

**PROJETO SER: O ADOLESCENTE EM FOCO – O
PLANTÃO PSICOLÓGICO COMO AÇÃO DA PSICOLOGIA NO
CTUR**

***PROJETO SER: THE ADOLESCENTE IN FOCUS – THE
PSYCHOLOGICAL DUTY AS AN ACTION OF PSYCHOLOGY IN
CTUR***

Carla Cristine Vicente
Luciene de Fátima Rocinholi
Anna Clara de Oliveira Guedes
Laura Carvalho Anconi 

RESUMO

O curso de graduação em psicologia da UFRRJ, através de docentes e discentes extensionistas, realiza o "Projeto Ser - o adolescente em foco" que visa dar atenção à saúde mental dos adolescentes do Colégio Técnico da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (CTUR). Sua principal ação vem sendo o plantão psicológico, atendimento único que se inicia e se encerra pela livre demanda dos adolescentes, quando reconhecem a necessidade de conversar com um plantonista, estudante de psicologia, treinado para fazer uma escuta ativa e acolhedora, de modo a permitir ao adolescente se expressar, refletir e ampliar sua autoconsciência e autonomia para encontrar caminhos de cuidados, resoluções e bem-estar. O objetivo desta ação é proporcionar acolhimento pontual, único, sem agendamento prévio, no momento da urgência do estudante. Outro objetivo é permitir ao estudante de psicologia desenvolver habilidades de escuta e atenção ao adolescente. Os plantões psicológicos são frequentemente realizados ao ar livre em diversos espaços do colégio, onde são montados settings terapêuticos abertos, com cadeira e um cartaz com a pergunta: "Quer conversar? Plantão Psicológico". O plantonista aguarda os interessados nestes locais, conhecidos pelos estudantes. Os

plantonistas são supervisionados semanalmente pela coordenadora do projeto. Como resultado, observamos a forte procura pela utilização do serviço, sua recomendação por estudantes já atendidos e pelos professores e funcionários do colégio, e principalmente, a possibilidade de acolher e intervir em situações socioafetivas graves de modo mais rápido e que pode auxiliar o adolescente a elaborar as angústias, fazendo uma proteção e fornecendo cuidados à sua saúde mental. São resultados igualmente relevantes, a percepção positiva dos plantonistas sobre o desenvolvimento das habilidades clínicas iniciais de um psicólogo. O plantão psicológico, enquanto clínica social ampliada, vem permitindo cuidados e prevenção em saúde mental para o adolescente no CTUR e a construção de inúmeras formas de ser/estar no mundo.

Palavras-chave: Adolescente, Plantão psicológico, CTUR, Plantonistas graduandos.

ABSTRACT

The undergraduate psychology course at UFRRJ, through teachers and extension students, carries out the "Being Project - the teenager in focus" which aims to pay attention to the mental health of teenagers at the Technical College of the Federal Rural University of Rio de Janeiro (CTUR). Its main action has been psychological on-call, a unique service that begins and ends at the free request of teenagers, when they recognize the need to talk to an on-call person, a psychology student, trained to provide active and welcoming listening, in order to allow for teenagers to express themselves, reflect and expand their self-awareness and autonomy to find paths to care, resolutions and well-being. The objective of this action is to provide punctual, unique reception, without prior scheduling, at the time of the student's emergency. Another objective is to allow psychology students to develop listening and attention skills for adolescents. Psychological shifts are often held outdoors in various spaces at the school, where open therapeutic settings are set up, with a chair and a poster with the question: "Want to talk? Psychological Duty". The person on duty awaits those interested in these places, known to students. Those on duty are supervised weekly by the project coordinator. As a result, we observed the strong demand for the use of the service, its recommendation by students already assisted and by teachers and staff at the school, and mainly, the possibility of welcoming and intervening in serious socio-affective situations more quickly and which can help the adolescents to work through their anguish, providing protection and providing care for their mental health. Equally relevant results are the positive perception of those on duty regarding the development of a psychologist's initial clinical skills. The psychological service, as an expanded social clinic, has been allowing mental health care and prevention at CTUR.

Keywords: Adolescent, Psychological Duty, CTUR, Undergraduate duty officers.

Introdução

A adolescência é marcada por mudanças que demandam elaboração. Da ruptura com o mundo infantil emerge a chegada de questionamentos e experiências das quais novos valores e posicionamentos serão organizados. Porém, até a nova ordem chegar, a transição implica sentimento de insegurança, medos e descobertas de como decidir e agir a partir do uso da crescente liberdade e responsabilidade para dar sentido à própria existência (Novello, 2009).

