



ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS: UM ESTUDO COM ALUNOS DO CURSO DE PEDAGOGIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE

Danielle Santos Menezes¹
Paloma Rocha Santos²
Maria José Dantas³

RESUMO

Este artigo apresenta o resultado de pesquisa realizada durante a disciplina Seminários de Estudos, do curso de Pedagogia da Universidade Federal de Sergipe (UFS), ministrada pela professora Dra Maria José Dantas. O trabalho teve como objetivo investigar aspectos ligados ao processo de ansiedade entre discentes do curso de Pedagogia da UFS. No embasamento teórico, apresentamos a definição de ansiedade e as discussões que envolvem essa temática segundo alguns estudiosos, a exemplo de Serra (1980) e Guimarães (2014). Para coleta de dados foi utilizado um questionário com perguntas sobre a temática, evidenciando situações presentes no cotidiano universitário. A amostra foi composta por 50 alunos com idade entre 18 e 38 anos, matriculados nos turnos vespertino e noturno, cursando do 2º ao 8º período. Os resultados foram representados por meio de gráficos e permitem concluir que grande parte dos alunos matriculados no Curso de Pedagogia apresenta grau elevado de ansiedade. E ainda que, esse nível demasiadamente elevado, atrapalha o desempenho acadêmico. Perante tal constatação, percebe-se a necessidade de um olhar atento sobre essa realidade, buscando viabilizar apoio psicológico aos discentes.

Palavras-chave: Ansiedade entre discentes. Apoio psicológico. Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Sergipe.

INTRODUÇÃO

A presente pesquisa aborda a questão do alto nível de ansiedade em universitários: um estudo com alunos do curso de Pedagogia da Universidade Federal de Sergipe. De acordo com Serra (1980), a ansiedade, “constitui um conjunto complexo de emoções, formado pela emoção dominante do medo, à qual se associam outras, entre as quais a culpabilidade, a amargura, a vergonha e o interesse-excitação.” (SERRA, 1980, p. 93).

¹ Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Sergipe. dan.menezes5555@gmail.com

² Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Sergipe. palomarocha@hotmail.com

³ Doutora em Educação; Professora Adjunta do Departamento de Educação da Universidade Federal de Sergipe. Membro da Sociedade Brasileira de História da Educação; Integrante do Grupo de Estudos e Pesquisas em História da Educação: memórias, sujeitos, saberes e práticas educativas. mariajosedantas@yahoo.com.br



Segundo a Rede de Atenção Psicossocial de Santa Catarina (2015) o “[...] nervosismo persistente, tremores, tensão muscular, transpiração, sensação de vazio na cabeça, palpitações, tonturas e desconforto epigástrico” (RAPS, 2015, p.2), são sintomas de ansiedade.

Muitos desses sintomas são sentidos por estudantes no decorrer do período acadêmico, principalmente quando são expostos a situações de estresse, a exemplo, dias de avaliação, apresentação de seminários, debates, orientações pedagógicas, aulas práticas de estágio, entre outros.

Para Rees (1973), “[...] a ansiedade é um fenômeno humano normal que só precisa ser tomado como patológico quando interfere com o bem estar geral e a atividade.” (REES 1973 *apud* GUIMARÃES 2014). Podemos citar como exemplo a apresentação de um seminário. Para algumas pessoas o fato de falar em público se torna gatilho para a ansiedade, entretanto, isto pode ser considerado normal, se o aluno conseguir lidar com as sensações, e patológico por exemplo, quando este, em um momento intenso de ansiedade, desiste de apresentar um trabalho em sala de aula.

Corroborando com essa perspectiva, Karino (2010) pontua sobre a ansiedade, onde esta “[...] tem sido reconhecida como uma resposta habitual do ser humano ao seu meio; ela estimula o organismo a tomar medidas necessárias para impedir uma ameaça ou reduzir suas consequências.” (KARINO, 2010, p.10). Ainda de acordo com a autora “a ansiedade patológica pode interferir no aprendizado, pois pode haver diminuição na concentração, redução da memória e prejuízo na capacidade de associação.” (KARINO, 2010, p.12).

Levando em conta várias inquietações e questionamentos, bem como tendo observado situações que demandam alto nível de estresse e ansiedade no espaço da universidade, este estudo busca aprofundar e investigar aspectos ligados a esse transtorno, de modo particular no que diz respeito aos discentes do curso de Pedagogia da UFS.

