



Anne Victoria C.de M. CAVALCANTE\*

 <https://orcid.org/0000-0003-2237-7485>

Aline Beckamann de Castro MENEZES\*\*

 <https://orcid.org/0000-0002-3136-3707>

Recebido em: 11 de junho de 2023.

Aprovado em: 09 de novembro de 2023.

## PEER COUNSELING NO ENSINO SUPERIOR: REVISÃO INTEGRATIVA DE UMA METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL

### RESUMO

A saúde mental do estudante universitário é objeto de várias pesquisas por conta dos estressores específicos que a universidade imprime. A demanda em saúde mental universitária é significativa e acredita-se que intervenções alternativas podem aliviar o sofrimento discente e prevenir o surgimento e/ou agravamento do adoecimento mental. Nesse sentido, cita-se o Peer Counseling, metodologia de entreaajuda de pares, como potencial ferramenta de intervenção. O objetivo desta pesquisa é identificar e descrever os modelos de Aconselhamento entre Pares na literatura científica internacional. Para isso, foi realizada uma revisão integrativa na plataforma Capes. Os achados mostraram que nas experiências descritas no ensino superior, todos os resultados foram promissores quando correlacionados a variáveis que afetam a saúde mental. Os pontos fortes da metodologia são a base de confiança a partir da horizontalidade, pressupondo maior aceitabilidade; a flexibilidade da metodologia para se adequar a vários contextos e o seu aspecto desenvolvimental por meio do empoderamento. Conclui-se que o aconselhamento entre pares é uma metodologia eficiente e promissora em saúde mental, sendo válida a sua discussão visando ao desenvolvimento e expansão no ensino superior brasileiro; espera-se que mais pesquisas sejam feitas em sentido exploratório para criar as bases necessárias para tal.

**Palavras-chave:** Saúde mental. Educação superior. Aconselhamento entre pares. Psicologia escolar e educacional.

### PEER COUNSELING IN HIGHER EDUCATION: INTEGRATIVE REVIEW OF A MENTAL HEALTH INTERVENTION METHODOLOGY

#### ABSTRACT

The mental health of university students is the subject of several studies because of the specific stressors that universities impose. The demand for university mental health services is significant, and it is believed that alternative interventions can alleviate student suffering and prevent the onset and/or worsening of mental illness. In this sense, Peer Counseling, a peer-help methodology, is cited as a potential intervention tool. The aim of this research is to identify and describe Peer Counseling models in the international scientific literature. To this end, an integrative review was carried out on the Capes platform. The findings showed that in the experiences described in higher education, all the results were promising when correlated with variables affecting mental health. The strengths of the methodology are the basis of trust based on horizontality, presupposing greater acceptability; the flexibility of the methodology to adapt to various contexts; and its developmental aspect through empowerment. It is concluded that peer counseling is an efficient and promising methodology in mental health, and its discussion is valid with a view to the development and expansion of Brazilian higher education. It is hoped that more research will be done in an exploratory sense to create the necessary bases for this.

**Keywords:** Mental Health; Higher Education; Peer Counseling; Educational and School Psychology.

\* Psicóloga, Universidade Federal do Pará – PA/BR – UFPA, e-mail: [annevicmoura@gmail.com](mailto:annevicmoura@gmail.com)

\*\* Doutora em Teoria e Pesquisa do Comportamento, Universidade Federal do Pará- PA/BR – UFPA, e-mail: [alinebcm@gmail.com](mailto:alinebcm@gmail.com)



## 1 INTRODUÇÃO

O processo saúde-doença é um conceito que faz referência a todas as variáveis que podem afetar a saúde do indivíduo e levá-lo a desenvolver algum desajustamento. Assim, a diáde saúde-doença leva em consideração fatores de natureza biológica, econômica e sociocultural, sendo bem sintetizada como caráter dialético e multidimensional (FILHO *et al.*, 1999). De igual modo, esse caráter complexo vale para a saúde mental, sendo esta importante para que “as pessoas realizem seu potencial, lidem com o estresse normal da vida, trabalhem produtivamente e contribuam para suas comunidades” (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2013, p. 05, tradução nossa). Para intervir nessa dimensão multifacetada, é necessária uma gestão de estratégias abrangentes de promoção, prevenção, tratamento e recuperação (OMS, 2013). Assim, deve-se pensar no cuidado em saúde de forma integral.

### 1.1 Saúde Mental no Ensino Superior

Quando levada para um contexto específico - o ensino superior, em especial no nível da graduação, a saúde mental pode estar sob maior risco de comprometimento, considerando as especificidades contextuais do ambiente, além do seu caráter multidimensional já citado acima. Sobre o ambiente acadêmico:

O que a literatura (nacional e internacional) indica, é que a população universitária está vulnerável ao desenvolvimento de alguns transtornos mentais, como por exemplo, a depressão, a ansiedade e o stress. A partir destes indicadores, a hipótese é de que aspectos relacionados à vida acadêmica e à carreira podem impactar na saúde mental desta população e explicar, parcialmente, a alta prevalência de transtornos mentais na mesma (ARIÑO; BARDAGI, 2018, p. 44).

