e estar no mundo com outros. Além de relatos sobre como se é visto pelos outros (atraente ou não, por exemplo), houve outros de vergonhas a respeito da voz, do jeito de falar, das dúvidas que desejava enunciar em aula, mas calou. Ou seja, a dimensão corporal está necessariamente articulada às relações interpessoais.

A frustração com o próprio corpo, com não conseguir fazê-lo diferente, aponta também para o caráter de “ser corpo como tarefa” (Holzhey-Kunz, 2018, p. 75). Revelaram-se experiências de profunda tristeza por ser uma mulher num corpo masculino e vice-versa. Estando nós imersos em uma época em que se acredita ter controle sobre o corpo, os relatos são permeados por impotência e culpa por falhar em algo que se acredita ser possível controlar. É um paradoxo: quanto mais se tenta controlar, mais se descobre que não é possível (Holzhey-Kunz, 2018). Nos relatos dos atendimentos, vê-se que algumas pessoas atendidas conheciam experiencialmente esse paradoxo, mas atribuem a falhas em si o fracasso na submissão do corpo (e da vida de modo geral).

Lida com vivências do passado

Nos relatos de atendimento, foi comum aparecerem demandas relacionadas a questões do passado que, de alguma forma, permanecem presentes para aquela pessoa. São demandas que dizem respeito a como se assimilou tais vivências e como elas permanecem reverberando e suscitando diversos impasses na experiência de cada um.

Algumas delas surgiram na forma de culpa e de arrependimento por condutas e por escolhas feitas em situações passadas, implicando em tentativas de se afastar ou de tentar mudar tais escolhas, o que, por ser

impossível, acabavam sendo carregadas de frustração. Escolhas de condutas com determinada pessoa, escolhas acadêmicas ou profissionais, até mesmo escolhas que não foram feitas ou levadas adiante.

Holzhey-Kunz (2018) considera estas vivências como fundadas na capacidade humana de relacionar-se com quem se é e com quem poderia ter sido. Como consequência, estão também implícitas angústias relacionadas ao vir-a-ser. O que a autora nos indica é que o sofrimento está ligado justamente a essas restrições de possibilidades da existência, que aparecem como frustrações, culpas e arrependimentos, uma vez que ao seguir por determinado caminho, muitos outros tiveram que ter sido deixados de lado. E que ao seguir por qualquer caminho, temos que contar com o inesperado que o habita, procurando formas singulares para lidar com ele.

Somam-se a isso dificuldades para assimilar e integrar vivências do passado. Ou seja, vivências progressas vividas de forma muito intensa, conflitiva e marcante, que permanecem reverberando e tomam um grande espaço nas preocupações diárias. Os relatos ganham então uma característica de ruminação dessas situações, como tentativa de elaboração disso que ainda permanece tão vivo na experiência daquela pessoa.

São também parte dos relatos, frustrações pela não realização de um sonho, por se deixar passar oportunidades ou por ter feito outras escolhas e acabado em outros caminhos. São questões que se ligam ao arrependimento e à culpa. As frustrações também aparecem nos relatos de perda de autonomia como consequência de situações e de escolhas feitas no passado.

Por último, também foi característico dos relatos dificuldades para elaborar e sentir uma perda ou um luto, como as perdas que tinham a ver com relacionamentos que acabaram ou com atividades e lugares que foram perdidos. Mas também perdas que tinham a ver com o luto de algum ente falecido, como familiares, filhos e amigos.

São demandas que se articulam com a temporalidade humana. O psiquiatra Van Den Berg (1994) mostra que o passado reaparece à luz do presente; “o passado que tem significância é o passado presente” (p. 70). A psicóloga Augras (1986), nessa mesma linha, afirma que “é o sentido da trajetória do ser que modifica a significação do passado e do presente” (p. 31).