Neste sentido, a finalidade deste trabalho é trazer à tona a importância da discussão sobre a temática no ambiente acadêmico, como também evidenciar através dos resultados advindos da investigação, como a ansiedade se faz presente em universitários do curso de Pedagogia matriculados na referida universidade. É importante levar em consideração que o número de pessoas que estão adoecendo e que são consideradas ansiosas só cresce⁴. Infelizmente muitos desses indivíduos evoluem para quadros depressivos graves.

METODOLOGIA

⁴ De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil é o país mais ansioso do mundo. Disponível em: jornal.usp.br/p=254592



O presente estudo analisou o fenômeno ansiedade entre os estudantes do curso de Pedagogia de uma Universidade Pública Federal, localizada em Sergipe. Trata-se, portanto de um estudo de caso, de caráter qualitativo, com apresentação de dados quantitativos. É uma pesquisa do tipo descritiva realizada em uma instituição de ensino superior.

A investigação foi realizada na Universidade Federal de Sergipe, campus São Cristóvão, com alunos matriculados no curso de licenciatura em Pedagogia. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário, composto por oito perguntas, devidamente elaboradas pelas pesquisadoras. As questões enfatizam fatos do dia-a-dia acadêmico e que por vezes se tornam gatilho para evidenciar comportamentos de ansiedade.

O questionário (apresentado em anexo) foi aplicado em janeiro de 2020 a 50 estudantes com idade entre 18 e 38 anos, que estão cursando entre o 2º e 8º período. Como na referida universidade o Curso de Pedagogia é ofertado no período vespertino e também noturno, as pesquisadoras buscaram conversar com alunos dos dois turnos.

Os discentes que responderam ao questionário foram abordados pelas pesquisadoras nos variados espaços da universidade. A estes, era explicado de que se tratava a pesquisa, e os estudantes que sinalizavam positivo no consentimento a participar do estudo, respondiam sozinhos ao questionário.

Os questionários foram analisados individualmente e as informações coletadas estão representadas nos gráficos a seguir.

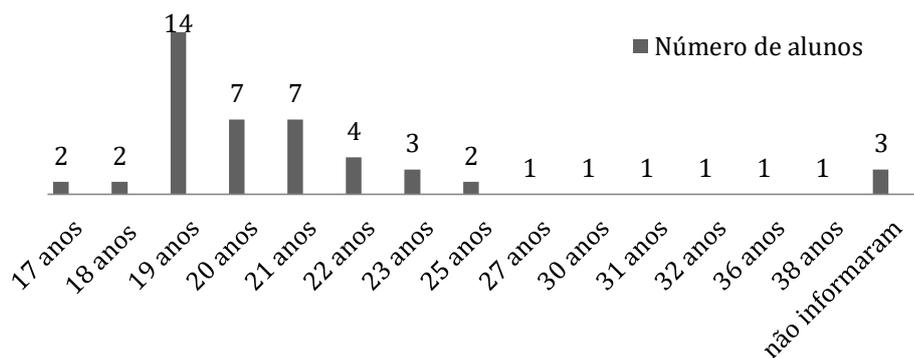
RESULTADOS E DISCUSSÃO

Buscando discutir sobre aspectos ligados à ansiedade em discentes matriculados no curso de Pedagogia da UFS, utilizamos como amostra 50 graduandos. Inicialmente os alunos que participaram da pesquisa deveriam registrar a idade e em qual período estavam matriculados.

Assim, no que diz respeito à qual faixa etária os alunos que participaram do estudo fazem parte, de acordo com o gráfico 1 apresentado a seguir, a maior amostra se deu com alunos de 19 anos (correspondendo a 14 pessoas), seguido de 20 e 21 anos com 7 alunos respectivamente. Tivemos também 3 discentes que não informaram a idade.



Gráfico 1- Número de alunos por faixa etária



Fonte: Elaborado pelas autoras, 2020.

Os alunos que participaram desse estudo estavam cursando entre o 2º e 8º período. O seguimento que continha o maior número das amostras foi o 4º período (24 graduandos), seguido de 2º período (9 graduandos), 3º período (6 graduandos), e 6º período com (4 graduandos). Os períodos que tiveram o menor número de amostras foram o 5º, 7º e 8º período, com 1 aluno cada. Cabe ressaltar que 4 dos alunos que responderam ao questionário, não informaram em qual período da graduação estavam.

