

**“Foi difícil passar por essa”: Vivências de estudantes de Psicologia na pandemia**

“Fue difícil superar esto”: Experiencias de estudiantes de Psicología en la pandemia

“Was difficult getting through this”: Experiences of Psychology students in the pandemic

**Kamila Nunes Pires***Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), São Leopoldo - RS/Brasil***ORCID:** 0000-0002-9713-2821**E-mail:** kmilanp@gmail.com**Janine Kieling Monteiro***Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), São Leopoldo - RS/Brasil***ORCID:** 0000-0003-2577-1322**E-mail:** janinekm1967@gmail.com**Vanessa Ruffatto Gregoviski***Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), São Leopoldo - RS/Brasil***ORCID:** 0000-0003-2404-8714**E-mail:** vanessaruffattog@gmail.com**Resumo**

O estudante universitário se dedica a inúmeras atividades para a produção de conhecimento e, durante o período pandêmico, novos arranjos foram impostos no ensino que podem influenciar em sua saúde mental. Objetivou-se compreender as vivências de prazer e sofrimento, durante a pandemia da Covid-19, em estudantes concluintes do curso de Psicologia de uma Universidade privada do sul do Brasil, assim como os impactos causados na saúde, através de um estudo descritivo e qualitativo. Participaram dez estudantes de Psicologia no "final de curso" de uma Universidade privada. Foram aplicados um questionário sociodemográfico, laboral e de saúde, e uma entrevista semiestruturada. Os dados, tratados através de análise de conteúdo, identificaram como vivências de prazer: aquisição de conhecimentos, relação com colegas e professores e possibilidade de estudar de casa. Sobre as vivências de sofrimento, percebeu-se sobrecarga de atividades, necessidade de adaptação ao ensino remoto, solidão, falta de empatia dos professores e medo pelo fim do curso. Como impactos na saúde foram observados danos físicos, psicológicos e sociais. Diante do exposto, sugere-se o fortalecimento de espaços de escuta aos estudantes de Psicologia e a sensibilização de professores e coordenação do curso a respeito da promoção da saúde mental dos estudantes.

**Palavras-chaves:** Estudante universitário; Psicodinâmica do Trabalho; Covid-19; Saúde mental; Vivências de sofrimento.

**Resumen**

El estudiante universitario se dedica a numerosas actividades para la producción de conocimiento y, durante el período de la pandemia, se impusieron nuevos arreglos en la enseñanza que pueden influir en su salud mental. El objetivo fue comprender las experiencias de placer y sufrimiento, durante la pandemia de la Covid-19, en estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad privada del sur de Brasil, así como los impactos causados en la salud, con un estudio descriptivo y cualitativo. Diez estudiantes de Psicología al final del curso en una Universidad privada participaron. Se aplicaron un cuestionario sociodemográfico, laboral y de salud, y una entrevista semiestruturada. Los datos,

tratados a través del análisis de contenido, identificaron como experiencias de placer: adquisición de conocimientos, relación con compañeros y docentes, y la posibilidad de estudiar desde casa. Sobre las experiencias de sufrimiento, se notó sobrecarga de actividades, necesidad de adaptación a la enseñanza a distancia, soledad, falta de empatía de los docentes y miedo por el final del curso. Como impactos en la salud se observaron daños físicos, psicológicos y sociales. Se sugiere fortalecer los espacios de escucha a los estudiantes de Psicología y sensibilizar a los profesores y coordinación de cursos a respecto de la promoción de la salud mental de los estudiantes.

**Palabras clave:** Estudiante universitario; Psicodinámica del Trabajo; Covid-19; Salud mental; Experiencias de sufrimiento.

#### **Abstract**

University student is dedicated to numerous activities for the production of knowledge and, during the pandemic period, new arrangements were imposed in teaching that can influence their mental health. This article aimed to understand the experiences of pleasure and suffering, during the Covid-19 pandemic, in students completing the Psychology course at a private University in southern Brazil, as well as the impacts caused on health, through a descriptive and qualitative study. Ten Psychology students in the final part of the course at a private University participated. A sociodemographic, work and health questionnaire, and a semi-structured interview

were applied. The data, treated through content analysis, identified as experiences of pleasure: acquisition of knowledge, relationship with colleagues and teachers, and the possibility of studying from home. About the experiences of suffering, there was an overload of activities, need to adapt to remote teaching, loneliness, lack of empathy from teachers and fear for the end of the course. As impacts on health, physical, psychological and social damage was observed. In view of the above, it is suggested to strengthen spaces for listening to Psychology students and to raise awareness among professors and course coordination regarding the promotion of students' mental health.

**Keywords:** University student; Work Psychodynamics; Covid-19; Mental health; Experiences of suffering.

## **Introdução**

A saúde mental dos acadêmicos é um assunto emergente e notoriamente discutido, destacando-se a fragilidade a qual estão expostos que, cada vez mais, ganha visibilidade midiática e em pesquisas científicas. A inserção no ensino superior requer uma série de adaptações dos estudantes, como, por exemplo, mudança de residência, alterações na rotina, afastamento da família de origem, inserção em estágios profissionalizantes e atividades extracurriculares, demandas laborais e pessoais, e a exigência decorrente da formação, sendo que isto poderá levar a uma sobrecarga e sofrimento. Sinaliza-se que é um público em que os sintomas de ansiedade, pânico, depressão, fobia, oscilações de humor, e sentimento de insegurança e perda, destacam-se. Coloca-se, ainda, que é importante que, para melhor análise desse cenário, considerem-se aspectos individuais e da história de vida, expectativas frente à formação, esforços e envolvimento com a comunidade acadêmica (Andrade & Pires, 2020; Anversa, Santos, Silva, & Fedosse, 2018; Ariño & Bardagi, 2018; Bresolin et al., 2020; Gundim et al., 2021; Malajovich, Vilanova, Frederico, Cavalcanti, & Velasco, 2017; Oliveira, Macedo, & Souza, 2020; Penha, Oliveira & Mendes, 2020; Roso, 2018).

