

A INSERÇÃO DA TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA NA ROTINA ACADÊMICA DO ENSINO SUPERIOR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Alan Camurça Mesquita ¹, Francisco Glauber Peixoto Ferreira ², Rachel Lucas da Costa ³, Alessandro Batista de Alencar ⁴, Carolina Maria de Lima Carvalho ⁵

RESUMO

A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) foi criada com o objetivo de constituir-se enquanto recurso de intervenção no processo saúde-doença do cotidiano das pessoas em situação de sofrimento, construindo vínculos solidários, buscando soluções para problemas, a partir de competências locais e interpessoais. Nesse contexto, sua aplicabilidade se estende a vários espaços, sendo que, inserir a TCI no ambiente universitário é inovador e colabora para atenção das necessidades dos discentes, pois, a rotina acadêmica impõe muitas responsabilidades, que podem interferir no bem-estar biopsicossocial e em atividades. O estudo objetiva descrever a prática da TCI com universitários, visando minimizar sofrimentos vivenciados oriundos do cotidiano acadêmico. Trata-se de estudo descritivo, tipo relato de experiência sobre encontros de TCI realizados no Grupo de Acolhimento, Meditação, Autocuidado e Relaxamento (AMAR) da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira-UNILAB. A TCI tem um método caracterizado por fases cronologicamente conduzidas por uma Terapeuta Comunitária. As sessões acontecem mensalmente, numa ambiência onde todos os participantes ficam numa roda de conversa, regidos por regras que fundamentam a realização da TCI e tem duração de uma hora. Por meio dos encontros é possível aproximar os discentes à sua realidade, identificando tensões e promovendo saúde mediante a escuta e partilha de sofrimentos e possibilidades de resolução, tendo como foco a prevenção de agravos oriundos de fatores estressantes comuns do cotidiano acadêmico. Conclui-se que, a inserção dessa prática terapêutica funciona como estratégia de tratamento alternativo para discentes do ensino superior, que por sua vez são submetidos a rotinas de aprendizagem intensas e estressantes. Ademais, é uma ferramenta capaz de reduzir o sofrimento adquirido no curso universitário que interfere de forma danosa no desempenho acadêmico.

Palavras-chave:

Saúde Mental. Terapia. Ensino Superior.

¹ UNILAB, ICS, Discente, e-mail: alancamurcam@outlook.com

² UNILAB, ICS, Discente, e-mail: fgpf.glauber@hotmail.com

³ UNILAB, ICS, Discente, e-mail: rachellucas23@yahoo.com.br

⁴ UNILAB, ICS, Discente, e-mail: alexsandro.alencar@hotmail.com

⁵ UNILAB, ICS, Docente, e-mail: carolinacarvalho@unilab.edu.br