Neste período, a indefinição é contrabalanceada com inúmeras possibilidades de experimentar a vida, se conhecer e se organizar em diferentes espaços, enquanto ganha conhecimento do mundo. A escola é para o adolescente um espaço-tempo palco onde as mudanças se processam, permitindo ao adolescente a convivência com seus pares e a vivência das primeiras experiências com a realidade ampliada.

Considerando a compreensão de que viver a adolescência requer ultrapassar tarefas identitárias e relacionais complexas, o "Projeto SER – O adolescente em foco", foi desenhado para dar atenção à saúde mental dos adolescentes do Colégio Técnico da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (CTUR). Inicialmente, diversas ações de acolhimento e de criação de espaços de expressão e suporte psicológico foram oferecidos, e o plantão psicológico, considerado um modelo de clínica ampliada (Mahfoud, 1999) que se adequa a diferentes espaços e tem características menos restritivas que se aproximam do que o adolescente pode reconhecer como um cuidado possível de si, parece ter ido na direção do que precisavam.

O plantão é uma ferramenta de escuta ativa e qualificada, capaz de oferecer um atendimento que se complete no encontro, atendendo a pessoa no momento exato de sua necessidade, auxiliando-a a compreender melhor suas emergências (Tassinari, 2009). O Plantão Psicológico se constitui em uma prática de atendimento imediato dirigida à escuta clínica dos diversos sentidos do sofrimento psíquico em situação emergencial ou eventual (Rosario; Kyrillos Neto, 2015).

Assim, o primeiro objetivo do Projeto SER é, através do plantão psicológico no CTUR, oferecer escuta e acolhimento aos adolescentes em

momentos críticos, ao considerar que uma escuta de qualidade pode facilitar o enfrentamento das dificuldades surgidas, bem como prevenir o adoecimento ou estados confusionais estabelecidos por inúmeras situações do cotidiano (Tassinari, 2009). Neste espaço de acolhimento e compreensão dentro da escola, os adolescentes podem expressar suas questões e serem ouvidos e acolhidos, mas também se ouvirem, se reverem e se reescreverem (Dantas *et al.*, 2016).

Para que o primeiro objetivo se realize, outro objetivo se descortinou: treinar plantonistas e oferecer aos estudantes de graduação de Psicologia um campo de prática e desenvolvimento de habilidades introdutórias e básicas a escuta clínica em diferentes espaços. Trata-se de um ambiente de aprendizagem diferenciado, no qual a prática precisa ser construída à medida que é experimentada. Plantonistas iniciantes podem perceber a prática como um desafio constante, no sentido de que cada plantão é diferente e implica habilidades ainda em desenvolvimento, como abertura para o acolhimento de diversas demandas do cliente. Ansiedade, medo, satisfação e desejo de ajudar mais, são constantemente encontrados nos relatos dos estudantes nas supervisões. Apesar dos relatos de dificuldades, a observância de gratificação após o treinamento também é recorrente.

Neste texto pretendemos descrever a ação de extensão do plantão psicológico no CTUR em suas diferentes facetas, focando no protagonismo do adolescente a partir do oferecimento de escuta ativa por plantonistas iniciantes, sendo todos estudantes de psicologia.

Metodologia

O plantão psicológico, ação da psicologia no CTUR faz parte do projeto de extensão que oferece cuidados aos estudantes adolescentes, intitulado "Projeto SER – o adolescente em foco", coordenado e organizado pelas docentes do curso de Psicologia da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ) Luciene de Fátima Rocinholi e Carla Cristine Vicente.

O plantão psicológico do CTUR acontece sob a perspectiva teórica da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) de Carl Rogers (1992), que entende que a ajuda por vezes é necessária para que o sujeito possa se reorganizar e agir

com recursos próprios, existentes em si. Nessa perspectiva, o indivíduo é capaz de desenvolver o seu próprio potencial e, neste caso, o plantonista torna-se um facilitador de um processo de reflexão que pode promover: crescimento e desenvolvimento pessoal; elaboração do sentimento de angústia; valorização da pessoa e aumento da autoestima; produção de insights sobre novos modos de ser e agir.

Os plantões psicológicos ocorreram em settings terapêuticos organizados ao ar livre em diversos espaços no pátio do CTUR, onde havia pessoas transitando. Duas cadeiras foram colocadas uma de frente para a outra e organizadas de maneira que se pudesse ter sigilo sobre o que estivesse sendo conversado. Além disso, um cartaz com a frase “Quer conversar? – Plantão Psicológico” era entendido como modo de convidar pessoas para o plantão. Somente a livre demanda era acolhida. Os plantonistas aguardavam os interessados no plantão nestes locais. Qualquer estudante do colégio poderia utilizar o serviço. Os adolescentes do CTUR procuraram o plantão psicológico individualmente e, eventualmente, em grupos. O tempo de atendimento era decidido pelo adolescente que se sentasse e pela disponibilidade do plantonista.