A adaptação ao ingressar em uma instituição de ensino superior pode ser um desencadeador e/ou mantenedor de níveis elevados de estresse por envolver fatores como: aquisição de novas responsabilidades, sobrecarga de trabalho, falta de tempo, distância de entes e amigos, competitividade, preocupações concernentes à qualidade da formação, construção de currículo e perspectivas de carreira profissional, entre outros (MORETTI; HÜBNER, 2017). A depender dos recursos do estudante e do seu ambiente para o manejo desses estímulos, existe a possibilidade de a saúde mental ser afetada com o passar do tempo.

Atualmente, é sabido que o cenário do ensino superior brasileiro se encontra adoecido em decorrência da alta prevalência de transtornos mentais e dos indicadores de baixo bem-estar generalizado (LEAL *et al.*, 2019). Tendo isso em vista, medidas apenas remediativas não são suficientes para atenuar a problemática. Esse pressuposto encontra sustentação nos

fundamentos da psicologia escolar crítica quando esta apresenta novas variáveis para serem levadas em consideração ao observar o fenômeno do fracasso escolar (ALMEIDA *et al.*, 2012; GUZZO *et al.*, 2010; ZUCOLOTO *et al.*, 2019). No nível do ensino superior, quanto à saúde mental, isso equivale a perceber variantes como relações instituição-estado, instituição-comunidade, docente-discente, práticas e cultura institucional, etc. (SAWAYA, 2002). Assim, não se vê apenas um estudante adoecido, mas se consideram leituras críticas que situam este indivíduo em um contexto psicológico, biológico, social, econômico, cultural e político.

Intervenções em saúde mental no ensino superior que preconizem maior acesso à tratamentos psiquiátricos, psicoterapêuticos e psicofarmacológicos são de extrema validade, contudo, não se pode suprimir o potencial de medidas de caráter desenvolvimental e preventivo, que bem se enquadram nas categorias de promoção e prevenção descritas pela OMS (2013) (ANDRADA, 2005; MARTINEZ, 2010; OLIVEIRA, 2011; SANTOS *et al.*, 2017). A demanda em saúde mental é significativa, mas isso não implica afirmar que todo o montante seja de caráter clínico; a partir desse ponto, intervenções alternativas (ou seja, não-clínicas) são bem-vistas para aliviar o sofrimento dos discentes e prevenir o surgimento e/ou agravamento de alguma doença mental.

## 1.2 Intervenção Alternativa em Saúde Mental

Nesse sentido, cita-se o *Peer Counseling* (D'ANDREA, 1987), traduzido por nós como Aconselhamento entre Pares. O histórico desta metodologia remonta à década de 60 a partir de atos derivados do Ato da Comunidade de Saúde Mental. Com o objetivo de promover saúde mental em pequenas comunidades, pessoas interessadas em ajudar a cumprir tal objetivo, e que não possuíam nenhum tipo de formação/especialização prévia, recebiam treinamento em habilidades básicas de escuta para atuar nas comunidades. Na sua forma mais primitiva, o aconselhamento entre pares era realizado em espaços escolares e universitários; a partir da década de 70 ele passa a ocupar ainda mais espaço quando orienta projetos pilotos de assistência psicossocial aos discentes de universidades no Canadá, Estado Unidos e Reino Unido, inicialmente (AGUIAR, 2022).

O aconselhamento entre pares é, portanto, uma intervenção não clínica baseada na entreajuda de pares através da comunicação e troca de experiências, na qual uma escuta ativa, empática e livre de julgamento é indispensável (D'ANDREA, 1987). É destacada a diretriz da horizontalidade entre os pares, ou seja, a ausência de hierarquia de posição entre conselheiro e

aconselhado. Esse ponto é benéfico porque um estudante pode ser mais propenso a falar de seus problemas com um par. Em resumo, um espaço seguro é criado para a autoexploração em busca de alternativas; é também uma forma de “ajudar o aluno a se ajudar” por meio do empoderamento e pressuposto de que ele está apto a resolver seus problemas cotidianos se tiver acesso às condições necessárias para mobilizar recursos.

Em uma pesquisa de revisão integrativa do percurso da aplicação da metodologia do aconselhamento entre pares dentro do ensino superior brasileiro, Aguiar (2022) encontrou:

variedade de aplicação e nomenclaturas para o aconselhamento entre pares, como: suporte entre pares, apoio entre pares, mentoria entre pares e peer counselling. Apesar das terminologias encontradas serem nomeadas diferentemente, verifica-se a discussão de uma mesma aplicação de uma estratégia entre pares para fins de saúde mental. Porém foi também observado que tal diversificação na nomeação conceitual além a delimitação precisa do impacto e efeito da aplicação do aconselhamento entre pares dentro dessa realidade em discussão (p. 26).

A falta de padronização na aplicação da metodologia encontrada por Aguiar (2022) pode representar um entrave para a expansão do aconselhamento entre pares, bem como do aproveitamento de todo o seu potencial para intervir em saúde mental. Assim, buscando complementar e acrescer conhecimento sobre a temática, e tendo o ensino superior brasileiro como recorte contextual, o objetivo desta pesquisa é identificar e descrever brevemente os modelos de Aconselhamento entre Pares na literatura científica internacional, com a expectativa de servir resultados para embasar a discussão e o desenvolvimento/expansão da metodologia em saúde mental.