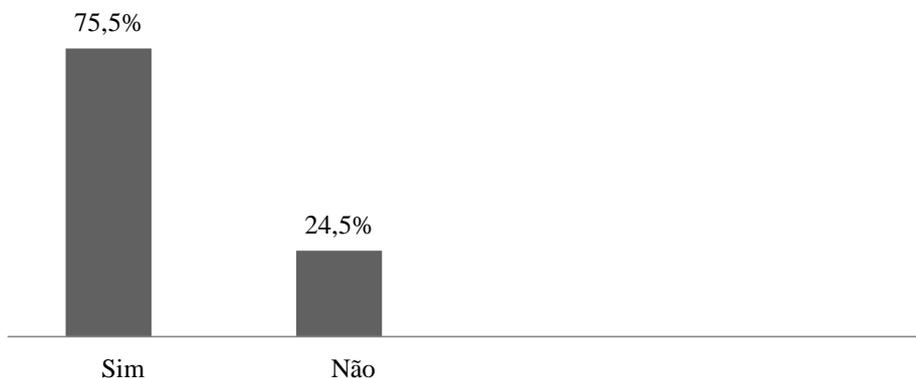
A respeito da primeira pergunta do questionário “Você se considera uma pessoa ansiosa?”, 82% dos alunos responderam que “sim”, se consideram pessoas ansiosas, e apenas 18% responderam a opção “não”.

Levando em consideração alguns sintomas como medo, tontura, transpiração excessiva, dentre outros que o indivíduo sente ao estar diante de uma situação que o deixe ansioso, a pergunta de número dois foi “Quais desses sintomas você sente com frequência?”. Esta obteve como sintoma mais assinalado o medo, apontado 33 vezes, seguido de agonia com 27 marcações e ritmo cardíaco acelerado com 23. Cabe ressaltar que nessa questão os participantes tinham a opção de assinalar mais de uma alternativa.

A terceira questão teve por objetivo verificar se os alunos participantes da pesquisa sentem-se atingidos ou afetados por níveis de ansiedade em seu desenvolvimento e desempenho acadêmico, e se eles entendem isso como uma problemática. A partir dos dados coletados, notou-se que existe um alto índice de graduandos que se considera ansioso. Dessa forma, percebe-se que o ambiente acadêmico pode torna-se um gatilho, uma vez que, de acordo com os envolvidos 75,5% destes responderam que a ansiedade atrapalha o desempenho acadêmico. E, 24,5% responderam que “não”.



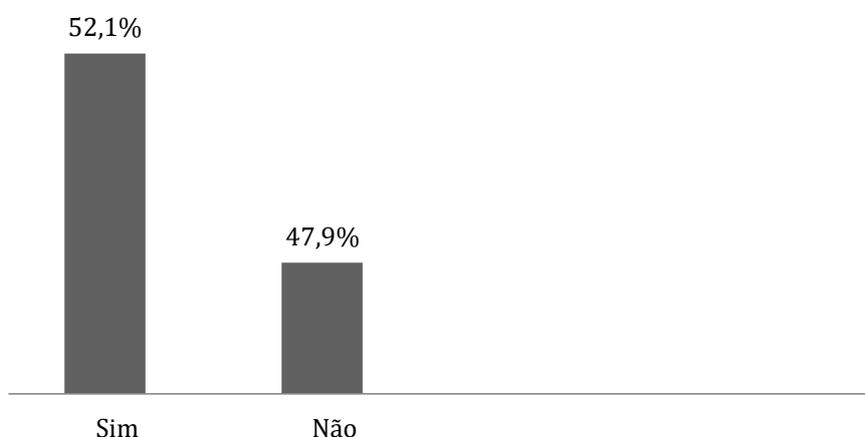
Gráfico 2- Sobre a ansiedade influenciar no desempenho



Fonte: Elaborado pelas autoras.

A quarta questão buscou examinar se os graduandos já faltaram aula por conta da ansiedade. Segundo os dados coletados 52,1% responderam ter faltado aula por conta da ansiedade e 47,9% responderam que “não”. Mostrando assim, que a ansiedade atrapalha no desempenho acadêmico, pois, de acordo com os dados, a maioria dos alunos pesquisados deixa de ir à aula por conta dos sintomas acarretados pela ansiedade.

Gráfico 3- Você já faltou aula por conta da ansiedade?



