



***Solidariedade como habilidade social promotora da saúde mental em
universitários.***

La solidaridad como habilidad social promotora de la salud mental em universitarios.

Solidarity as a social skill that promotes mental health in university students.

Joeva Rocha Gomes

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-5618-0319>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail : joevadbv@hotmail.com

Maria Alice Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-007-55253573>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail : 904mariasousa@gmail.com

Ana Carolina Pacheco

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-3762-471>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail : pachecosouza2001@icloud.com

Lucas Magalhães

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-7197-258>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: lucasmagalhaes0908@gmail.com

Nyelson Maciel Amaral

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-9176-1267>

Faculdade Adventista da Bahia

Email: nyelsonmaciel220@gmail.com

Layla Ruthelly de Sousa Morais

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-8848-1126>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: layla.ruthelly15@gmail.com

Ellen Zoppi dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-9425-6902>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: ellen.santos@adventista.edu.br

Anselmo Cordeiro de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0156-716X>

Seminário Adventista Latino-Americano de Teologia – Faculdade Adventista da Bahia (SALT/FADBA)

E-mail: anselmo.souza@adventista.edu.br

Eixo temático: Ciências da Saúde



PRODUÇÃO TÉCNICA E TECNOLÓGICA

Introdução (Contexto)

A solidariedade implica em estar presente e apoiar os outros em diversos momentos da vida, especificamente nas partes difíceis, demonstrando empatia, compreensão e encorajamento. Através da prática da solidariedade, os universitários podem construir relacionamentos saudáveis e duradouros, que contribuem para sua saúde mental, bem como para a saúde mental dos outros.

Ellen G. White destaca que a verdadeira educação vai além do conhecimento intelectual, incluindo a formação de um caráter solidário e altruístico. Ao praticar a solidariedade, os universitários podem desenvolver habilidades sociais saudáveis e cultivar sentimentos de cuidado e preocupação com os outros, o que contribui para a promoção da saúde mental. Observamos no livro de Provérbios 17:17(NVI) – “Em todo tempo ama o amigo, e na angústia se faz o irmão.” Este versículo destaca a importância do amor e cuidado constantes pelos amigos, especialmente em tempos de dificuldades.

Segundo WESTPHAL: “Os termos ajudar os outros, comportamento pró-social, altruísmo e voluntariado são usados de forma intercambiável na literatura. Há um foco crescente em explorar esse fenômeno entre os jovens. Uma série de psicologia social e teorias do desenvolvimento explicam ajudar os outros e atributos pró-sociais como uma das construções-chave para o desenvolvimento positivo da juventude. Há um consenso que encoraja a promoção dessa virtude na tenra idade, afim de alcançar resultados psicossociais positivos mais tarde na vida. Vários estudos relataram o impacto positivo de apoiar os outros sobre os apoiadores, como redução da depressão e do estresse, melhor enfrentamento, aumento da felicidade, níveis mais altos de autoestima, melhor desempenho acadêmico e conexões sociais mais fortes. Apesar do volume de estudos independentes nessa área, há evidências limitadas que sintetizam a compreensão de ajudar os outros e a saúde mental entre os jovens”. [...]

Solidariedade faz com que simpatizemos com aquilo que o outro está sentindo ou passando, temos um senso de responsabilidade para com o todo, ela promove uma inovação social. Atualmente a nossa sociedade passa por um momento



em que a solidariedade não está tão ativamente quanto deveria e, com isso, aumenta a ansiedade, depressão, isolamento, as pessoas temem ao contar suas aflições pra alguém e ter alguma necessidade negligenciada. A falta ou ausência da solidariedade tem um impacto no nosso emocional, social e também no acadêmico.

Objetivos

Desenvolver um produto sobre habilidade social de solidariedade como promotora de saúde mental em universitários de instituições confessionais.

Método (Planejamento e Desenvolvimento)

Trata-se de estudo metodológico pensado para o desenvolvimento de produto educativo (Cartilha) sobre Solidariedade como habilidade social promotora da saúde mental em universitários. Nesse sentido, foi pensada a questão norteadora do tema, mediante a estratégia de PCC (população, conceito, contexto), tal como explicitado abaixo:

- **P – População:** Universitários.
- **C – Conceito/Interesse:** Treinamento de habilidades sociais de solidariedade.
- **C – Contexto:** Instituições de Ensino Superior Confessionais

Como a prática da Solidariedade pode promover saúde mental em universitários?