## 2 METODOLOGIA

Sob o norteamento da pergunta “De que forma a aplicação do Aconselhamento entre Pares é descrita na literatura científica internacional?”, foi realizada uma revisão integrativa de literatura - metodologia que proporciona a síntese de conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010). A base de dados utilizada para as buscas foi a plataforma de acervo de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Foram realizadas duas buscas avançadas na plataforma com variações nos descritores: "*Peer counseling*" (assunto/contém) AND College OR "*Higher Education*" OR University (qualquer campo/contém) (Busca Avançada 1); e "*Peer Support*" AND "*Higher Education*" (qualquer campo/contém) AND "*Mental health*" (assunto/contém) (Busca Avançada 2).

Como critérios, tinha-se para inclusão: artigos indexados; revisado por pares; publicados entre 2011 e 2021; no idioma inglês; com descrição de intervenção horizontal; contendo, no mínimo, um descritor no título, subtítulo, palavra-chave e/ou resumo. E para exclusão: teses, dissertações, manuais, livros, capítulos de livros, artigos de revisão; artigos com intervenção psicopedagógica e/ou psicoterapêutica clínica.

Na Busca Avançada 1, foram encontrados 915 resultados; esse número foi reduzido para 205 após a aplicação dos filtros descritos nos critérios de inclusão. Estes passaram por uma análise preliminar, com a leitura do título e resumo, para confirmar que se enquadravam nos critérios da revisão, restando apenas quatro artigos para leitura integral. Já na Busca Avançada 2, foram obtidos 522 resultados, reduzidos para 432 após aplicação dos filtros e, posteriormente, para três na fase de leitura integral.

### 3 RESULTADOS

A figura 1 detalha o processo de seleção dos artigos e a tabela 1 apresenta uma breve síntese deles. Em seguida, uma descrição do modelo e da pesquisa aplicada em cada um dos artigos é descrita com enfoque nos pontos pertinentes a esta pesquisa.

