

## **PROJETO GIRASSOL E SAÚDE MENTAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE PSICÓLOGAS VOLUNTÁRIAS**

<sup>1</sup>Ticiane Costa Mesquita, <sup>2</sup>Rosaly Tavares Farias, <sup>3</sup>Joyce Lira de Sousa, <sup>4</sup>Maria do Socorro Silva Mesquita, <sup>5</sup>Helena Mara de Oliveira Lima

<sup>1</sup>Discente do curso de Formação Clínica em Gestalt-terapia, Instituto Poiésis, Sobral/CE, [ticianecm.psi@gmail.com](mailto:ticianecm.psi@gmail.com);

<sup>2</sup>Discente do curso de Formação Clínica em Gestalt-terapia, Instituto Poiésis, Sobral/CE;

<sup>3</sup>Discente do curso de Formação Clínica em Gestalt-terapia, Instituto Poiésis, Sobral/CE;

<sup>4</sup>Doutora em Administração e Controladoria pela UFC/PPAC, Assistente da Gestão em Educação Superior da UVA, Professora da Faculdade Luciano Feijão, Sobral/CE;

<sup>5</sup>Orientadora/Docente do curso de Contábeis da UVA, Sobral/CE.

O ambiente educacional é um espaço de intensa produção de conhecimento, mas também de grandes desafios. Docentes, discentes e técnicos-administrativos enfrentam cotidianamente pressões relacionadas ao desempenho acadêmico, sobrecarga de trabalho e relações interpessoais. Nesse sentido, torna-se fundamental a implementação de projetos que promovam o bem-estar, a formação continuada e o fortalecimento das relações institucionais entre esses grupos. O presente resumo tem como objetivo relatar experiência como psicólogas voluntárias do projeto de extensão “Projeto Girassol - Cuidando da Saúde Mental no Ambiente Educacional” na realização de atividades grupais com servidores e técnicos do Centro de Ciências Exatas e Tecnologia (CCET) da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA). Foram realizados quatro encontros com apoio da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEP), Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) e Pró-Reitoria de Administração e Planejamento (PROPLAD). Os encontros abordaram o cuidado com a saúde mental, psicoeducação sobre emoções e reflexão sobre a trajetória de vida pessoal e profissional e construção de mural de memórias. A metodologia utilizada para o trabalho em grupo foi a roda de conversa com recursos lúdicos. Os participantes compartilharam suas percepções e vivências, sendo possível acessar as potências e limitações presentes no campo de cada pessoa. Como psicólogas, tivemos como função facilitar o processo de conscientização acerca das necessidades individuais e grupais. Um ponto abordado foi a ausência de atendimento psicológico para funcionários. Compreendendo a importância da demanda, a equipe do projeto se mobilizou para realização de parceria com o NAPIS (Núcleo de Apoio Psicopedagógico, Inclusão e Saúde), a Pró-Reitoria de Assuntos Estudantes (PRAE) e PROGEP para oferecimento de atendimento psicológico gratuito e presencial aos servidores e técnicos da UVA. São realizados atendimentos de psicoterapia individual sob perspectiva de psicoterapia breve com dez encontros, na sala do NAPIS, tendo duração de 50 minutos cada. O Projeto Girassol tem semeado seu espaço dentro e fora do ambiente educacional e encontra-se em constante construção e aprimoramento. Importante mencionar a necessidade de fortalecimento do apoio multiprofissional para dar suporte às demandas mais complexas. Ao abordar o tema da saúde mental de forma crítica e empática, busca-se não apenas minimizar os impactos do sofrimento mental, mas também fomentar uma cultura de cuidado, escuta e apoio mútuo entre todos os atores envolvidos na vida universitária.

Palavras-chave: Saúde mental; Cuidado; Educação.

Agradecimentos: À Sala Girassol, às Pró-Reitorias (PROGEP, PROEX, PROPLAD e PRAE), ao NAPIS, aos professores Jorge Souza e Rômulo Diniz e às servidoras Meire Guimarães e Graça Guimarães pelo apoio institucional e pelo incentivo à realização do projeto.