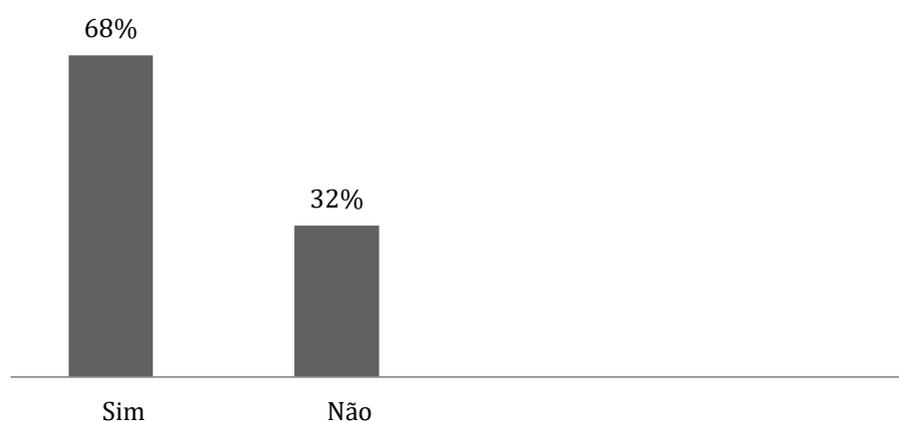
Fonte: Elaborado pelas autoras.

A questão cinco teve como pergunta “Alguma atividade acadêmica já te deixou ansioso(a)?” Apenas 3,1 % dos alunos participantes mencionaram não ficar ansiosos frente a atividades acadêmicas. Entretanto uma parcela significativa, 97,9% destacou que “sim”, se

sentem ansiosos. Dos alunos que assinalaram a resposta “sim”, as atividades que mais foram mencionadas foram apresentações de seminários, provas e discussão oral.

Segundo Chabot (2010) “nossas emoções são possantes “motores” que “mexem conosco, nos movimentam de um modo sensível, tanto interiormente quanto exteriormente.” (CHABOT, 2010, p.49). Assim, ao analisar a sexta pergunta: “Alguma disciplina/professor te deixa ansioso?”, verifica-se que 68% dos alunos participantes relataram que professores/disciplinas causam ansiedade e apenas 32% assinalaram que “não”. Mostrando assim que algumas disciplinas, como também alguns professores, despertam sensações que são gatilho para os sintomas ligados a ansiedade.

Gráfico 4- Sobre alguma disciplina ou professor despertar ansiedade



Fonte: Elaborado pelas autoras.

A penúltima pergunta (7º) tem duas interrogações; a primeira é mais objetiva “Provas e apresentações te deixam ansioso(a)?”, 94% daqueles que responderam declaram que sim; e 6% responderam que “não”. A segunda pergunta é se “Isso atrapalha seu desempenho?”, onde dos 50 alunos participantes, 37 assinalaram que “sim”, a ansiedade atrapalha o desempenho acadêmico, e apenas 12 assinalaram que “não”. Nesta questão uma pessoa não respondeu.

A oitava questão está direcionada às relações de conflito em grupo, e como esses conflitos podem ser geradores de ansiedade. Ao analisar esse item percebe-se que apenas 48% responderam que “sim” se sentem ansiosos em discussões que geram conflitos por conta de algum trabalho. E, 26% responderam que “não”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS



Esse estudo teve por objetivo analisar aspectos ligados a ansiedade em alunos da Universidade Federal de Sergipe, campus São Cristóvão, matriculados no curso de Pedagogia. A iniciativa do artigo surgiu durante a disciplina Seminários de Estudos, ministrada pela professora Maria Dantas, a quem agradecemos por nos despertar o interesse em discutir sobre essa temática tão relevante, bem como nos dar auxílio no desenvolvimento da pesquisa e produção deste artigo.

Por meio dessa disciplina fomos instigadas a adentrar no campo da pesquisa e foi possível discutir sobre diversas temáticas de relevância social, dentre elas a participação na palestra sobre “Depressão e Suicídio” ministrada pelo Psicólogo Custódio Dória. Foi importante voltar o olhar para essas questões do cotidiano e pudemos compreender o quão necessária se faz essa discussão.

Através dos dados obtidos por meio da presente pesquisa, foi possível verificar que os alunos envolvidos na amostra, demonstram sim apresentar sintomas ligados a um nível alto de ansiedade, onde os que mais se fazem presentes são medo, agonia e ritmo cardíaco acelerado. Cabe destacar também que uma parcela significativa dos alunos evidenciou que alguns professores e disciplinas muitas vezes são gatilhos que desencadeiam ansiedade.