Com o objetivo de melhor orientar a construção de um produto técnico educativo em saúde, em uma abordagem baseada em evidências a presente proposta foi pensada levando em consideração o check list GREET (Development and validation of the guideline for reporting evidence-based practice educational interventions and teaching) tal como pode ser visto no quadro 1.

Quadro 1 – Planejamento da construção do produto educativo e intervenção.

BREVE NOME	
INTERVENÇÃO:	O projeto de intervenção foi elaborado com o objetivo de trazer informações para o público universitário sobre a importância da
Forneça uma breve descrição da intervenção educacional para todos os grupos envolvidos [por exemplo, controle e comparador(es)]	solidariedade como habilidade social promotora de saúde mental, trazendo melhorias para o seu rendimento acadêmico, vida social e pessoal.
POR QUÊ? (Deste processo educacional)	
TEORIA: Descreva a(s) teoria(s) educacional (is), conceito ou abordagem utilizada na intervenção.	A cartilha será inserida no meio social, onde será compartilhado no V Congresso Sul-Americano de pesquisa na educação adventista, com o propósito de expor para o público universitário.
OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Descrever os objetivos de aprendizagem para todos os grupos envolvidos na intervenção educativa.	Descrever os objetivos de aprendizagem para todos os grupos envolvidos na intervenção educativa, e informar o público universitário sobre os benefícios da prática da solidariedade com o intuito de desenvolver a melhoria da saúde mental.
O QUE?	
MATERIAIS: Descrever os materiais educativos específicos utilizados na intervenção educativa. Incluir materiais fornecidos aos alunos e aqueles usados no treinamento de provedores de intervenção educacional.	Uma cartilha informativa produzida no programa CANVA.

<p>ESTRATÉGIAS EDUCACIONAIS:</p> <p>Descrever as estratégias de ensino/aprendizagem (ex. tutoriais, palestras, módulos online)</p>	<p>A estratégia de aprendizagem utilizada foi uma cartilha informativa sobre solidariedade como habilidade social promotora de saúde mental em universitários.</p>
<p>utilizadas na intervenção educativa.</p>	
<p>INCENTIVOS:</p> <p>Descreva quaisquer incentivos ou reembolsos fornecidos aos alunos.</p>	<p>Não houve nenhum incentivo e/ou reembolso fornecidos aos alunos.</p>
<p>QUEM FORNECEU?</p>	
<p>INSTRUTORES:</p> <p>Para cada instrutor(es) envolvido(s) na intervenção educacional, descreva sua disciplina profissional, experiência/perícia de ensino. Inclua qualquer treinamento específico relacionado à intervenção educacional fornecida ao(s) instrutor(es).</p>	<p>Graduandos do 3º período do curso de psicologia estão realizando a produção de uma cartilha informativa com aplicação para o público alvo.</p>



COMO?	
<p>ENTREGA:</p> <p>Descreva os modos de entrega (por exemplo, presencial, internet ou pacote de estudo independente) da intervenção educacional. Inclua se a intervenção foi fornecida individualmente ou em grupo e a proporção de alunos para instrutores.</p>	<p>Será entregue no V Congresso Sul Americano de Pesquisa na Educação Adventista (V COSUDI – FADBA 2023) e em sala de aula.</p>
<p>AMBIENTE:</p> <p>Descreva os espaços físicos de aprendizagem relevantes (por exemplo, conferência, auditório universitário, enfermaria de hospital, comunidade) onde ocorreu o ensino/aprendizagem.</p>	<p>Será entregue no V Congresso Sul Americano de Pesquisa na Educação Adventista (V COSUDI – FADBA 2023) e em sala de aula.</p>
QUANDO E COMO?	
<p>CRONOGRAMA:</p> <p>Descreva o cronograma da intervenção educativa incluindo o número de sessões, sua frequência, horário e duração</p>	<ul style="list-style-type: none">-Planejamento: Março-Revisão teórica: Março-Produção do template: Maio-Produção da cartilha informativa: Maio-Entrega da cartilha informativa: Maio
<p>TEMPO</p> <p>Descreva a quantidade de tempo que os alunos gastam em contato pessoal com os instrutores e qualquer tempo designado gasto em atividades de aprendizagem autodirigidas.</p>	<p>Será apresentado uma cartilha informativa que terá como duração 30 minutos.</p>



Fonte: Elaboração própria, Cachoeira, 2023.