De acordo com Silva (2014), acadêmicos com bolsas de estudos ou

financiamento estudantil geralmente iniciam sua vida laboral no ensino médio e sua inserção no ensino superior acarreta preocupações financeiras durante todo o percurso acadêmico, muitos sendo os primeiros de suas famílias a ingressar na educação superior. Em maioria, enfrentam dificuldades para dar conta dos gastos com o curso, mensalidade, materiais, fotocópias, transporte e alimentação, uma vez que muitos se deslocam direto do trabalho para a universidade. Dessa maneira, as expectativas em concluir o curso superior e receber o diploma são altas e representam, em muitos casos, a possibilidade de um futuro melhor, uma condição profissional com melhor remuneração financeira, reconhecimento social e uma melhor função no mercado de trabalho, logo, é algo que gera uma carga emocional considerável nesses sujeitos (Costa, Marques & Ferreira, 2020).

Não obstante, a pandemia da Covid-19 aumentou os impactos psicossociais e requereu ainda mais ajustes desses estudantes após a continuidade das atividades de forma remota e com o distanciamento social imposto. Frente a estas mudanças, os acadêmicos precisaram se adequar ao novo estilo de aprendizagem, de formato de aulas, de apresentações de trabalhos e de realização de atividades extracurriculares, quase que na totalidade modificadas para o modo remoto (Castioni & Melo, 2020;

Morgado, Souza & Pacheco, 2020; Rondini, Duarte & Pedro, 2020; Sunde, 2021).

O cenário vigente trouxe alerta para as questões de saúde mental, visto a potencialização dos sintomas que já eram experienciados pelos graduandos. Entende-se, ainda, que as repercussões da pandemia se darão por um longo período de tempo. Ademais, somado a isto, o medo de contrair a doença, a angústia, o luto, a insegurança frente ao futuro, o isolamento, e as mudanças diárias em suas atividades laborais e pessoais causam preocupação, sem mencionar agravos socioeconômicos que levam a dificuldades de acesso às aulas ((Brooks et al., 2020; Faro et al., 2020; Furtado & Belém, 2020; Gundim et al., 2021; Gusso et al., 2016; Nabuco, Olivera, & Afonso, 2020; Sunde, 2021).

Ainda, por conta dos inúmeros afazeres desenvolvidos, dedicação à formação, prática de estágios curriculares e produção de conhecimentos, compreende-se que o estudo pode se caracterizar como uma atividade laboral. Por meio dela o acadêmico busca sua inserção na sociedade, sendo necessário questionar como se dão as vivências nesse espaço, a busca pela satisfação e reconhecimento social, o exercício de sua inteligência prática e criatividade, entre outros; de tal modo, foi utilizada a teoria da Psicodinâmica do Trabalho (PdT) para discutir a relação do trabalhador (acadêmico) com seu fazer laboral (estudo), pois se assume que, irremediavelmente, existe influências em aspectos da subjetividade desse sujeito (Bernal, 2010; Dejours, 1992; Dejours, 2004b; Peiró, 1989).

A PdT analisa as dinâmicas interpessoais que se dão no trabalho, interferindo em aspectos psíquicos do sujeito. Busca entender aspectos subjetivos que aparecem a partir das vivências dos indivíduos no contexto de trabalho, assim como as estratégias que estes sujeitos utilizam frente às dificuldades que vão surgindo na Organização do Trabalho (OT) (Dejours, 1992). A OT é o conjunto de fatores, composto pela divisão de tarefas, conteúdo da tarefa, sistema hierárquico,

modalidades de comando, relações de poder e responsabilidade. De acordo com a PdT, a OT exerce ação sob o trabalhador e impacta em seu aparelho psíquico, de modo positivo ou negativo. Quando não há possibilidade de negociação ou modificação das tarefas, o sujeito precisa se adaptar às dificuldades do contexto de trabalho, para diminuir o sofrimento, porém, não promove mudanças na OT, o que pode culminar em sofrimento patogênico (Dejours, 2017). Na perspectiva da PdT, o trabalho pode gerar tanto vivências de prazer como vivências de sofrimento. Assim, pode proporcionar dignidade ou adoecimento aos sujeitos, bem como, promover a subjetivação dos indivíduos, construção da identidade e os processos de saúde e adoecimento mental (Dejours, 2011). A PdT analisa as relações que acontecem entre os trabalhadores e a OT, buscando entender aspectos invisíveis dentro das OTs.

Compreende-se que o trabalho ocupa papel de centralidade na constituição da subjetividade dos trabalhadores, estando para além da mera obtenção de recursos financeiros para provimento de si e seus familiares. Sendo assim, a identidade pessoal e social das pessoas se molda também a partir desse contexto, e o trabalho se torna um balizador para a saúde mental (Dejours, 2017; Dejours, 2011; Dejours 2008; Dejours, 2004a; Mendes, 2007).