Levando em consideração todos os aspectos evidenciados com esse estudo, pretendemos dirigir esses resultados ao Departamento de Educação da Universidade Federal de Sergipe. Compreendendo que esta pesquisa pode ser utilizada como ferramenta que possibilite não só a abertura da discussão sobre a temática ansiedade na graduação, mais especificamente no curso de Pedagogia, como também evidenciar o quão importante e necessário é que os alunos tenham apoio psicológico, em vista da melhoria de sua saúde mental e bem estar.

REFERÊNCIAS

ALEGRE, Lauro. **Brasil é o país mais ansioso do mundo**. Jornal da USP, 2019. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/brasil-e-o-pais-mais-ansioso-do-mundo/>. Acesso em: 07 set. 2020.

CHABOT, Daniel; CHABOT, Michel. **Pedagogia Emocional: sentir para aprender**. Sá Editora, 2008.



GUIMARÃES, Michelle Firmino. Depressão, ansiedade estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada. **Dissertação (Mestrado em Psicologia)** – Programa de Mestrado em Psicologia da Saúde, da Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo, 2014. Disponível em:

<http://tede.metodista.br/jspui/bitstream/tede/1348/1/MGuimaraes.pdf>. Acesso em 07 set. 2020.

KARINO, Camila Akemi. Avaliação do efeito da ansiedade no desempenho em provas.

Dissertação (Mestrado em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações Instituto de Psicologia) - Universidade de Brasília, Brasília, 2010. Disponível em:

https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/6961/1/2010_CamilaAkemiKarino.pdf. Acesso em: 07 set. 2020.

RAPS. **Transtorno de Ansiedade Generalizada:** Protocolo Clínico. Rede de Atenção Psicossocial, Sistema Único de Saúde, Santa Catarina, 2015. Disponível em:

<https://www.saude.sc.gov.br/index.php/documentos/atencao-basica/saude-mental/protocolos-da-raps/9217-ansiedade-generalizada/fil>. Acesso em 07 set. 2020.

SERRA, Adriano S.Vaz. O que é ansiedade? **Revista Psiquiatria Clínica**, vol. 1, n.2, p. 93-104, 1980. Disponível em: [http://rihuc.huc.min-](http://rihuc.huc.min-saude.pt/bitstream/10400.4/191/1/O%20que%20%C3%A9%20a%20ansiedade%5B1%5D.pdf)

[saude.pt/bitstream/10400.4/191/1/O%20que%20%C3%A9%20a%20ansiedade%5B1%5D.pdf](http://rihuc.huc.min-saude.pt/bitstream/10400.4/191/1/O%20que%20%C3%A9%20a%20ansiedade%5B1%5D.pdf)

. Acesso em 07 set. 2020.

Apêndice

QUESTIONÁRIO

Questionário elaborado na disciplina Seminários de estudos II (2019.2 - T01), ofertada pelo Departamento de Educação da Universidade Federal de Sergipe ministrada pela Prof.^a Dr.^a Maria José Dantas. O questionário tem como objetivo auxiliar para elaboração do artigo na disciplina que a mesma ministra.

IDADE: **PERÍODO:**

1º VOCÊ SE CONSIDERA UMA PESSOA ANSIOSA?

() SIM; () NÃO.

2º QUAIS DESSES SINTOMAS VOCÊ SENTE COM FREQUÊNCIA?

() MEDO; () TRANSPIRAÇÃO EXCESSIVA; () TONTURAS;
() RITMO CARDÍACO ACELERADO; () AGONIA; () ALUCINAÇÕES;
() MAU HUMOR.

3º A ANSIEDADE INFLUENCIA NO SEU DESEMPENHO ACADÊMICO?

() SIM; () NÃO.

4º JÁ FALTOU AULA POR CONTA DA ANSIEDADE?

() SIM; () NÃO.

5º ALGUMA ATIVIDADE ACADÊMICA JÁ TE DEIXOU ANSIOSO(A)?

() SIM; () NÃO.

SE SIM, QUAL DESSAS?

() SEMINÁRIOS; () PROVAS; () DISCUSSÃO ORAL; () OUTRAS. CITE _____.

6º ALGUMA DISCIPLINA/PROFESSOR TE DEIXA ANSIOSO(A)?

() SIM; () NÃO.

7º PROVAS E APRESENTAÇÕES TE DEIXA ANSIOSO(A)?

() SIM; () NÃO.

SE SIM, ISSO ATRAPALHA SEU DESEMPENHO?

() SIM; () NÃO.

8º DISCUSSÃO DE TRABALHOS EM GRUPO, QUE POR VEZES ACARRETAM EM CONFLITOS TE DEIXA ANSIOSO(A)?

() SIM; () NÃO.