O sofrer com o passado é um sofrer presente, conforme é percebido no relato sobre alguns clientes atendidos. As escolhas feitas no passado permanecem, revelam-se erros no desenrolar histórico e seguem atualizando-se, lembrando a pessoa de suas falhas, de sua responsabilidade pelo incômodo vivenciado presentemente. Entretanto, sofrendo com o passado, a responsabilidade por fazer a própria história encobre-se e estes que procuraram o Plantão Psicológico tomam a si mesmos como vítimas de escolhas irreversíveis feitas no passado. Confirmamos que as escolhas passadas são irreversíveis, mas o significado do presente e do futuro podem mudar com mudanças de trajetória. Ou seja, nenhuma história humana está encerrada enquanto a existência estiver viva. Esta compreensão, inclusive, articula-se com o sentido do Plantão Psicológico como uma parada que abre novos caminhos.

Relacionamentos Interpessoais

Nessa categoria nos referimos aos vários tipos de relações, que vão desde amizades próximas a colegas de trabalho e faculdade, relações constantes ou pontuais. Propusemos como categoria separada os relacionamentos amorosos e familiares, embora estes, evidentemente, sejam relações interpessoais. Esta categoria envolve a maneira como essas relações acontecem e suas implicações, conflitos e impasses.

Aparecem nos relatos, por exemplo, dificuldades para a criação de vínculos com outras pessoas e colegas. Isso envolve uma dificuldade de se abrir e de se expor a pessoas desconhecidas. Muitas vezes aparece perpassada pelo medo do julgamento e da recusa do outro. Há também, na esteira dessa dificuldade, uma incapacidade para se aprofundar nas relações, ou seja, para criar intimidade com alguém que até então se tem contato, mas não se consegue aprofundar de forma mais significativa. Esta dificuldade de se aproximar de novas pessoas e criar vínculos apareceu muito ligada ao início da vida acadêmica, quando ainda se conhece muito pouco daquele ambiente e daquelas pessoas. Está implícita nela uma dificuldade de se abrir e se mostrar para o outro, o que pode estar relacionado a uma série de questões como medo de ser julgado, de estar sendo chato e inconveniente, de sua fala não ter importância etc.

Diante dos relacionamentos interpessoais, também apareceram dificuldades para lidar com as expectativas do outro. O julgamento alheio ganha uma força muito grande, o que gera uma necessidade de corresponder ao esperado para ser aceito e reconhecido. Isso implica em um afastamento de si, em uma dificuldade para reconhecer a própria alteridade, tornando as escolhas e posicionamentos submissos às expectativas alheias. Questões que surgiram relacionadas a isso têm a ver com as escolhas e condutas profissionais e acadêmicas.

Preocupações com o bem-estar do outro também foram demandas que apareceram, havendo um senso de responsabilidade para com o outro, às vezes exacerbado. Muitas vezes essa preocupação gera angústia e impotência. Há uma busca por garantir que o outro esteja bem, por outro lado, aparecem nos relatos o sentimento de culpa por ser cuidado e por dar trabalho para outros; tanto por estar preocupando os outros com as próprias questões, como por demandar algum tipo de trabalho do outro, seja por alguma questão física ou psicológica.

Ainda nessa categoria, foi comum ler nos relatos o sentimento dos clientes de serem invalidados, incompreendidos e menosprezados pelos outros. Nessas situações, a pessoa se via diante de uma falta de escuta e de uma inferiorização vindas do outro, geralmente alguém importante de quem se esperava alguma consideração.

A experiência de sofrer algum tipo de preconceito, como racismo, homofobia e machismo também fizeram parte dos relatos. Situações de violência social sofridas em situações específicas ou de uma forma estrutural por toda a vida foram narradas como importante motivo de sofrimento existencial nos atendimentos.

Por fim, também constatamos como demanda a dificuldade de expor seu próprio sofrimento como parte dos relacionamentos interpessoais. Está implícita nela uma dificuldade de se abrir e se mostrar para o outro, o que pode estar relacionado a uma série de questões: como medo de ser julgado, de estar sendo chato e inconveniente, de sua fala não ter importância etc.

Uma vez que viver é se relacionar e estar diante dos outros, e que nossa própria existência depende disso, essa categoria aponta para seus desafios inerentes. Segundo Holzhey-Kunz (2018), estaria ligada à maneira como cada um se imbuí da tarefa de coexistir. Podemos pensar essa categoria como um desdobramento do que é estar diante da existência enquanto imersa na relação com os outros. Isto aponta, em termos práticos, para o constante ter que se posicionar e lidar de alguma forma com o fato de ser um ser relacional. Todas as relações humanas estão permeadas por incertezas que se fundam na liberdade do outro (Holzhey-Kunz, 2018).

Outro modo de sofrer com as relações interpessoais aparece atravessado pelo modo de ser contemporâneo que Giovanetti (2010) chama de “eclipse da alteridade” (p. 245). Os outros tornaram-se, na sociedade hipermoderna, objetos de consumo. Apesar do grande quantitativo de relações, a existência contemporânea sente-se sozinha, pois as pessoas são tomadas como objeto de consumo. Cada um pode ser e pode

sentir que é consumido em seus relacionamentos interpessoais, sem a atenção e o cuidado necessários para o reconhecimento de alguém como esse alguém que é.

Relacionamentos amorosos

A vivência amorosa apareceu como suscitadora de sofrimento e de angústia, seja pela dificuldade de se abrir para a experiência, seja pelo que aparece no transcorrer da relação e também com o seu término.

As dificuldades apareceram nas mais variadas formas de conflitos, expectativas não correspondidas, tensões no dia-a-dia, desacordos, dúvidas quanto ao próprio afeto a ao afeto da pessoa, dependência emocional do(a) parceiro(a), dificuldade para se abrir e conversar. Também com relação às inseguranças no início dos relacionamentos, com o medo de se abrir e não ser aceito e as dificuldades para assumir compromissos amorosos. A monotonia da rotina, a falta de diálogo, as divergências de escolhas e de opiniões, todos esses foram tópicos relatados nos atendimentos.

Outro ponto comum ligado aos relacionamentos amorosos foi o medo de ser traído pelo(a) companheiro(a). Isso aparece na forma de insegurança e desconfiança com relação ao outro, de ciúmes e preocupações sobre com quem o(a) parceiro(a) conversa e convive, o que faz nos horários que não estão juntos, etc.

A dificuldade para lidar com um término amoroso também se fez presente, apontando ora para a dificuldade de estar sozinho e para uma dependência do outro, ora para a falta que o relacionamento faz e para o afeto que permanece mesmo com o término. Foi comum pessoas procurarem o Plantão Psicológico logo após algum término, o que denota o sofrimento urgente que a perda suscita e que pede por amparo.

Essas questões que atravessam os relacionamentos amorosos apareceram muitas vezes ligadas a algum tipo de frustração e de insatisfação nesses relacionamentos, que se acumulam gerando conflitos e levantando dúvidas quanto à continuidade do próprio relacionamento. Esses relacionamentos são ligações muito próximas que, como nos lembra Holzhey-Kunz (2018), acabam apontando para conflitos fundamentais diante de um outro que não se detém ou controla; portanto, diante da alteridade em contraposição à própria vivência. O outro sempre escapa às tentativas de controle, seja ele concreto, seja no âmbito da imaginação (expectativas, desejos etc.), o que pode ser vivido como frustração. Outrossim, apareceram relatos lamentando o fato de o par romântico ser exatamente como se desejava que fosse, o que rapidamente trouxe rotina, tédio, falta de surpresas e, no limite, esvaziamento do relacionamento amoroso.

Relacionamentos familiares

As demandas associadas aos relacionamentos familiares surgiram de forma ampla, em diferentes variações e situações. As dificuldades apontadas nessas relações tinham a ver com conflitos, exigências, expectativas, convívio, frustrações e violências vividas no seio dessas relações. Foram temas recorrentes nos relatos, associados a algum ponto de angústia e insatisfação.

As dificuldades de aceitação das escolhas pessoais por parte da família foram um desses pontos, tanto com relação à orientação sexual, como escolhas acadêmicas, profissionais, e de conduta. O medo de não corresponder às expectativas familiares está misturado a essas vivências, bem como a efetiva quebra dessas expectativas. O peso das expectativas esteve marcado em muitos relatos, onde se via o quanto a experiência de escolha e de culpa estavam ligados a ele.

Também foram identificados conflitos vinculados à percepção de um excesso de exigência por parte dos familiares e de uma insensibilidade destes com relação às experiências dos atendidos, que apareceu em forma de invalidação e de menosprezo. A isso também se unem frustrações relativas à falta de afeto e de presença desses familiares.

A frustração com relação à dependência financeira, fato que implica em falta de autonomia, também surgiu na relação com a família. Muitas vezes, essa dependência financeira era usada como forma de manipulação e controle pelos familiares. Se isso não ocorria de fato, no mínimo instalava um clima de suspeição na relação, que dificultava a confiança. Como consequência, a falta de autonomia prejudicava a viabilidade de seguir as próprias escolhas. Nessa demanda, a culpa diante da dependência também estava presente, pois o atendido sentia-se como um peso para os familiares. Foram vários os relatos de estudantes sentindo-se custosos, no sentido financeiro, para seus pais.

Solidão

O sentimento de solidão chegou ao plantão de diferentes formas: ao se ver tendo que arcar com as próprias escolhas e decisões, o sentimento de estar sozinho saltou; o não ver sentido em compartilhar com as outras pessoas seus sofrimentos revelou o sentir-se só com eles; o ser isolado por outras pessoas do ambiente acadêmico aguçou o sentir-se solitário neste meio; o sentimento de solidão que surgiu após a separação dos pais e seu consequente afastamento. O que é possível observar nos relatos é como a falta do outro mobiliza esse sentir-se solitário, dizendo não apenas de como essas pessoas se sentem, mas também de como elas se relacionam com os outros ao seu redor.

O sentimento de solidão também foi expresso em relatos que diziam sobre estar em um lugar pouco familiar. Este apareceu tanto como um sentir-se estrangeiro, como literalmente ser estrangeiro - seja natural de outra cidade ou de outro país -, o que carrega a dificuldade de estar só numa cidade diferente, sem a família e com dificuldades de se inserir naquele meio e fazer novos amigos.

O sentimento de desamparo se mostrou presente nos relatos dos clientes no Plantão Psicológico, o qual também pode ser visto como um sofrimento que revela a falta de apoio do outro, isto é, do não ter com quem contar. Com isso, pode-se dizer que a solidão se dá na relação com a falta e a distância do outro, que apresenta os fatos incontornáveis de que cada um é responsável singularmente por fazer sua vida e que temos necessidade de convivência (Holzhey-Kunz, 2018).

Luiggi-Hernández e Rivera-Amador (2020) falam do duplo caráter - positivo e negativo - da solidão. Cada um é unicamente responsável por seu ser, o que pode ser vivido como fardo ou como liberdade. Mas, temendo estar e sentir-se sozinho, a existência pode se agarrar aos outros sem clareza de por que ou para que, muitas vezes envolvendo-se em relacionamentos sem sentido ou aprisionantes. Deve-se tomar cuidado para não confundir a solidão existencial com o individualismo exacerbado das sociedades industriais neoliberais, que propagandeiam a liberdade do fazer sem limites (Han, 2017).

O excesso de empenho na fabricação de um si mesmo idealizado também apareceu no Plantão Psicológico. Indica um aspecto negativo da solidão existencial, isto é, a interpretação de que cada um está sozinho, sendo responsável por fazer-se, e lidando com os outros como competidores, não membros de uma mesma comunidade.

Considerações Finais

O Serviço de Plantão Psicológico é uma modalidade de atendimento clínico que vem sendo cada vez mais explorada, em diferentes contextos. Com sua possibilidade de atuação pontual e sem agendamentos prévios, é via importante de escuta dos sofrimentos existenciais do nosso tempo. Seu objetivo é oferecer atenção psicológica no momento da procura, sem submeter o solicitante a trâmites institucionais. Nesse sentido, favorece que quem precisa de atendimento psicológico o receba. Como no caso do Plantão Psicológico da UFMG, que proporciona essa escuta à comunidade interna da universidade.

Dos atendimentos realizados entre junho a dezembro de 2019, foi possível agrupar 12 categorias de demandas psicológicas. São categorias amplas que buscam dar contorno e capturar o que há de comum no conjunto dos relatórios individuais e singulares dos atendimentos realizados no Plantão Psicológico. Elas apontam para diferentes formas com que a não familiaridade com o cotidiano, ou o sofrer com o próprio ser se fez presente na vida daqueles que procuraram pelo Serviço de Plantão Psicológico e dialogaram com estagiários-plantonistas. Evidentemente, os modos específicos de ser e sofrer da comunidade acadêmica interseccionam algumas (ou muitas) destas categorias, que são, como afirmado anteriormente, recortes.

As dificuldades relatadas acontecem necessariamente em conexão com o mundo ao redor vivido, fazendo jus ao conceito de ser-no-mundo (Heidegger, 1927, 2012) que utilizamos na análise e que, de forma implícita, já orientava a escuta clínica e a redação dos relatórios. Questões relativas ao sentido do que se é e do que se projeta, de como se é apreendido pelo outro e dos valores envolvidos nas relações são exemplos das inquietações que surgem e se revelam nas relações com os outros com quem se é no mundo e com o plantonista que recebe para o encontro.

Os sentimentos angustiosos têm a ver com algum estreitamento, com um limite. Portanto, estamos lidando com os pontos de limite na experiência existencial dessas pessoas, que até certo ponto serve como um contorno da própria experiência, mas restringem as possibilidades de experiência dessa mesma existência. No entanto, se um limite contém em si mesmo a ideia de que há algo além, o encontro do Plantão Psicológico visa justamente permitir que se dê mais um passo na direção desse movimento de ir além.

O Plantão Psicológico é revelador dos modos de ser e sofrer da comunidade que habita e transita no território no qual se situa, a comunidade acadêmica. Haverá intervenções em nível institucional que possam corresponder a estas demandas? Esta é uma pergunta que se desdobra desta pesquisa. Pode-se perguntar também se as demandas recolhidas ao longo deste breve período de tempo são representativas da comunidade. Estudos posteriores, que colijam estes achados com outros levantamentos a respeito da saúde mental na UFMG, podem trazer respostas. Comparações com pesquisas semelhantes em outras comunidades acadêmicas também podem promover discussões e provocar intervenções eficientes.

Uma crítica possível a esta pesquisa é exatamente que tenha trabalhado com relatos posteriores ao atendimento, além de focar a experiência subjetiva do plantonista. Isto é, como já afirmado, os relatórios nunca tiveram a intenção de revelar 'objetivamente' a experiência do cliente. Seu foco era o encontro tal como vivenciado pelo plantonista e sua apreensão do sofrimento existencial apresentado pelo cliente, desvelado cognitivamente e afetivamente na situação clínica e discutido posteriormente em supervisão. Essa falta de objetividade não é um problema no método fenomenológico-hermenêutico adotado, mas os limites dos resultados conquistados precisam ser enfatizados. Ou seja, para se afirmar que o sofrimento existencial encontrado no Plantão Psicológico representa o da comunidade acadêmica são necessárias mais pesquisas e seguindo outras metodologias. O escopo da pesquisa

fenomenológico-hermenêutica é este mesmo encontrado aqui: descrever uma situação humana. Como experiência humana, está, certamente, em diálogo com experiências de outras tantas pessoas.

Com este estudo, buscamos compreender e descrever esses sofrimentos que atravessam a comunidade universitária que foi atendida pelo serviço entre junho e dezembro de 2019. Acreditamos que essa compreensão permite o desenvolvimento e aprimoramento dos dispositivos de cuidado nas instituições acadêmicas diante do sofrimento experienciado pela comunidade universitária.

Agradecimentos

Agradecemos a Pró-Reitoria de Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais, que financiou esta pesquisa pelo Programa Institucional de Auxílio à Pesquisa de Docentes Recém-contratados pela UFMG (Edital PRPq – 09/2019).

Referências

- Almeida, F. M. (2009). Plantão Psicológico: de um resgate histórico a uma abordagem biográfica. Em J. O. Breschigliari & M. C. Rocha (Orgs.), *Serviço de Aconselhamento Psicológico: 40 anos de história* (pp. 29-43). São Paulo: CCP-PSA/IPUSP.
- Augras, M. (1986). *O Ser da Compreensão: fenomenologia da situação de psicodiagnóstico* (6a. ed.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- Aun, H. A. (2005). *Trágico avesso do mundo: Narrativas de uma prática psicológica numa instituição para adolescentes infratores*. (Dissertação de Mestrado). Universidade de São Paulo, São Paulo.
- Boss, M. (1981). *Angústia, culpa e libertação: ensaios de psicanálise existencial*. Tradução Bárbara Spanoudis, 3ª edição, São Paulo, SP: Duas Cidades.
- Boss, M. (1994). *Existential Foundations of Medicine & Psychology*. Northvale, New Jersey; London: James Aronson Inc.
- Braga, T. B., Mosqueira, S. M. & Morato, H. T. P. (2012). Cartografia clínica em plantão psicológico: investigação interventiva num projeto de atenção psicológica em distrito policial. *Temas em Psicologia, 20*(2), 555–569.
- Cerchiari, E. A. N., Caetano, D., & Faccenda, O. (2005). Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública. *Psicologia: Ciência e Profissão, 25*(2), 252-265.
- Critelli, D. M. (1996). *Análise do sentido: uma aproximação e interpretação do real de orientação fenomenológica*. São Paulo: EDUC.
- Evangelista, P. E. R. A. (2016). Temporalidade kairológica do Dasein e Plantão Psicológico. Em P. E. R. A. Evangelista, H. T. P. Morato & P. Milanesi (Orgs.), *Fenomenologia existencial e prática em psicologia: alguns estudos* (pp. 147-157). Rio de Janeiro: Via Verita.
- Fleming V., Gaidys, U., & Robb, Y. (2003). Hermeneutic research in nursing: developing a Gadamerian-based research method. *Nursing Inquiry, 10*, 113-120. doi: 10.1046/j.1440-1800.2003.00163.x
- Forghieri, Y. (2000). *Psicologia Fenomenológica: fundamentos, método e pesquisa*. São Paulo: Pioneira Thomson.

-
- Giovanetti, J. P. (2010). O tédio existencial na sociedade contemporânea. Em A. M. Feijoo (Org.), *Tédio e Finitude: da Filosofia à Psicologia* (pp. 233-262). Belo Horizonte: Fundação Guimarães Rosa.
- Han, B.-C. (2017). *Sociedade do cansaço*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Heidegger, M. (1927/2012) *Ser e Tempo* (Castilho, F., trad.). Campinas, SP; Editora da Unicamp / Petrópolis, RJ: Editora Vozes. Original publicado em 1927.
- Heidegger, M. (1987/2009). *Seminários de Zollikon: Protocolos, Diálogos, Cartas* (M. Boss, ed.). Petrópolis: Vozes / Bragança Paulista: Editora Universitária São Francisco.
- Holzhey-Kunz, A. (2018). *Daseinsanálise: o olhar filosófico-existencial sobre o sofrimento psíquico e sua terapia*. Rio de Janeiro: Via Verita.
- Kusch, M. & Ratcliffe, M. (2018). The world of chronic pain. Em K. Aho (Org.), *Existential medicine: essays on health and illness*, (pp. 61-80). Lanham: Rowman & Littlefield International.
- Länge, A. (2006). El Burnout (desgaste profesional), sentido existencial y posibilidades de prevención. *Revista de Psicología UCA*, 2(3), 5-26.
- Luigi-Hernández, J. G., & Rivera-Amador, A. I. (2020). Reconceptualizing Social Distancing: teletherapy and social inequality during the COVID-19 and loneliness pandemics. *Journal of Humanistic Psychology*, 60(5), 626-638.
- Mahfoud, M. (1987). A vivência de um desafio: plantão psicológico. Em R. Rosenberg *Aconselhamento Psicológico Centrado na Pessoa*. São Paulo: EPU.
- Martins, J. (1988). Uma visão fenomenológica da pesquisa sobre ansiedade. Em Dichtchekenian, M. F. (Org.), *Vida & Morte – Ensaios Fenomenológicos* (pp. 55-66). São Paulo: Editora C.I.
- May, R. (1993). *A descoberta do ser - Estudos sobre a Psicologia Existencial*. Rio de Janeiro: Rocco.
- Morato, H. T. P. (1999). Aconselhamento psicológico: uma passagem para a transdisciplinariedade. Em Morato, H. T. P. (Org.), *Aconselhamento Psicológico Centrado na Pessoa: novos desafios* (pp. 61-90). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Morato, H. T. P. (2006). Pedido, queixa e demanda no plantão psicológico: querer poder ou precisar? In *Trabalho Completo*. Vitória, ES: Universidade Federal do Espírito Santo.
- Moreira, D. A. (2002). *O método fenomenológico de pesquisa*. São Paulo: Pioneira Thomson.
- Nonato, B. F. (2018) *1985 - Lei de cotas e Sisuv: Análise dos processos de escolha dos cursos superiores e do perfil dos estudantes da UFMG antes e após as mudanças na forma de acesso às instituições federais*. (Tese de Doutorado). Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte.

-
- Peres, R. S., Santos, M. A. & Coelho, H. M. B. (2004). Perfil da clientela de um programa de pronto-atendimento psicológico a estudantes universitários. *Psicologia em Estudo*, 9(1), 47-54.
- Pompeia, J. A. (2003). Corporeidade. Em J. A. Pompeia (Org.), *Daseinsanalyse* (pp. 28-42). São Paulo: ABD.
- Pompeia, J. A. & Sapienza, B. T. (2004). *Na presença do sentido: uma aproximação fenomenológica a questões existenciais básicas*. São Paulo: EDUC.
- Salanskis, J.-M. (2011). *Heidegger (Figuras do Saber)*. São Paulo: Estação Liberdade.
- Schmidt, M. L. S. (2004). Plantão psicológico, universidade pública e política de saúde mental. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 21(3), 173-192.
- Souza, A. C., & Bartilotti, C. B. (2018). *Perfil das pessoas inscritas e atendidas no serviço de Psicologia da UNISUL*. (Monografia de Conclusão de Curso de Psicologia). Universidade do Sul de Santa Catarina, Santa Catarina.
- Souza, S. R., Coelho, H. M. B., & Migliorini, W. J. M. (2015). Estudo descritivo sobre a demanda de um pronto-atendimento psicológico em um serviço-escola. *Colloquium Humanarum*, 12(Especial), 1624-1632.
- Universidade Federal de Minas Gerais (2018). *Análise do perfil dos estudantes inscritos e matriculados nos cursos de graduação da UFMG - 2009 a 2018/1*. Disponível em <https://www.ufmg.br/prograd/arquivos/Est/RelPerfil.pdf>
- Van Den Berg, J. (1994). *O paciente psiquiátrico - Esboço de uma psicopatologia fenomenológica* (L. v. Acker, trad.). São Paulo: Editorial Psy II.
- Van Deurzen, E. & Arnold-Baker, C. (2005). *Existential Perspectives on Human Issues – A Handbook for Therapeutic Practice*. Hampshire: Palgrave Macmillan.