Figura 1 – Resumo das Buscas Avançadas na plataforma CAPES<sup>1</sup>

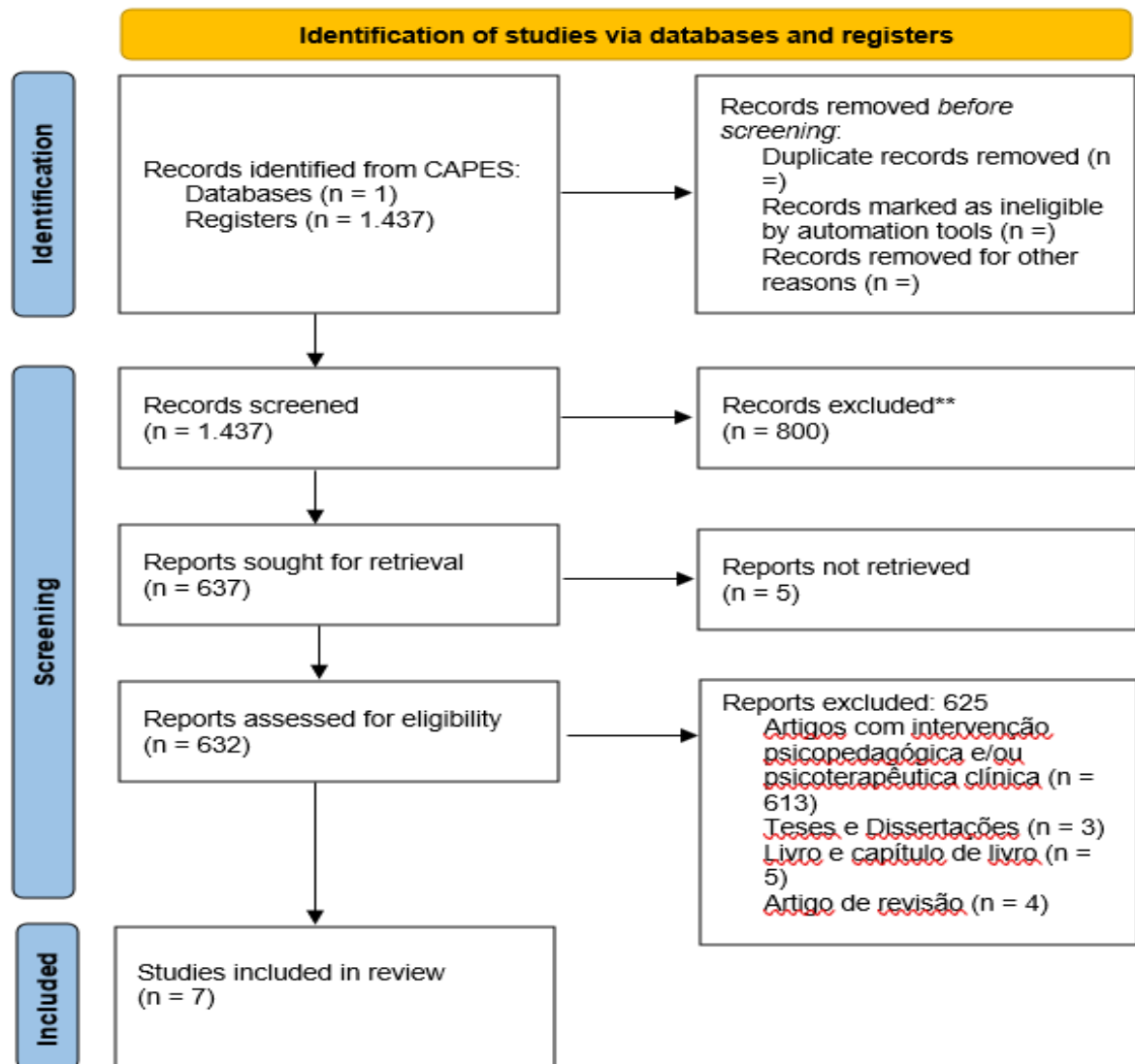


Tabela 1 – Síntese dos artigos seleccionados para leitura integral

Título	Objetivo	Autoria	Publicação	Local	Busca Avançada
One Hundred Years of College Mental Health	Apresentar a linha cronológica de implementação de serviços de saúde mental em universidades, incluindo a prática do aconselhamento entre pares, com o recorte temporal de 1910 a 2010.	KRAFT, D. P.	2011	Estados Unidos	2
Mentor and protégé goal orientations as predictors of newcomer stress	Investigar como características individuais na diade de pares em programas de mentoria	FULLICK, J. M. et al.	2012	Estados Unidos	1

<sup>1</sup>From: Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ* 2021;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71. For more information, visit: <http://www.prisma-statement.org/>

	formal interação para reduzir o estresse de discentes recém-chegados na universidade.				
College Peer Counselor Teaching Modalities: Sequelae in the Life and Work of Graduates	Examinar influências estendidas de cursos de ajuda entre pares no autorrelato de experiências em relacionamentos interpessoais, nas habilidades de comunicação e no envolvimento contínuo com o treinamento.	HATCHER, S. L. et al.	2014	Estados Unidos	1
Empowering tertiary level students to solve their own study-related problems to improve study performance	Testar o poder da colaboração entre pares para oferecer suporte na continuidade da graduação.	NISHAT, N. et al.	2020	Reino Unido	1
Mental Health Literacy and Peer-to- Peer Counseling Referrals Among Community College Students	Preencher a lacuna existente na literatura sobre a utilidade potencial da Alfabetização em Saúde Mental (MHL), considerando a possibilidade dos encaminhamentos entre pares para serviços de apoio à saúde mental de estudantes universitários.	KALKBRENNER, M. T.; SINK, C. A.; SMITH, J. S.	2020	Portugal	2
Effect of a peer-led intervention combining mental health promotion with coping-strategybased workshops on mental health awareness, help-seeking behavior, and wellbeing among university students in Hong Kong	Avaliar o impacto de uma intervenção em saúde mental liderada por pares combinada com oficinas em grupo baseadas em estratégias de enfrentamento sobre conscientização em saúde mental e busca de ajuda entre estudantes universitários de Hong Kong.	AHORSU, D. K. et al.	2021	Reino Unido	2
Program evaluation of a student- led peer support service at a Canadian university	Investigar se o apoio entre pares é uma forma viável de apoio que beneficie estudantes universitários em condições de estresse.	SURESH, R. et al.	2021	Estados Unidos	1

Cem anos de saúde mental universitária são contados no artigo de Kraft (2011). O autor constrói uma linha do tempo que remonta desde o século XVIII, quando problemas de saúde mental eram tratados moralmente, e finda na implementação do serviço de aconselhamento entre pares em universidades. A Universidade de Princeton, em 1910, foi a primeira a criar um serviço dedicado à saúde mental de estudantes, na época voltado para problemas de personalidade. Logo, outras instituições seguiram o exemplo, sempre incluindo psiquiatras.

Pouco tempo depois, o Movimento de Higiene Mental eclodiu e mobilizou ainda mais discussões sobre a saúde mental, o que resultou na presença de conselheiros nos campi, já que a quantidade de psiquiatras não era suficiente para suprir as demandas estudantis.

O crescimento das demandas de saúde mental nos campi, o aumento das atividades políticas, bem como do abuso de álcool e drogas por estudantes foi o contexto que proporcionou a adoção do aconselhamento entre pares. O artigo destaca que a preferência dos discentes ainda é maior pelo aconselhamento profissional ao invés daquele entre pares, mas que o último tem sido procurado em áreas especiais como sexualidade e relações abusivas.

Fullick *et al.* (2012) investigaram os efeitos interativos e adicionais das orientações de metas na redução do estresse de calouros em um programa formal de tutoria entre pares. Foram testadas as hipóteses de que tanto o suporte de carreira quanto o apoio psicossocial seriam preditores de redução de estresse. Um mentor, de acordo com o autor, pode ser alguém a quem recorrer para obter informações sobre aulas, carreira profissional, informações sobre a universidade e tudo que a envolve. Mentoria é também uma relação entre dois indivíduos na qual o mais experiente, o mentor, se compromete a fornecer suporte de desenvolvimento e socialização para o menos experiente, o “protegido”. Chama-se de programa formal de mentoria entre pares porque a iniciativa parte de uma organização acadêmica e o modo de operação combina aleatoriamente discentes novos com outros mais experientes. Os procedimentos da pesquisa consistiram em aplicação de questionários para avaliar o nível de estresse dos estudantes antes da mentoria (grupo controle) e uma semana após o final do processo (nessa ocasião também foram obtidas medidas de comportamento de mentoria). Os resultados da pesquisa foram obtidos pela correlação das variáveis do estudo e mostraram que quanto maior o apoio psicossocial e o apoio de carreira, maior a redução de estresse. De acordo com o autor, o achado mais interessante diz respeito à questão da compatibilidade entre os pares: discentes com alta orientação para evitar metas de desempenho que foram acompanhados por mentores com o mesmo perfil nesse quesito apresentaram redução significativa de estresse, enquanto discentes com baixa orientação para evitar metas de desempenho que foram acompanhados por mentores com alta orientação para o mesmo fim não tiveram mudanças significativas na redução do estresse. Essa descoberta corrobora a ideia de que:

além de a similaridade mentor-protegido em características de nível superficial (por exemplo, gênero, raça), a similaridade em características de nível profundo, como personalidade ou orientação para objetivos, também contribui para o sucesso de relacionamentos de mentoria (FULLICK *et al.*, 2012, p. 68, tradução nossa).

Em 2014, outro estudo examinou as influências autorrelatadas de estudantes de graduação que fizeram um curso de suporte entre pares, destacando relacionamentos interpessoais, habilidades de comunicação e envolvimento com o treinamento (HATCHER, 2014). De acordo com o autor, o aconselhamento entre pares se adaptou muito bem ao contexto acadêmico por se mostrar amplamente eficaz no que se propõe. Considerando ainda que os programas de treinamento de conselheiros de pares são cada vez mais vistos como componentes da vida acadêmica, a pesquisa examinou três grupos de estudantes: um que realizou um curso de aconselhamento entre pares teórico, um que realizou um curso de aconselhamento entre pares teórico e prático, e outro que não realizou nenhum curso. Foram enviados questionários para todos os participantes e estes responderam questões sociodemográficas, perguntas estruturadas sobre o impacto dos cursos em seus relacionamentos e comunicação, incluindo interações atuais com família, amigos e comunicação no trabalho; além de duas subescalas validadas para avaliar formas adultas de empatia. Os resultados foram apresentados por meio de três fatores: efeito na interação interpessoal, objetivos e engajamento, e habilidades de comunicação. O curso teórico-prático demonstrou maiores vantagens em relação aos fatores, mas as duas modalidades de curso contribuíram positivamente nos três fatores e as habilidades adquiridas foram reconhecidas pelos participantes da pesquisa anos depois da conclusão.

Nishat *et al.* (2020) fizeram pesquisa aplicada ao contexto universitário com estudantes oriundos da zona rural. A escolha foi com base em estatísticas de estressores de adaptação – principalmente relacionados a mudança de endereço para dar continuidade aos estudos influenciando no desempenho acadêmico e, conseqüentemente, resultando na evasão. Uma sessão em grupo de aconselhamento entre pares foi realizada com os estudantes segundo a hipótese de que, após essa intervenção, a média de nota cumulativa desses discentes melhoraria e eles conseguiriam finalizar o curso. Um workshop de abordagem colaborativa foi projetado e conduzido para ajudar os discentes a se ajudarem. De acordo com os autores, essa abordagem colaborativa é o que diferencia o modelo chamado por eles de Intervenção Participativa para Resolução de Problemas do aconselhamento entre pares tradicional. Nesse método, pares são aqueles com problemas similares, mas sem treinamento para atuação. A maioria dos participantes envolvidos no workshop (60, 3%) relatou aumento de motivação acadêmica e desenvolvimento de habilidades para melhora do desempenho. Além disso, foi observado que as propostas dos discentes para a solução de problemas não eram muito diferentes daquelas propostas por conselheiros treinados. Portanto, o método se provou eficiente por contribuir com o sucesso acadêmico, possuir custo baixo e pouca dependência de pares treinados.

Suresh *et al.* (2021) investigaram a eficiência de um programa de aconselhamento entre pares em uma universidade do Canadá. O estudo destaca a relutância de estudantes em buscar ajuda em saúde mental, atribuindo-a possivelmente ao estigma em torno do tema, baixa autopercepção, falta de tempo, preocupações com privacidade ou uma abordagem hierárquica. Os autores ressaltam que a literatura da área demonstra os benefícios de cursos e workshops de aconselhamento entre pares para intervir nessa problemática, mas pouco é descrito sobre a modalidade no contexto acadêmico. Após a análise completa de três questionários respondidos por 1043 estudantes e 797 conselheiros voluntários, os resultados mostraram que o público que utiliza o serviço apresenta diversidade de sexo, gênero e etnia. Os estudantes relataram nível baixo de bem-estar e nível moderado de ansiedade e depressão. Quanto ao serviço de aconselhamento entre pares, eles o avaliaram como fácil de usar e demonstraram confiar nele como uma alternativa de ajuda quando não conseguem acessar serviços profissionais de saúde mental. Os conselheiros relataram se sentirem validados em suas funções e seguros para oferecer ajuda aos pares. A metodologia cumpriu o que se propôs a fazer, principalmente, criando um ambiente empático, confidencial, não crítico e não direcional; por esses motivos, o programa recebeu a confiança dos estudantes, segundo os autores. Outro resultado foi de que os estudantes frequentam mais os serviços durante o período de avaliações da metade do semestre. Destes, a maioria procura o serviço apenas querendo conversar com outra pessoa, devido a estresse geral e acadêmico, ansiedade ou autopercepção de estado deprimido. Quanto aos usuários, mais mulheres (em relação à homens) e bissexuais (em relação à heterossexuais) frequentam o serviço de aconselhamento entre pares.

Kalkbrenner *et al.* (2020) escrevem a respeito do aconselhamento de pares que ocorre naturalmente em universidades. *Mental Health Literacy* nomeia o conjunto de atitudes e comportamentos da comunidade acadêmica em torno de ações de busca de ajuda, conhecimento sobre sinais de alerta e recursos para sofrimento mental e redução do estigma em torno do tema. Essa definição é similar ao que seria uma “alfabetização” em saúde mental com o objetivo de empoderar os estudantes para que estes sintam-se competentes para ajudar seus pares durante o convívio cotidiano. Participaram dessa pesquisa 485 pessoas que responderam a um questionário sociodemográfico e outro referente ao reconhecimento de sinais de sofrimento mental. A análise dos questionários destacou três dimensões importantes para promover saúde mental no campus: conhecimento, estigma e busca por ajuda. A correlação entre as variáveis do estudo demonstrou que quanto maior o conhecimento sobre sinais de alerta de uma saúde

mental debilitada, maior é o senso de responsabilidade de um para o outro, culminando no contato e referência de busca por ajuda.

Ahorso *et al.* (2021) investigaram o efeito de uma intervenção liderada por pares combinando a promoção de saúde mental com workshops baseados em estratégias de enfrentamento sobre consciência de saúde mental, busca de ajuda e bem-estar entre estudantes de uma universidade de Honk Kong. Por conta do estigma, foi sugerido que uma estratégia grupal conduzida por estudantes e destinada a estudantes teria um efeito social positivo em relação à promoção de saúde mental. Os resultados comprovaram o impacto positivo de programas liderado por pares; por conta dos pares, a intervenção teve uma alta aceitabilidade. Além disso, o programa demonstrou potencial, especialmente, na dimensão de consciência de saúde mental e conhecimento de estratégias de enfrentamento.

#### 4 DISCUSSÃO

Os achados das buscas avançadas evidenciaram uma concentração significativa de publicações norte-americanas (62,5%). Ainda que esse quantitativo seja seguido por países europeus, Reino Unido e Portugal, ainda há forte concentração nos países nos quais o aconselhamento entre pares surgiu, Estados Unidos e Reino Unido (Tabela 1). Levando em consideração a limitação no alcance desta revisão integrativa por ter utilizado apenas uma base de dados, esses resultados apontam para a carência de pesquisas, publicações e relatos de experiências de implementação do aconselhamento entre pares em mais países.

Todos os artigos abordaram a saúde mental a partir de perspectivas compatíveis com a fundamentação deste trabalho, tendo em vista o conceito integral de saúde e os preceitos da psicologia escolar crítica. Esse fato é sustentado pelas diferentes áreas trabalhadas nos artigos que, apesar desse traço, convergiram com unanimidade para a promoção de saúde mental. Dos sete artigos resultantes da revisão integrativa, cinco se propuseram a analisar algum impacto produzido na saúde mental a partir de variações do uso do aconselhamento entre pares e todos obtiveram resultados promissores e eficazes dentro de seus contextos de pesquisa (AHORSU *et al.*, 2021; FULLICK *et al.*, 2012; HATCHER *et al.*, 2014; NISHAN *et al.*, 2020; SURESH *et al.*, 2021). Nesses casos, o aconselhamento entre pares foi eficiente para: a) redução de estresse de calouros e veteranos; b) melhoria nos relacionamentos interpessoais e nas habilidades de comunicação; c) oferecimento de suporte na continuidade da graduação, contribuindo para o sucesso acadêmico; d) enfrentamento de situações difíceis em saúde mental

e busca por ajuda. Esses resultados também sustentam a adaptabilidade da metodologia proposta: o aconselhamento entre pares foi descrito em formato de curso, workshop, mentoria, etc. Em todas, mostrou-se adequado ao objetivo a partir dos resultados, o que fortalece sua flexibilidade para, dentro do contexto do ensino superior, dialogar com diferentes subcontextos de acordo com as demandas e as disposições de cada ambiente.

Outra convergência de destaque entre os achados é a questão do pressuposto de confiança a partir da relação entre pares, prevendo um nível de aceitabilidade positivo. Suresh *et al.* (2021) destacam a confiança que o programa de aconselhamento entre pares recebeu dos participantes da pesquisa; estes consideraram o serviço como uma alternativa para quando não conseguiam atendimento profissional. Esse dado corrobora com a afirmação de Kraft (2011) sobre os discentes ainda terem preferência por aconselhamento profissional. Esse mesmo autor cita, em contrapartida, que para o trato de situações especiais como sexualidade e relações abusivas e, para públicos específicos (mulheres e bissexuais), o aconselhamento entre pares tem sido mais procurado, o que também pressupõe a existência de maior confiança para abertura. Ahorso *et al.* (2021) também dialogam com os autores citados ao aderir à horizontalidade em sua pesquisa por conta dos estigmas presentes no ambiente acadêmico: foi pressuposto que esse arranjo teria um efeito social positivo e seria indicativo de maior aceitabilidade dos discentes para aderirem. Ambas as hipóteses foram sustentadas com os resultados obtidos.

