

## Saúde mental na universidade



Por **GUSTAVO NAVES FRANCO\***

*A crise de saúde mental estudantil denuncia a degradação do tempo e do espaço universitários, exigindo que a aula seja um tempo “improdutivo” de escuta e interação, não apenas transmissão de conteúdos*

### 1.

“Uma estudante começa a frequentar a universidade. Ela descreve os espaços degradados, os banheiros sujos, os corredores sombrios. Os dias passam e a narrativa vai ficando cada vez mais absurda. Aos poucos, o leitor desconfia de que ela está sofrendo um surto psicótico”.

Essa é a síntese de um projeto criativo que uma aluna nos ofereceu em sala, em uma oficina de produção textual, na qual temos como motivação produzir textos sobre a experiência universitária contemporânea, sobretudo no ensino público presencial. A proposta da matéria optativa surgiu de um grupo de trabalho a respeito do tema da saúde mental estudantil na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), do qual faço parte, junto a outros servidores e discentes.

A palavra-chave no resumo é “desconfia”. Uma estudante começa a frequentar a universidade, e descreve imagens que se tornam cada vez mais disparatadas, ao ponto de parecerem fantasiosas. O leitor desconfia que ele está perdendo o senso da realidade – mas não pode ter certeza. Nesse aspecto, o texto dialoga que toda uma tradição de narradores que nos fizeram experimentar justamente esse tipo de ambiguidade, como em *A Outra Volta do Parafuso*, de Henry James.

Por outro lado, ele dá voz a uma afirmação característica dos estudantes do ensino superior brasileiro hoje: ir para a universidade não está fazendo muito bem para a cabeça da gente.

Curiosamente, porém, o texto assinala como o contrário pode ser possível. Ao tratar da contaminação do ânimo do ingressante pelo espaço degradado da universidade, ele presume uma ecologia psíquica que pode muito bem funcionar a nosso favor. A implicação mais imediata é a de que banheiros limpos e corredores iluminados seriam um fator positivo na saúde mental da comunidade acadêmica; e seriam, não podemos de maneira alguma ignorar este fato.

A melhoria nas condições estruturais, orçamentárias e administrativas das universidades, bem como um maior cuidado com nossos equipamentos, têm muito a oferecer na prevenção a diversas formas de sofrimento e ansiedade.

Mas existe algo a mais que podemos e devemos fazer para aproveitar essa contaminação entre o ambiente universitário e a psique estudantil. Algo menos óbvio, mas nem por isso menos importante. Reparem que o texto de minha aluna joga luz de maneira mais explícita nas questões do espaço: paredes, corredores, banheiros. Mas nem por isso suprime outro componente fundamental dessa experiência. Reparem também que a estudante entra e sai da universidade todos os dias sem conversar com ninguém. E isso não apenas porque os espaços são pouco convidativos, mas também porque, para isso, ele precisaria de “tempo”.

Nós temos que falar mais sobre a questão do tempo (e da falta dele) em nossas universidades. Isto é, da maneira como nossas rotinas acontecem em meio a catástrofes rotineiras, e se deixam contaminar por elas. Pois nossa atitude nesse aspecto pode ser tanto um efeito reativo quando uma ação consciente diante dos impasses e desafios que se impõem: a violência urbana, a crise climática, as redes sociais, a inteligência artificial.

A universidade está imersa em um ecossistema de enorme complexidade, mas do qual resultam ou deixam de resultar ações muito simples, como uma estudante conversar ou não com uma colega ao sair da aula.

Em cada conversa que acontece ou deixa de acontecer a universidade existe (ou deixa de existir) como uma coletividade. A coletividade, portanto, precisa não apenas de um espaço adequado, mas também de um tempo qualitativamente distinto para se configurar. E esse tempo está tão degradado quanto nossos edifícios, tão obstruído quanto nossos corredores, tão abandonado quanto nossos locais de convivência presencial. Precisamos cuidar dele como quem cuida de um jardim tomado por entulho, abrindo espaço para o florescimento de novas maneiras de vivenciar a universidade.

## 2.

A condução do ritmo da vida universitária acontece de muitas formas, mas entendo que existem dois aspectos que merecem atenção especial dos docentes. Um deles é a micropolítica do tempo da aula. O outro é política mais ampla dos projetos pedagógicos e da organização dos currículos. Ambos precisam ser alterados por causa dos fatores sistêmicos que atravessam a experiência acadêmica, com algumas variações sociais e geográficas: violência urbana, crise climática, redes sociais, inteligência artificial. O problema aqui é o risco de invocarmos um senso de urgência que de imediato só aumenta o nosso desespero.

De fato, as mudanças que precisam ocorrer são em grande medida emergenciais. Nesse ponto, a administração do tempo da aula é fundamental. É aí que podemos interromper de imediato, e cotidianamente, o fluxo ininterrupto de informações que tem marcado a rotina dos estudantes, em favor de um ritmo mais lento da deliberação oral, da colaboração interpessoal, da resolução de problemas complexos.

Muitos professores têm se queixado que justamente do inverso: através dos dispositivos móveis, as aulas têm sido invadidas pela cacofonia individualizada de informações e pela ansiedade epidêmica. Mas será que estes professores não estão oferecendo, como alternativa, a ansiedade deles próprios pelo cumprimento de um conteúdo programático?

A preocupação com os conteúdos é legítima, vale ressaltar. Nem sempre é (embora às vezes seja) mera vaidade do docente que acredita na superioridade de seus saberes, ou insensibilidade com outras demandas e obrigações estudantis. Pode envolver questões de ética profissional, ou apreensões com a atuação dos graduandos no mundo do trabalho e no serviço público.

Pode inclusive presumir que algo de extraordinário precisa ser oferecido ao estudante que ficou duas horas no trânsito (ou em uma estrada de terra) para chegar na aula. Há uma forma de ansiedade dos docentes com a própria performance que, hoje, está relacionada à própria percepção de que a universidade atravessa uma crise sem precedentes.

No entanto, em sua sensação de insuficiência, os professores podem estar deixando de utilizar um instrumento simultaneamente muito ordinário e muito valioso que têm a sua disposição. As duas, três ou mesmo quatro horas diárias que um docente tem para aplicar o programa de sua disciplina são, antes de tudo, o que são: duas, três, ou mesmo quatro horas. As sessenta horas semestrais de uma disciplina têm valor em si mesmas, e não apenas como um espaço em branco para ser atulhado até o limite com conceitos e bibliografias.

Os professores precisam reassumir a consciência do tempo e de sua capacidade de dilatá-lo, não simplesmente como algo que falta, como uma carência a ser administrada, mas também como um ativo de seu ofício. Mas, para isso, precisam abandonar a equivalência entre tempo e produtividade, que passou a atravessar um campo no qual está totalmente

deslocada.

A noção de produto e sua quantificação, tão destacada para os órgãos de avaliação do ensino superior, compromete nossa necessidade de pensar o tempo da aula como tempo de exercício, de ensaio, de troca, sem finalidade produtiva imediata. A aula precisa ser tempo improdutivo. Faz parte de sua natureza, aliás.

Aqui, o advento da inteligência artificial ganha importância, porque destaca por contraste o tempo qualitativamente distinto das interações humanas, e das soluções a que somos capazes de chegar, a seu devido tempo, de maneira colaborativa, segundo métodos que a inteligência artificial desconhece.

O estudante universitário que entra no ensino superior hoje tem muitas dúvidas quanto à pertinência, num futuro próximo, dos conhecimentos que adquire e dos conteúdos que absorve, e ele tem razão. Cada vez mais, a experiência universitária se justifica em sua capacidade de fazer com que os estudantes aprendam a aprender, a trabalhar coletivamente, a se relacionar, enquanto vivenciam também situações de cooperação ou conflito que fazem parte de seu processo formativo.

Isso toma tempo. Um tempo que precisa ser pensado também nos projetos pedagógicos e reformas de currículos, vitimados pelo acréscimo cumulativo de componentes disciplinares e por diretrizes que deixam muito pouco espaço (e tempo) para que se possa respirar.

Os agentes envolvidos devem considerar que, cada vez mais, a definição prévia dos conteúdos ministrados no espaço de quatro ou cinco anos importa menos do que a prática docente efetiva e cuidadosa, a relação direta com os estudantes em sala de aula, a criatividade nos modos de ensino e de convívio. Mas não é nesse sentido que universidade costuma pensar a si mesma, e sim em termos do volume e do nível de conhecimentos que é capaz de proporcionar.

Com medo de se tornarem obsoletos, os professores podem estar dobrando a aposta em uma batalha que estão condenados a perder. Presumimos que nossos currículos precisam estar sempre atualizados, o que implica mais leituras, mais artigos, mais matérias; tudo isso carrega consigo a sensação de que temos cada vez menos tempo.

Por outro lado, o próprio ato de organizar uma aula, um programa, ou um curso, é uma arte à qual não nos dedicamos com o devido cuidado. Não se trata de diminuir o nível de exigência do ensino superior com seus estudantes. Temos que buscar novos padrões de excelência no que se refere à experiência do tempo na universidade.

### 3.

Em um famoso relato chamado *O Zen e a Arte da Arquearia*, de 1953, o acadêmico alemão Eugen Herrigel relata como, quando estava lecionando como professor visitante em uma universidade japonesa, foi convidado a participar de aulas sobre alguma das práticas tradicionais da cultura local, tais como a esgrima, a cerimônia do chá e o arranjo de flores.

Ele acaba se decidindo pela matéria que se transformou no tema do livro, mas supõe-se que todas as demais teriam uma natureza semelhante, ao exigir a concentração em detalhes técnicos de uma arte ou de um esporte. É difícil imaginar o mesmo acontecendo em nossas universidades e para nossos estudantes, considerando nossos currículos abarrotados demais para permitir esse tipo de atividade paralela, e o discurso pervasivo de que ainda assim os programas curriculares são deficientes e defasados.

Mas algo semelhante precisa e pode acontecer. Nas humanidades, precisamos de mais oficinas e mais disciplinas práticas, com previsão de um tempo dilatado para sua execução, permitindo não apenas o desenvolvimento de certas habilidades, como também a experimentação de outras temporalidades em seu percurso.

Em todas as áreas, precisamos abrir espaço para o diálogo (e inclusive para o jogo) em nossas aulas, mesmo que seja às custas das exposições teóricas e de novos conteúdos programáticos, porque nossos estudantes hoje precisam mais de

# a terra é redonda

interação do que informação, e é aí que reside, para muitos, a verdadeira motivação de cursar uma universidade presencial.

Acima de tudo, é necessário que o ensino presencial se justifique exatamente por aquilo que o caracteriza: a presença. Se, na modalidade à distância, existe um ganho quantitativo de tempo, nesse caso precisa haver um ganho de tempo de qualidade, o que só se torna possível quando não estamos condicionados à sensação permanente de atraso e insuficiência.

Reclamar da falta de tempo para concluir um programa ou atender a critérios de produtividade se tornou hoje parte da etiqueta acadêmica. É cada vez mais raro, e necessário, o docente capaz de dizer: temos tempo.

Precisamos desse docente para aproveitar, da melhor forma possível, algo que está em disputa na sociedade contemporânea: a atenção dos jovens, a atenção dos estudantes. Foi-se a época em que essa atenção estava garantida ao professor pela própria natureza de seu ofício, o que não implica que ele precise entrar na briga pelas migalhas dos vídeos de curta duração.

São justamente as durações mais longas, as atividades mais meticulosas e os hábitos da conversa e do colóquio que devem ser recuperados, pelos métodos certos, que são também aqueles que fazem bem à saúde mental dos estudantes. E permitem que eles conversem com um colega, ao sair de uma aula, talvez até um pouco descansados, após duas ou três horas de dedicação intensa ao trabalho de estar ali, naquele momento.

*\*Gustavo Naves Franco é professor do Departamento de Letras e Pró-Reitor de Assuntos Estudantis e da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO).*

---

**A Terra é Redonda existe graças aos nossos leitores e apoiadores.**

**Ajude-nos a manter esta ideia.**

**CONTRIBUA**