Para garantir a compreensão da relação estabelecida entre o trabalho e o trabalhador, a PdT usa da compreensão de vivências de prazer e sofrimento (sendo este inerente a todos os fazeres diante da experiência do fracasso que surge com adversidades encontradas na OT), e das estratégias de mediação usadas para ressignificar e transformar o sofrimento em prazer. No que tange às vivências, aclara-se que elas sempre ocorrem em espaços laborais, pois o trabalhador se defronta com a realidade e todas suas minúcias e contradições (trabalho real), ao invés de normas e prescrições ditas a eles (trabalho prescrito), e isso faz com que haja tensionamento para o uso de sua inteligência prática. Porém, a OT, especialmente quando embasada em lógicas dominadoras e

exploratórias, abre pouco espaço para trocas e construção do trabalhador, gerando sofrimentos que serão enfrentados pelas estratégias que criam diante disso (Bueno & Macedo, 2012; Dejours, 2017; Dejours, 2011; Dejours 2008; Mendes, 2007).

As estratégias, que podem ser de defesa (diminuição do sofrimento sem interferência na causa, o que pode levar ao adoecimento pelo sofrimento patológico) ou enfrentamento (ações individuais e, principalmente, coletivas que buscam a elaboração e transformação do sofrimento laboral), auxiliam o sujeito a manejar o sofrimento ou ressignificá-lo em vivências de prazer, capazes de dignificar os sujeitos. Compreende-se que essa dinâmica, além de aspectos singulares dos trabalhadores, influenciará na identidade social, cooperação entre pares, satisfação laboral, reconhecimento, estruturação e mobilização psíquica, e processos de promoção de saúde (Bueno & Macedo, 2012; Dejours, 2017; Dejours, 2011; Dejours 2008; Mendes, 2007).

Nesse sentido, relata-se preocupação diante do ambiente acadêmico que se encontra atualmente, envolto em situações de esgotamento, criticismo, relacionamentos conflituosos, e danos físicos e psicológicos (Dario & Lourenço, 2018; Moreira, Tibães, Ferraz, Ramos, & Brito, 2019; Sunde, 2021; Tundis & Monteiro, 2018). Preocupa-se diante das demandas dos graduandos, da relação estabelecida com os professores, da competitividade gerada (e estimulada), da sobrecarga e de vivências de desprazer, sinalizando que a cooperação e relacionamento colaborativo com superior (professor) atuam como fatores protetivos à saúde (Costa et al., 2020; Rezende, 2021; Salgado, Aires, & Santos, 2018).

Logo, este estudo se justifica diante da baixa produção acadêmica que coloca isto como um fazer laboral, assim como pelo enxuto número de pesquisas qualitativas sobre saúde mental, trabalho (estudo) e pandemia, sendo a compreensão disto fundamental para se pensar nos impactos na saúde mental de graduandos (Gundim et al., 2021; Lima, Porta, & Silva,

2020; Marques, 2020; Penha et al., 2020). Logo, objetivou-se compreender as vivências de prazer e sofrimento durante a pandemia da Covid-19 em estudantes concluintes do curso de psicologia de uma universidade privada no Sul do Brasil, assim como os impactos causados na saúde.

## **Método**

Trata-se de um estudo qualitativo e descritivo. Nesse delineamento, acredita-se que a realidade dos participantes e suas percepções são importantes à pesquisa, assim, as experiências dos indivíduos vão se manifestando a partir da interação e aproximação com o pesquisador, que buscará compreender e interpretar os resultados apresentados pelos sujeitos (Gibbs, 2009; Sampieri, Collado & Lucio, 2013). Na perspectiva da PdT, a produção de estudos que sustentem a utilização de metodologias que permitam uma escuta e um olhar para a subjetividade de cada participante e a possibilidade de oferecer a livre expressão dos sujeitos são essenciais (Dejours, 2004a).

Os critérios de inclusão utilizados foram: ter mais de 18 anos; ser estudante em nível de graduação e do curso de Psicologia, a partir do oitavo semestre e estar realizando estágio profissional curricular. O contato com os participantes se deu por meio de convite pelo whatsapp e conseguinte, uns participantes foram indicando os próximos. Esse modo de acesso aos participantes se caracteriza como bola de neve, considerando que os sujeitos se colocam voluntariamente como participantes, colaborando com os procedimentos de coleta de dados, e indicando outros possíveis participantes (Freitag, 2018; Sampieri et al., 2013). Os instrumentos utilizados foram um questionário sociodemográfico, laboral e saúde, e uma entrevista semiestruturada com questões norteadoras.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade vinculada às pesquisadoras sob o parecer de número 4.905.037 CAAE: 50295021.0.0000.5344. Os procedimentos éticos compreenderam, para

além do parecer favorável à sua execução, a garantia do sigilo e do anonimato dos participantes, de que em qualquer momento poderiam escolher não prosseguir com a coleta de dados (sendo, portanto, voluntária e não remunerada), de que tinham conhecimento sobre os objetivos da pesquisa bem como de seus riscos, e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Ademais, também se assegura o adequado armazenamento e posterior extermínio de áudios e transcrições.