Quanto à eficiência na resposta à promoção de saúde mental, o aconselhamento entre pares permanece sustentado. No caso de algumas universidades, a metodologia foi implantada justamente para responder ao alto quantitativo de demandas em saúde mental (KRAFT, 2011). E ainda que parte dessas demandas necessitem também de uma abordagem clínica e farmacológica, nas quais o aconselhamento entre pares pode ser complementar ao tratamento clínico individual, existem as demandas que podem ser supridas integralmente pelo serviço entre pares. Em sua pesquisa, Suresh *et al.* (2021) observaram que a maioria dos estudantes que procuraram o serviço de aconselhamento queriam apenas conversar com outra pessoa, devido a estresse geral e acadêmico, ansiedade ou autopercepção de estado deprimido.

Considera-se de grande relevância também a temática discutida por Kalkbrenner *et al.* (2020) pela possibilidade de utilizar o ambiente acadêmico ao mesmo tempo como foco e ator nas intervenções em saúde mental. Esses autores trabalham com o conceito de *Mental Health Literacy* para sistematizar um conjunto de conhecimentos e comportamentos para identificar sinais de comprometimento em saúde mental e ter aptidão para oferecer ajuda adequada. Essa proposta envolve o empoderamento do estudante e fomenta o senso de responsabilidade,

apresentando benefícios para ambos os lados da relação. É pertinente por considerar o aconselhamento informal que ocorre no ambiente acadêmico: um único estudante convive diariamente com um número de discentes que, por sua vez, convive com mais discentes, e assim sucessivamente; além disso há o fator que Fullick *et al.* (2012) destacam em sua pesquisa: a naturalidade com que se formam pares dentro de um contexto. Quando os pares são formados aleatoriamente (por condições contextuais), sugere-se que haja entre eles um vínculo relacional que pode ser mais otimizado para contribuir com o bem-estar dos envolvidos. Assim, pode ser altamente benéfico explorar as relações no ambiente acadêmico, no sentido do potencial de alcance e eficácia na possibilidade de orientar os próprios discentes; além do fator do empoderamento envolvido que recai em um tipo de intervenção desenvolvimental, tal como a psicologia escolar crítica sugere como eficaz para lidar com a saúde mental: não apenas tratar o problema, ou antecipá-lo, mas preparar o indivíduo para lidar com os possíveis problemas.

Diante do exposto e discutido e reiterando o objetivo desta pesquisa, acredita-se que a partir dos modelos descritos de aconselhamento entre pares, essa metodologia pode ser também uma opção promissora para o ensino superior brasileiro. Os artigos selecionados mostram a versatilidade e adaptabilidade dessa metodologia que predispõe maior conforto para o indivíduo compartilhar problemas da sua vida, tendo em vista que a experiência comum e a horizontalidade fundamentam um vínculo relacional muito mais consistente do que em um arranjo em que os envolvidos não sejam pares em nenhum aspecto. Em saúde mental, a proposta tem sido avaliada como eficaz, apesar de ainda ser relativamente nova no campo. Os benefícios do aconselhamento entre pares são observáveis em ambos os lados e refletem na vida pessoal e acadêmica do estudante, como já foi citado. As limitações são também pertinentes, especialmente, as que se voltam para o estado das pessoas que se dispõem a aconselhar (HARISSON; GORDON, 2021), mas não sugerem incoerência com o desenvolvimento e expansão do aconselhamento entre pares; as dificuldades decorrentes do fato da metodologia existir em campo há pouco tempo serão superadas gradativamente conforme mais pesquisas forem realizadas na área e mais experiências de implementação forem compartilhadas. Mas, é fato que com a crescente demanda de intervenção em saúde mental, em nível não-clínico, a proposta demonstra alto potencial.

## 5 CONCLUSÃO

Retomando a pergunta norteadora deste trabalho e o objetivo de identificar e descrever brevemente os modelos de Aconselhamento entre Pares na literatura científica internacional,

com a expectativa de servir resultados para embasar a discussão e o desenvolvimento/expansão da metodologia em saúde mental, considera-se o aconselhamento entre pares eficiente e promissor. Os preceitos de empatia e horizontalidade são preditores positivos para a garantia de qualidade na relação e aceitabilidade da proposta. A flexibilidade da metodologia em questão ao seu formato de aplicação é também um ponto forte. Acredita-se que o aconselhamento entre pares pode atuar na promoção de saúde mental, focando aspectos desenvolvimentais, especialmente, com demandas de caráter não-clínico: estas consideradas com alta incidência pelos estressores impressos no ambiente acadêmico.

Acredita-se ainda que esta pesquisa contribui para a ampliação do debate acerca do tema e serve de parâmetro para a difusão da metodologia no país, especialmente no ensino superior. Como limitação da pesquisa, destaca-se o volume de publicações coberto que, no caso de mais de uma base de dados sendo utilizada, poderia ser maior e amparar com mais consistência o panorama do aconselhamento entre pares na literatura internacional. Espera-se que mais pesquisas sejam feitas nesse sentido exploratório para criar as bases que possibilitem o desenvolvimento da metodologia no Brasil.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR, Larissa Megale. **Aconselhamento entre pares no ensino superior brasileiro: uma revisão de literatura**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Universidade Federal do Pará, Belém, 2022.