Os atendimentos eram realizados por duas estudantes do curso de psicologia extensionistas e bolsistas que cumpriam 14 horas no CTUR durante a semana e duas horas semanais de supervisão com as professoras responsáveis pelo projeto. As plantonistas produziram relatórios dos atendimentos, sem identificação dos adolescentes para evitar quebra de sigilo profissional.

Discussão e Resultados

A realização do plantão psicológico no CTUR foi pautada em uma proposta de promoção de saúde em ambiente escolar e procurou fazer intervenções antes que se instalassem doenças (Peixoto *et al.*, 2020). Nesse sentido, o plantão atuou como ferramenta de escuta das urgências dos adolescentes, mostrando-nos suas angústias e dificuldades na contemporaneidade. De modo geral, se apresentaram questões relacionadas à família e relacionamento com os pais, quase sempre envolvendo situações de disputa e pedido por mais afetuosidade e compreensão, especialmente em

famílias com novos arranjos e composições; surgiram também temas relacionados a namoro, à sexualidade e à definição de gênero; situações difíceis de vulnerabilidade financeira, social e emocional, foram frequentes; apareceram questões acadêmicas e de relacionamento com professores, mas as narrativas mais dolorosas para os adolescentes e para os plantonistas ficou mais especificamente centradas na angústia materializada em crises de ansiedade e pânico, automutilações e tentativas de suicídio.

O Plantão Psicológico permitiu conhecer os principais desafios dos adolescentes durante o ensino médio. Para além da conclusão dos estudos nesse nível e para alguns da profissionalização em cursos técnicos, estes adolescentes precisam lidar com a difícil transformação de si mesmo para entrar no mundo dos adultos, com a construção de estratégias de enfrentamento do sofrimento e com a crescente necessidade de cuidar de si próprio (Risczik *et al.*, 2020).

O Plantão possibilitou a valorização do protagonismo do adolescente e este parece compreender que, ao compartilhar sentimentos, experiências e visão de mundo com o plantonista e receber acolhimento afetuoso, é chamado para refletir e se responsabilizar, compreendendo-se mais potente e protagonista em sua própria história. A oferta de escuta imediata priorizou o atendimento das aflições emergentes no momento em que estas estavam ampliadas, gerando espaço-tempo de transformação imediata através do estímulo às reflexões e insights que potencializam a ressignificação de conteúdo e reposicionamento frente às questões.

Os adolescentes, ao identificarem o plantão psicológico como ação segura, viram uma oportunidade de serem ouvidos sem julgamentos e puderam falar mais livremente. A organização empática do plantão facilita a queda das defesas e a expressão mais autêntica, promovendo saúde e atuando de modo profilático para evitar o surgimento de doenças psicoemocionais.

A disponibilidade e a facilidade abrangente do plantão vem sendo observada como uma vantagem sobre outras ferramentas de cuidados no CTUR. A equipe escolar não tardou a observar que o plantão psicológico é dinâmico, flexível e de fato acolhedor, e que progressivamente vem sendo mais procurado na escola como modo de atendimento imediato, sendo compreendido como um importante dispositivo para ampliar a compreensão sobre o estar-no-

mundo adolescente, com vistas à promoção e à prevenção de saúde desta população.

Observou-se que estudantes já atendidos pelo plantão passaram a recomendar o serviço aos colegas e que, por vezes, voltavam com outros estudantes em pequenos grupos para acompanhar alguém que, segundo os próprios adolescentes, precisava ser ouvido.

Outra parte dos benefícios e desdobramentos do projeto, não menos importante, foi em relação às plantonistas, que se dedicaram a ouvir e a auxiliar os adolescentes a elaborar suas angústias, estimulando e fornecendo cuidados à saúde mental destes. As plantonistas enfrentam a dificuldade do treinamento na abordagem não diretiva e do exercício do ineditismo de cada plantão realizado. Elas são desafiadas em sua juventude e maturidade a fornecer suporte e acolhimento a pessoas com quem muitas vezes se identificam. Além disso, expõem-se em sua honesta organização da identidade, à medida que começam a ouvir o outro e a si mesmas. A equipe de plantonistas aplica os conhecimentos do treinamento e desenvolve habilidades de escuta ativa, empatia, não diretividade, empoderamento e valorização da qualidade de ser o que se é (Rogers, 1977) antes mesmo de completarem 25 anos de idade. Pensar sobre a tarefa do plantonista nos leva a compreender de que, tal qual os adolescentes ouvidos no plantão, as plantonistas se desafiam a se profissionalizar, ao mesmo tempo em que se desenvolvem como pessoas.