Em relação aos procedimentos de coleta de dados, após procedimentos éticos, iniciou-se o processo de contato com os participantes. A coleta de dados ocorreu durante a pandemia, entre novembro de 2021 e fevereiro de 2022. A partir do aceite dos participantes, realizaram-se as entrevistas remotamente, as quais foram transcritas para análise.

Por fim, quanto à análise de dados, atribuiu-se um número a cada participante, de um a dez, e seguiu-se a análise de conteúdo proposta por Bardin (2011). Primeiramente foi feita a pré-análise, onde se desenvolveu a leitura flutuante dos dados obtidos com as transcrições, criando maior familiaridade com o conteúdo a ser analisado, em seguida

prosseguiu-se com a exploração dos dados e sua codificação, ou seja, categorizando os conteúdos de acordo com aproximações que ocorriam tendo em vista os objetivos (vivências de prazer e sofrimento, e impactos na saúde) – logo, categorias *a posteriori*, e se finalizou com o tratamento dos dados obtidos, interpretando tais dados (Bardin, 2011).

### Caracterização das participantes

Participaram dez acadêmicas concluintes do curso de Psicologia de uma universidade privada no Sul do Brasil (Quadro 1). Eram mulheres de idades entre 23 e 49 anos, em grande parte solteiras e que residiam com mãe e irmãos. Elas se encontravam em diversas modalidades do estágio obrigatório (início, intermediário e final) e quatro eram bolsistas de iniciação científica.

Todas as participantes faziam ou já fizeram acompanhamento psicológico em algum momento da vida. Duas faziam uso de medicação para sintomas de ansiedade e depressão. Todas relataram realizar alguma atividade de lazer. Quanto a práticas esportivas, quatro mencionaram realizar atividades físicas, três não praticavam nenhuma atividade e três pararam de praticar após o início da pandemia.

Quadro 1  
*Principais características dos participantes*

Participante	Idade (anos)	Semestre	Horas dedicadas ao estágio profissional	Financiamento ou bolsa de estudo	Realiza algum trabalho não relacionado à graduação	Realiza atividade extracurricular ou de pesquisa
P1	23	10º	17 horas	Não possui	Sim	Não
P2	49	10º	12 horas	Pravaler	Não	Não
P3	29	9º	18 horas	PROUNI 100%	Não	Sim
P4	28	10º	20 horas	Pravaler	Não	Não
P5	23	10º	16 horas	Não possui	Sim	Não
P6	23	9º	13 horas	FIES	Não	Sim



<b>P7</b>	23	8º	20 horas	Não possui	Não	Sim
<b>P8</b>	24	8º	20 horas	Não possui	Não	Não
<b>P9</b>	24	9º	12 horas	Não possui	Não	Sim
<b>P10</b>	26	8º	8 horas	PROUNI 100%	Sim	Não

Nota. Quadro elaborado pelos autores

A partir dos dados apresentados, percebe-se que a categorização das participantes corrobora com dados observados em outros estudos já realizados, onde há a prevalência do sexo feminino, de jovens solteiras e com idades até 29 anos. De acordo com dados da Associação Brasileira de Estágios (2020), o perfil de estudantes universitários tem o predomínio do sexo feminino, matriculados no turno noturno e características semelhantes as apresentadas pela população pesquisada neste estudo.

### Resultados e discussão

Os resultados serão apresentados em duas partes: vivências durante a pandemia e impactos na saúde. Quanto às vivências, foram categorizadas em “vivências de prazer” (destacando-se o prazer na obtenção de conhecimento, a relação com colegas e docentes, e o estudo em *home office*) e

“vivências de sofrimento” (sendo elas: a sobrecarga, a adaptação ao ensino remoto, a solidão ao ensino remoto, a falta de empatia de alguns docentes, medo com o término do curso e a perda do sentido do local de trabalho). Já os impactos na saúde tiveram como principais categorias: danos físicos, danos psicológicos e danos sociais.

### Vivências durante a pandemia

Os dados referente às vivências das graduandas de Psicologia durante o período pandêmico, foram agrupados em duas grandes categorias, em consonância com a teoria da PdT, vivências de prazer e de sofrimento (Quadro 2). Destaca-se que as de sofrimento se mostraram mais presentes, e que a relação com docentes se deu de forma ambígua (ora como uma vivência de sofrimento ora como prazerosa).

#### Quadro 2

#### Vivências durante a pandemia

Vivências	
Vivências de Prazer	Prazer em adquirir conhecimento
	Relação positiva com os colegas e professores
	Possibilidade de estudar de casa
	Sobrecarga de atividades
Vivências de Sofrimento	Necessidade de adaptação ao ensino remoto
	Solidão do ensino remoto
	Falta de empatia de professores
	Medo com a proximidade do fim do curso
	Perda do sentido do local de trabalho

Nota. Quadro elaborado pelos autores

### ***Vivências de prazer***

Nesta categoria, destacaram-se como vivências satisfatórias o prazer em adquirir conhecimento, a relação positiva com os colegas e professores, e a possibilidade de estudar de casa. As graduandas falaram sobre a oportunidade e o entusiasmo com as aprendizagens teóricas e práticas. A vivência de prazer ao adquirir conhecimento se deu com a experiência em atividades disponibilizadas no contexto universitário, como o envolvimento com projetos de pesquisas, cursos de extensão e estágios extracurriculares (com possibilidade de auxílio financeiro). Essa vivência foi expressa pelas participantes 3, 6, 7 e 9:

*“Consegui identificar e ver sentido naquela atuação terapêutica que me ensinou muito e trouxe muitos benefícios, principalmente como pessoa. Como o profissional influencia em alguns aspectos e a questão de reconhecimento, como futura psicóloga”.* (P. 8).