Resultados

PRODUTO TÉCNICO

A elaboração do produto técnico — Cartilha Informativa, foi dividido nas seguintes etapas: o conteúdo foi elaborado em referencial teórico científico e teológico, para a compreensão do assunto em questão, que é a solidariedade como uma habilidade social, inserida no contexto universitário. Diante desta, a corpo do construto foi elaborado. Para se estruturar em cartilha informativa, foi elaborado o seguinte esquema:

SOLIDARIEDADE

O QUE É SOLIDARIEDADE?

Solidariedade trata-se de uma qualidade que está relacionada á bondade, à empatia e ao amor. Ser solidário é permitir sentir a dor do outro para, em seguida, buscar ajudá-lo de alguma maneira.

COMO DESENVOLVER SOLIDARIEDADE NO CONTEXTO UNIVERSITÁRIO?

-Praticando a empatia.

-Auxiliando os colegas da turma com os trabalhos acadêmicos, quando estiverem com dificuldade.

-Colocar-se no lugar do outro.

Dedicar-se em trabalhos voluntários.

QUAIS SITUAÇÕES EU PODERIA SER SOLIDÁRIO?

Doações de alimentos, roupas, ou mesmo doações financeiras ás pessoas que precisam de ajuda.

QUAIS OS BENEFIOS QUE A SOLIDARIEDADE PROPORCIONA PARA A NOSSA VIDA?

O ato de ajudar possibilita a renovação psicológica e espiritual, além de auxiliar a melhora da nossa compreensão sobre a vida.

QUANDO NÃO PRATICAMOS A SOLIDARIEDADE DE UMA FORMA EMPÁTICA O QUE PODE OCORRER?

Essa ação pode- se tomar uma forma mecânica e burocrática, esvaziada de seu conteúdo humano e espiritual.

QUANDO AJUDAMOS UMA PESSOA QUE ESTAR COM PROBLEMAS COSTUMAMOS SENTIR QUE ESTAMOS EM UMA SITUAÇÃO MELHOR QUE ELA.

QUANDO UMA PESSOA DESEJA PRATICAR AÇÕES SOLIDARIAS PARA SER RECONHECIDO, O QUÊ PODE SER AFETADO NESSA PRÁTICA QUE DEVERIA SER UMA AÇÃO EMPÁTICA?

Ao realizar a solidariedade com essa intenção o indivíduo acaba fundindo do real objetivo esperado. E pode até ser impedido de alcançar o sentimento de bem-estar.

VOCÊ SABIA QUE A SOLIDARIEDADE NÃO SE RESTRIGE APENAS À MERA DOAÇÕES DE RECURSOS MATERIAS (ROUPAS, ALIMENTOS, DINHEIRO ETC.)?

Ela pode alcançar uma dimensão humana/espiritual que consola e retira o outro da angustiante percepção de isolamento.

Precisa-se entender que a solidariedade é uma via de mão dupla, pois a partir dessa ação aquele que aparentemente ajuda é o maior beneficiado pela sua ação.

Descritores: Solidariedade; Habilidades Sociais; Saúde Mental.

REFERÊNCIAS

Hirani S, Ojukwu E, Bandara NA. **Comportamento pró-social e resultados de saúde mental juvenil: um protocolo de revisão de escopo**. PLoS Um. 2022 Jun 24;17(6):e0270089. DOI: 10.1371/journal.pone.0270089. PMID: 35749393; PMCID: PMC9231775. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/14158/DISSERTA%C3%87%C3%83O%20MARINA%20SPERANZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y> . Acesso em: 15 de Abril de 2023.

White, E. G. (1913). Educação. Capítulo: **A Educação no Lar**. Editora Casa Publicadora Brasileira. Página 225. Acesso em: 12 de Abril de 2023. Disponível em: <https://ellenwhite.cpb.com.br/livro/index/36>. Acesso em: 16 de Abril de 2023.

Whit, E.G. (1910). **Orientação da Criança**. São Paulo: Casa Publicadora Brasileira. Acesso em: 12 de abril de 2023.

PATRUS, R. “**Cooperação e Solidariedade: considerações etimológicas sobre a colaboração**”. Plurale em revista. Disponível em: <https://www.plurale.com.br/site/noticias-detalhes.php?cod=12941&codSecao=2> . Acesso em 14 de abril de 2023.

ALMEIDA, J. **Antropologia da Solidariedade**. Univ. do Porto – 2007. Disponível em : <http://www.hottopos.com/notand14/joao.pdf> . Acesso em: 15 de Abril de 2023.

WESTPHAL, V. “**Diferentes matizes da ideia de solidariedade**”.

PRETTE, A; PRETTE, Z. Habilidades Sociais Cristãs. Petrópolis: Vozes, 2003. Acesso em 20 de Abril de 2023.