AHORSU, D. K. *et al.* Effect of a peer-led intervention combining mental health promotion with coping-strategy based workshops on mental health awareness, help-seeking behavior and wellbeing among university students in Honk Kong. **Internacional Journal of Mental Health Systems**, Reino Unido, v. 15, n. 6, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s13033-020-00432-0>.

ALMEIDA, L. *et al.* Democratização do acesso e do sucesso no ensino superior: uma reflexão a partir das realidades de Portugal e do Brasil. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior** (Campinas), v. 17, n. 3, p. 899-920, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-40772012000300014>.

ANDRADA, E. G. C. de. Novos paradigmas na prática do psicólogo escolar. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 18, n. 2, p. 196–199, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722005000200007>

D'ANDREA, Vincent J. Peer counseling in colleges universities. **Journal of College Student Psychotherapy**, Estados Unidos, v. 1, n. 3, p. 39-55, 1987. Disponível em: [https://doi.org/10.1300/J035v01n03\\_04](https://doi.org/10.1300/J035v01n03_04).

ALMEIDA FILHO, N. de; COELHO, M. T. Á.; PERES, M. F. T. O conceito de saúde mental. **Revista USP**, São Paulo, n. 43, p. 100-125, 1999. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.2316-9036.v0i43p100-125>.

FULLICK, J. *et al.* Mentor and protégé goal orientations as predictors of newcomer stress. **Journal of the Scholarship of Teaching and Learning**, v. 12, n.1, p. 59-73, 2012. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/273259872\\_Mentor\\_and\\_protege\\_goal\\_orientations\\_as\\_predictors\\_of\\_newcomer\\_stress](https://www.researchgate.net/publication/273259872_Mentor_and_protege_goal_orientations_as_predictors_of_newcomer_stress).

GUZZO, R. S. L. *et al.* Psicologia e Educação no Brasil: uma visão da história e possibilidades nessa relação. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 26, n. especial, p. 131-141, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000500012>.

HARRISON, G.; GORDON, E. Counsellors' experiences of providing counselling to students in university-level institutions in Ireland: an evolving phenomenon. **Counseling Psychotherapy Research**, Estados Unidos, v. 21, n. 4, p. 805–815, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/capr.12441>.

HATCHER, S. L. *et al.* College peer counselor teaching modalities: sequelae in the life and work of graduates. **Teaching of Psychology**, Estados Unidos, v. 41, n. 4, p. 345-348, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0098628314549708>.

KALKBRENNER, M. T.; SINK, C. A.; SMITH, J. L. Mental health Literacy and peer-to-peer counseling referrals among community college students. **Journal of Counseling & Development**, Estados Unidos, v. 98, n. 2, p. 172-182, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/jcad.12311>.

KRAFT, D. P. One hundred years of college mental health. **Journal of American College Health**, Estados Unidos, v. 59, n. 6, p. 477-481, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/07448481.2011.569964>.

LEAL, K. S. *et al.* Desafios enfrentados na universidade pública e a saúde mental dos estudantes. **Revista Humanidades e Inovação**, Tocantis, v. 6, n. 8, p. 60-69, 2019. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1149>.

MARTÍNEZ, A. O que pode fazer o psicólogo na escola? **Em Aberto**, Brasília, v. 23, n. 83, p. 39-56, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.24109/2176-6673.emaberto.23i83.%25p>.

MORETTI, F. A.; HÜBNER, M. M. C. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional? **Revista Psicopedagogia**, São Paulo, v. 34, n. 105, p. 258-267, 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v34n105/03.pdf>.

NISHAT, N. *et al.* Empowering tertiary level students to solve their own student-related problems to improve study performance. **Journal of Applied Research in Higher Education**, Reino Unido, v. 12, n. 5, p. 1117-1133, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1108/JARHE-07-2018-0136>.

OLIVEIRA, C. B. E. de. **A atuação da psicologia escolar na educação superior: proposta para os serviços de psicologia.** 2011. 441 f. Tese (Doutorado em Processos de Desenvolvimento Humano e Saúde), Universidade de Brasília, Instituto de Psicologia, 2011. Disponível em: <http://repositorio2.unb.br/jspui/handle/10482/8804>.

OMS – Organização Mundial de Saúde. **Mental health action plan 2013-2020.** Estados Unidos, 2013. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506021>.

PRINCE, J. P. University student counseling and mental health in the United States: trends and challenges. **Mental Health & Prevention**, v. 3, n. 1-2, p. 5-10, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2015.03.001>.

SANTOS, D. C. O. dos. *et. al.* Mapeamento de competências do psicólogo escolar. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 225–234, maio 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-3539201702121109>.

SAWAYA, S. M. Novas perspectivas sobre o sucesso e o fracasso escolar. **Psicologia, educação e as temáticas da vida contemporânea.** Tradução. São Paulo: Moderna, 2002.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>.

SURESH, R. *et. al.* Program evaluation of a student-led peer support service at a Canadian university. **International Journal of Mental Health Systems**, Reino Unido, v. 15, n. 54, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s13033-021-00479-7>.

ZUCOLOTO, P. C. S. do V. *et. al.* Atuação do psicólogo escolar crítico frente às queixas escolas: as assembleias escolares. **Revista de Psicologia da IMED**, Rio Grande do Sul, v. 11, n. 1. p. 217-232, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.18256/2175-5027.2019.v11i1.3039>.