Para as plantonistas do projeto, a prática da escuta terapêutica se inicia mais cedo e prepara as estudantes para atuar em diferentes campos da psicologia, levando-as a um amadurecimento tanto profissional quanto pessoal. A participação em supervisões semanais promove um acompanhamento do desenvolvimento das habilidades requeridas para se atuar como plantonista.

Conclusão

Os plantões psicológicos realizados no CTUR fazem parte de um conjunto de ações visando a saúde mental do adolescente. O seu exercício cumpriu os dois principais objetivos do projeto de extensão: de oferecer uma escuta qualificada aos adolescentes e de apoiá-los em suas angústias, através de um ambiente seguro, sigiloso, respeitoso, reflexivo e leve; e de oferecer aos estudantes de psicologia treinamento e campo de prática na abordagem humanista.

Compreendemos que a importância do serviço está em possibilitar que o adolescente seja ouvido dentro da escola sem precisar dispor de muito tempo, dinheiro ou transporte, e por preencher a lacuna da pouca oferta de serviços de atendimento ao adolescente na região.

Consideramos também que serviços que permitam ao estudante de Psicologia devolver à sociedade, em formato de atendimento, o investimento social nas universidades públicas se conecta harmoniosamente com a tarefa da educação através da construção do saber/fazer. Assim, a ação de extensão de plantão psicológico é importante e pode ser mantida e ampliada, assegurando saúde e educação para a população envolvida.

REFERÊNCIAS

DANTAS, J. B; DUTRA, A. B; ALVES, A. C; BENIGNO, G. G. F; BRITO, L. S; BARRETO, R. E. M. (2016). Plantão psicológico: ampliando possibilidades de escuta. *Revista de Psicologia*, 7(1), 232-241.

FREITAS, Angélica Rocha *et al.* Insatisfação da imagem corporal, práticas alimentares e de emagrecimento em adolescentes do sexo feminino. *Rev Bras Nutr Clin*, v. 24, n. 3, p. 166-73, 2009.

MAHFOUD, M. 1999b. *Plantão psicológico: novos horizontes*. São Paulo: Companhia Ilimitada, 140p.

PEIXOTO, Ana Cláudia de Azevedo *et al.* (org.). *Práticas na Formação em Psicologia: supervisão, casos clínicos e atuações diversas*. [S.]: Editora Appris, 2020. 295p.

RISCZIK, Jussane Alexandre *et al.* Reflexões sobre o plantão de atendimento psicológico a partir da caracterização de usuários/as e demandas. *Revista em Extensão*, [S.], v. 18, n. 2, p. 04-18, 22 jan. 2020. EDUFU - Editora da Universidade Federal de Uberlândia. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.14393/ree-v18n22019-48365>.

ROGERS, C. R. *Psicoterapia e relações humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva*. Minas Gerais: Interlivros, 1977.

ROGERS, C. R. *Terapia centrada no cliente* (C. C. Bartalotti, Trad.). São Paulo: Martins Fontes, 1992. (Original publicado em 1951).

ROSARIO, Ângela Buciano do; KYRILLOS NETO, Fuad. Plantão psicológico em uma clínica-escola de psicologia: saúde pública e psicanálise. *A Peste*, São Paulo, v. 7, n. 1, p. 37-48, jun. 2015.

SILVA, Régis Maliszewski da; MOREIRA, Jaqueline de Oliveira; IOANNIDIS, Tiffany. Abordagem centrada no adolescente. *Anais do 20º Encontro Científico Cultural Interinstitucional – 2022*, ISSN 1980-7406.

TASSINARI, M. Plantão psicológico como promoção de saúde. In.: BACELLAR, A. *A psicologia humanista na prática: reflexões sobre a abordagem centrada na pessoa*. Palhoça: Editora da UNISUL, 2009.

Submissão em: 25 jan. 2024

Aceite em: 08 abr. 2024

ⁱ Carla Cristine Vicente, E-mail: carlavicent@gmail.com ;

Luciene de Fátima Rocinholi, E-mail: lurocinholi@gmail.com ;

Anna Clara de Oliveira Guedes, E-mail: aclaraguedess@ufrj.br ;

Laura Carvalho Anconi, E-mail: lauracanconi14@ufrj.br .

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro