

Projeto Meu i0 - Pela Qualidade da Vida Acadêmica dos Estudantes

Autores: Mariana de Oliveira de Freitas e Marjorie Araújo Daniel

Coautores: Giovana Facchini, Isadora Melo Fraga, Kelly Robert-Svendsen Rassier e Renan Bortoluzzi

Coordenadora: Helena Beatriz Petersen

Resumo

O projeto “Meu i0” tem com objetivo colocar em evidência a saúde mental do estudante. Por meio de ações de psicoeducação, intervenções sociais e artísticas, promoção de espaços para conversas e atividades físicas que favoreçam o equilíbrio emocional, torna-se capaz de iniciar uma preliminar mudança no ambiente acadêmico. O projeto, em suma, possibilita aos estudantes um espaço agradável, atrativo, acolhedor e onde seja capaz de desenvolver habilidades emocionais mais fortalecidas que os ajudem a vencer seus desafios acadêmicos. Dessa forma, este objetivo acaba por transformar o ambiente universitário em um espaço mais saudável não apenas para os discentes, mas consequentemente também para os docentes e funcionários da Universidade. Hoje, o estudante universitário identifica, no seu cotidiano, o ambiente acadêmico como um espaço também de vivências e socialização. Esse ambiente, infelizmente, por muitas vezes pode se tornar um espaço competitivo, em virtude da influência dos docentes e das maneiras de classificação da universidade. Além disso, o estigma sobre a temática de saúde mental potencializa problemas como falta de autoestima, confiança e pensamentos negativos ao longo da formação. Por meio de pesquisa realizada pelo grupo em 2019 foi atestado: o ambiente acadêmico não serve mais apenas para assistir aulas e realizar provas. A pesquisa obteve 1174 respostas no período de abril de 2019, em parceria com PET Psicologia e Pega leve, e os resultados analisados foram preocupantes. Ao serem questionados sobre a permanência no meio acadêmico, 47,7% dos entrevistados responderam que já pensaram em largar a faculdade por conta da saúde mental. Além disso, 58% dos discentes já se sentiram fragilizados emocionalmente em razão de atitudes de professores da universidade. Um dado positivo dessa pesquisa foi que 92% dos estudantes se interessam por eventos que abordem sobre saúde mental.