A satisfação em aprender e se desacomodar diariamente foi tido como algo importante, na medida em que os conhecimentos adquiridos possibilitaram maior participação em debates e discussões, saindo do senso comum e adquirindo formação profissional adequada. Algumas mencionaram o prazer de colocar em prática os ensinamentos teóricos de toda trajetória acadêmica durante os estágios, pois aí se forma uma identidade profissional. Compreende-se que estas falas ilustram a importância de um trabalho com sentido e do uso de sua inteligência prática em seu fazer, sendo a produção de conhecimentos o que representa isto para elas. Não obstante, a percepção de desenvolvimento da identidade também remete ao descrito na literatura como o porquê de o trabalho estar em um lugar de centralidade na contemporaneidade, haja visto ser constituinte dos sujeitos (Dejours, 2017; Dejours, 2011; Dejours 2008; Dejours, 2004a; Dejours, 2004b).

Ademais, o aprendizado proporciona a troca com amigos e familiares ao discutirem

temas banais a partir de outras perspectivas. As alunas tinham contentamento em suas leituras e em se posicionarem como aprendizes, o que, segundo elas, contribuiu enormemente para a constituição de si enquanto pessoa e futuras psicólogas. O prazer em obter conhecimento e a possibilidade de aprender sobre a futura profissão vai contribuir para a identidade do indivíduo, promoção de saúde e processos de subjetivação, assim, demonstrando-se como um elemento essencial na trajetória acadêmica (Barros & Lancman, 2016; Marques, 2020).

Outra vivência de prazer que emergiu foi o relacionamento com colegas e professores, mesmo diante do distanciamento imposto pela pandemia. Na verdade, muitas colocam que a relação criada é o que proporcionou um acolhimento essencial diante das adversidades que vieram com a Covid-19, sendo que algumas amigas tiveram laços afetivos mais estreitados e outras se iniciaram. Essa vivência se mostrou nas falas das participantes 4, 6, 7 e 9.

*“A pandemia foi o momento que eu mais conversei com o pessoal, colegas da graduação. A gente conversava antes nos corredores, durante as aulas. Mas, foi o momento que teve mais gente pegando junto, a gente teve que fazer grupos, se organizar e passar matérias, pensar juntos nos trabalhos, se reunir à distância e fazer grupo no Teams”.* (P.6).

A relação com os colegas foi trazida como primordial, especialmente em decorrência do distanciamento social. A interação social, as trocas sobre as temáticas da graduação e outros assuntos foram associadas às redes construídas pelas estudantes durante a trajetória acadêmica e o período pandêmico. O relacionamento com os professores também foi percebido como positivo frente às vivências de algumas alunas durante a Covid-19, mencionado como essencial para adaptações ao ensino remoto, inclusive pelas demonstrações de acolhimento que ocorreram durante as aulas e, até mesmo, em diálogos particulares.

*“Teve profe que super abriu espaço e conversou, então tudo era muito voltado para nossas vivências. Então, eu sinto que teve um acolhimento. Teve uma profe que foi quem mais acolheu, mas os outros fizeram alguma coisa, falaram e acho que foram até flexíveis com algumas coisas importantes, acolheram”.* (P. 9).

Os discentes dedicam boa parte de sua rotina às demandas da universidade, dessa forma, as relações construídas no contexto acadêmico vão fazer parte da constituição destes sujeitos. Assim, o trabalho (estudo) vai promover vínculo ao meio social, fazendo com que o acadêmico se sinta pertencente à comunidade - que, neste caso, é a acadêmica (Marques, 2020; Seligmann-Silva, 2011). Desse modo, a cooperação e o reconhecimento (ou apoio) de pares e das chefias ocupa uma posição de suma importância a essas acadêmicas, assinalando o trabalho como um espaço de construção coletiva em que, quando estes elementos se fazem presentes, podem se perceber vivências de prazer (Dejours, 2004b; Dejours, 1992; Mendes, 2007).

Por fim, as discentes P.1, P.2, P.4 e P.6 apontaram que outra vivência prazerosa foi a possibilidade de trabalhar de suas casas, especialmente por conta da organização de tempo e deslocamento que tinham até então. Em um cenário de crise econômica, a diminuição de custos pelo *home office* foi importante para que algumas graduandas se mantivessem no curso. Sem a exigência da presencialidade e os gastos com combustível, transporte e alimentação, tornou-se vantajoso ter aula de casa.

*“Foi bom, eu consegui, primeiro por questões financeiras, né. Não vamos mentir, eu consegui fazer mais disciplinas, consegui descansar mais, porque antes eu acordava às sete para ir para a universidade e agora eu acordo oito e quinze”.* (P.1).

O tempo de deslocamento, o transporte, as dificuldades de locomoção da cidade e os gastos colocados no tempo para chegar até a universidade, são colocados por muitos acadêmicos como “tempo perdido”, pois elas acreditam que seria um tempo mais valioso para a dedicação a demandas outras da graduação, além de recursos financeiros; isto demonstra que o tempo necessário à dedicação ao trabalho/estudo vai muito além daquele prescrito. Desse modo, poder estar em casa e ter aulas remotas foi pontuado como um fator positivo durante a pandemia (Pereira, Selvati, Ramos, Teixeira, & Conceição, 2020).

Mesmo diante de todas as mudanças trazidas com a pandemia, os estudantes universitários conseguiram se reorganizar e ter alguma satisfação em meio a nova modalidade de ensino. A satisfação no meio acadêmico é entendida como um fator de qualidade, já que o estudante está engajado e é algo que reflete em seu bem-estar e sua dedicação pessoal e profissional enquanto acadêmico do ensino superior (Almeida, 2019), além de a satisfação no trabalho ser, sabidamente, outro aspecto que se relaciona com a elaboração do sofrimento em prazer (Dejours, 2004b; Mendes, 2007).

As vivências prazerosas dos graduandos são essenciais para seus envolvimento nas atividades e práticas exigidas pela rotina da graduação e vão impactar diretamente em seu desenvolvimento psicossocial, sucesso e continuidade no curso escolhido ou abandono (Almeida, 2019; Osti, Almeida, Chico, & Oliveira, 2020). O prazer pode ser percebido por meio do reconhecimento de seu trabalho acadêmico e do sentimento de realização frente àquilo que produzem, algo observado quando as acadêmicas falam sobre se sentirem gratificadas em aprender sobre suas futuras profissões, obtendo bom desempenho nas atividades práticas, teóricas e atendimentos realizados nos estágios o que, invariavelmente, refletirá na assistência prestada aos pacientes (Dejours, 2008; Hipólito, Masson, Monteiro, & Gutierrez, 2017).



### **Vivências de sofrimento**

Sobre as vivências de sofrimento, foram apontados os pontos negativos e produtores de sofrimento nas acadêmicas durante a pandemia, destacando-se: a sobrecarga de atividades, a necessidade de adaptação ao ensino remoto, a solidão do ensino remoto, a falta de empatia de professores, o medo com o fim do curso e a perda do sentido do local de trabalho. Vide Quadro 2.

A sobrecarga de atividades foi relatada por todas as participantes nessa pesquisa. Associou-se isto às inúmeras demandas do fim do curso, como robustos relatórios sobre o espaço de estágio, trabalho de conclusão de curso, disciplinas obrigatórias pendentes e atividades práticas próprias do estágio curricular. Ainda, foram apontadas as exigências de leituras e horas na frente do computador, principalmente ligadas ao novo modelo de ensino remoto imposto pela pandemia.

*“Era cansativo, tem dias que a gente tinha reunião, tinha alguma outra coisa de estágio à tarde e, de noite, tinha aula. E todos os dias em link. Semestre passado foi a gota d’água pra mim. Eu tava fazendo seis disciplinas, mais dois estágios, mais a pesquisa. Então, eu tava exausta. Eu passava o dia inteiro clicando de link em link”.* (P.6).

Percebe-se que a imensa demanda e dedicação exigidas pela graduação podem ser desencadeadoras de sofrimento. Algumas graduandas precisam abdicar de atividades pessoais e laborais para dar conta das práticas do curso e da intensa carga de atividades que ocupa tempo e investimento psíquico das alunas.

O ensino remoto exigiu mais dedicação dos acadêmicos, mais horas na frente do computador, autonomia para aprender e organizar tempo dedicado ao curso, atividades práticas, provas e reuniões, exclusivamente na modalidade remota. Essa dedicação acentuada

diante de telas foi apontada como estressante e cansativa pelos estudantes (Osti, Pontes Júnior & Almeida, 2021). Para Dejours (2011), os resultados destes sofrimentos vão ocasionar consequências no corpo, visto que as capacidades psíquicas do indivíduo não conseguem dar conta da sobrecarga e pressões impostas sobre eles.

Além dos aspectos próprios da Universidade, elas lidavam com cobranças internalizadas que se relacionavam à autocobrança e ao perfeccionismo. Algumas sentiam culpa quando não conseguiam fazer todas as leituras solicitadas ou quando não conseguiam acompanhar uma aula de forma satisfatória, o que tinha implicação direta em seu desempenho acadêmico. P3 mencionou não conseguir “*se desligar*” das atividades nem quando está de férias, cobrando-se por não estar lendo ou dedicando o tempo à formação acadêmica:

*“Uma autocobrança e tanto, que nas férias também, sempre que eu tiro férias eu não consigo tirar férias. Porque fica a cabeça nas coisas da faculdade, o que que tem que fazer, e tá tudo perfeito. Eu estudo muito, eu to sempre lendo, eu meio que faço um horário de trabalho, né. Tem a pesquisa e o estágio e eu tenho que ler tudo, que ser super dedicada, ser a melhor aluna, é um sofrimento bem grande”.* (P3).

A autocobrança identificada nas estudantes é repetidamente encontrada em pesquisas com essa população (Cristo, Cavalcante, Medeiros, Lima, & Diogo, 2019; Marques, 2020; Rabelo, Alexandre, Cangirana, Celestino, & Viana, 2020). A angústia e o medo de não dar conta das demandas, obter bons resultados nas avaliações e a cobrança social que os sujeitos sentem, são fatores importantes e que acabam contribuindo para o estresse e, conseqüentemente, para o sofrimento psíquico (Dejours, 2011). Sendo assim, questiona-se de que modo essa dinâmica decorreu ao longo da pandemia.

Nesse sentido, outra vivência anunciada foi a adaptação aos meios virtuais em um cenário de medo e insegurança com o novo Coronavírus. Algumas discentes (P.3, P.4, P.6, P.7, P.8, P.9 e P.10) contaram sobre o cansaço em ficar tantas horas online, a diminuição do aprendizado, a dificuldade em manter a atenção nas aulas e o medo da conexão não dar conta dos aplicativos utilizados para realização das atividades.

*“Acho que nessa questão de adaptação, algumas coisas eu abri mão. Minha atenção não é a mesma, assim o cansaço das tecnologias é uma coisa muito forte. A gente tá sempre na expectativa de voltar e depois já não tem. Mas sete e meia ter que estar na frente do computador, não era algo que fazia sentido e não acho que seja a que dê melhores resultados, enquanto aproveitamento de alunos”.* (P.10).

As mudanças no modo de ensino impactaram a sociedade, os alunos dos mais diversos níveis de ensino precisaram se readaptar aos novos métodos de aprendizagem e a uma nova rotina de estudos, e lidar com as dificuldades e angústias causadas por isto. Frente ao exposto, a incerteza e o sofrimento causados pela repentina mudança e rápida adaptação impactou os estudantes em aspectos psíquicos e sociais (Osti et al., 2021).

A solidão frente ao ensino remoto vivenciada pelas estudantes foi um agravante de sofrimento. Pelas atividades se darem no espaço familiar, muitas perderam o contato com colegas e professores, ainda que com aulas e grupos por aplicativos se manterem. A exaustão das telas piorou em muito esse sentimento de solidão.

*“Acho que o que foi mais difícil foi o ensino remoto, porque eu também sou assim, falante, eu gosto de interação com gente. Começar a conversar com as pessoas através das telas, escrever e mandar as tarefas para os professores só através das telas, das*

*plataformas, não ter mais aquela conversa com o professor, é diferente. Foi triste. Tu tens que dizer ali na frente de todo mundo, ficar com a câmera ligada, falta muito a questão da presencialidade”.* (P. 2).

Apesar dos modos de aprendizagem online conseguirem dar continuidade ao ensino durante a pandemia, não apaziguaram a necessidade do contato social. As acadêmicas mencionaram esse período como de dias tristes, com poucas trocas afetivas ou teóricas (Oliveira & Barros, 2022; Osti et al., 2021). Ainda, relata-se que esse sentimento se deu mesmo estando na presença de outras pessoas, como familiares (Oliveira & Barros, 2022).

As situações conflitivas com professores também foram mencionadas pelas estudantes (P.6, P.7, P.8 e P.10). Relatam atitudes opressoras, com exacerbado destaque a posições hierárquicas que podem levar ao abuso de poder sobre os alunos. Cobranças, inflexibilidade diante das demandas e falta de empatia também foram sinalizadas pelas entrevistadas. O sofrimento diante dessa vivência foi percebido de maneira intensa.

*“Eu tinha a sensação que, para alguns professores na faculdade, era um mundo à parte (...) Parecia que tu estava ali nas aulas e não tava acontecendo tudo que estava acontecendo no mundo. Por falta de sensibilidade de alguns profes, eu tinha essa sensação, que tu tinha que continuar produzindo, tu tinha que continuar igual, lendo igual, fazendo tudo igual, 24 horas por dia, na frente do computador pra dar conta da tua demanda”.* (P. 3).

Percebeu-se com os relatos trazidos a ocorrência de situações humilhantes, constrangedoras e vexatórias nas aulas, o que levou à desmotivação para continuidade do curso e sofrimento. Cristo e colaboradores (2019) destacam que é necessário que os estudantes universitários tenham mais atenção

e visibilidade dentro das Instituições, assim como espaços onde possam expressar suas angústias e dificuldades. Situações difíceis entre professores e alunos se tornam desgastantes na trajetória acadêmica dos graduandos, que se desdobram para dar conta das demandas e exigências impostas pelos professores, muitas vezes não vendo mais sentido no que estão realizando. As altas exigências e falta de olhar sobre os estudantes acaba por ignorar sua saúde, contribuindo para o adoecimento e causando a perda de sentido do trabalho (Dejours, 2011).

As angústias trazidas pelas acadêmicas, frente ao período do curso em que estão, foram fartamente apontadas nos relatos. A carga horária dos estágios finais, as demandas de disciplinas e as dúvidas sobre o futuro profissional, também surgem como situações causadoras de sofrimento, ao sentirem a pressão de estar no fim do curso. Algumas participantes falaram sobre as dúvidas relacionadas ao futuro profissional e a pressão que sentem das próprias colegas, muitas já cursando cursos de pós-graduação ou estudando para outras possibilidades após a formatura.

*“Esse período é muito angustiante e não só pela demanda de coisas pra fazer, mas muito também por tomar uma decisão, “pô e o que que tu vai fazer agora?” (...) o momento que demanda muito e tu ficar pensando no que vai fazer depois. Muito isso né, a cobrança nossa também”.* (P. 9).

O período de finalização de um curso de graduação pode trazer vários sentimentos nos acadêmicos, assim como causar ansiedade, estresse e inúmeras preocupações, já que o discente começa a se deparar com as mudanças para a fase profissional, cobranças da sociedade e as suas próprias cobranças (Figueiredo, 2018). Os níveis de adoecimento em estudantes de graduação em fase final de curso é uma preocupação contemporânea, especialmente pelo estresse associado ao excesso de demandas e de atividades práticas próximas à

conclusão da graduação (Murakami, Pinto, Santos, & Troncon, 2019).

Frente às necessidades causadas pelo isolamento social e a realização das atividades acadêmicas e laborais de casa, as discentes falaram sobre as inúmeras horas que dedicam às atividades, na maioria dos casos usando seus locais de descanso para trabalhar, como suas salas, cozinhas e /ou próprios quartos como local de trabalho. Uma estudante mencionou que o local que ela utiliza para realizar as atividades é o mesmo usado para realizar as refeições, os atendimentos do estágio final e o seu próprio atendimento, percebendo a perda de sentido de sua casa enquanto um local para lazer, descanso e outros.

*“Eu acho que a minha casa foi perdendo o sentido, porque, como não tem o quarto de dormir, eu trabalho no mesmo lugar, no meu quarto, que é a sala com quarto e isso também, dá um desânimo, meio que isso assim, uma perda de sentido. Porque eu trabalho na mesma mesa que eu almoço, na mesma mesa que eu passo o final de semana, na mesma mesa que eu, sei lá, faço as atividades da pesquisa, que eu atendo. Aí, quando eu fazia terapia, que eu tava fazendo online por causa da pandemia quando foi aquele pior momento, daí tu atende os pacientes no mesmo lugar que tu é atendida, na mesma casa, mesmo ambiente, isso foi muito difícil”.* (P. 3).

A mudança das atividades para o *home office* modificou a rotina dos sujeitos para dar conta das demandas laborais e pessoais, o que impactou de diferentes modos suas vidas. Como trazido por todas as participantes, suas casas passaram a ser seus locais de trabalho e, com o passar dos meses durante a pandemia, esses lugares foram perdendo o sentido para elas, visto que já não sabiam reconhecer suas casas como um lugar de descanso e sim onde realizam todas suas atividades diárias, sejam laborais, pessoais ou de lazer. Mesmo sendo o

modo de possibilitar que todos continuassem executando suas atividades laborais, o *home office* acabou impactando a saúde psíquica dos trabalhadores (Randow, Tules, & Oliveira, 2021).

Diante as falas das participantes, percebe-se que se sobressaem as vivências de sofrimento, geradas pelo intenso envolvimento com as demandas e pressões do cotidiano acadêmico, o que pode ser agravado pelas questões individuais e pessoais de cada uma (Anversa et al., 2018; Dejourns, 2011; Oliveira et al., 2020). Assim, evidencia-se a necessidade de se pensar nos impactos disso na saúde das graduandas, assim como pensar em alternativas de cuidado.

### **Impactos na saúde**

Sobre os impactos na saúde, destacaram-se, neste estudo, alguns danos importantes. Eles foram divididos em três subcategorias: danos físicos, danos psicológicos e danos sociais.

Na primeira subcategoria, considerou-se as consequências geradas no corpo das estudantes, os danos físicos frente às vivências acadêmicas durante a pandemia, mencionados por P.3, P.5, P.6 e P.10. Foram eles: dores na coluna, dores de cabeça, insônia e cansaço. As dores na coluna foram associadas ao excesso de tempo na frente do computador, à necessidade de trabalhar intensas horas na mesma posição devido às aulas remotas, às exigências do período final de curso e às atividades de estágio, como atendimentos, supervisões e seminários.

*“Foi bem difícil, eu tenho problema de coluna e daí foi difícil, porque dói muito minha coluna e eu fico muito tempo sentada. E aí, comecei a ficar mais tempo sentada ainda, com a pandemia”.* (P.3).

As estudantes relatam sentir dores de cabeça pelo excesso de telas, por óbvio ampliado no ensino remoto. Ainda, associaram às intensas demandas de leituras e atividades

exigidas pelo período do curso em que estão:

*“No outro semestre eu tinha muita dor de cabeça, muita enxaqueca. Eu acho que era disso assim, do estresse, de produção, de ter que produzir, e ter que estar o tempo todo lendo, o tempo inteiro na frente do computador”.* (P.8).

A insônia se destacou como uma consequência do estresse, da ansiedade, das preocupações com o fim do curso e início da carreira profissional, e das repercussões da Covid-19. Percebeu-se que a insônia contribuiu para o aumento do cansaço, visto que as participantes tiveram menos horas de sono, aliadas à sobrecarga e à intensa rotina de ocupações da graduação.

Observa-se que a imensa demanda acaba causando somatizações, dado que a sobrecarga de demandas e o estresse psíquico provocam o adoecimento do corpo. Ainda, frente a essas consequências, algumas podem acabar fazendo uso de medicações e/ou álcool, agravando os danos existentes (Marques, 2020; Oliveira et al., 2020; Penha et al., 2020).

Na segunda subcategoria foram observados os danos psicológicos, relatados por P.3, P.4, P.5, P.6, P.7, P.8, P.9 e P.10. Tais danos trouxeram sofrimento emocional às acadêmicas, evidenciando-se: ansiedade, crises de pânico, estresse e esgotamento mental. É importante mencionar que das 10 participantes do estudo, sete estavam em acompanhamento psicoterapêutico, três já haviam realizado e uma estava em tratamento psiquiátrico.

A ansiedade foi trazida pela maioria das participantes. Algumas estudantes mencionaram a potencialização da ansiedade a partir da pandemia e relataram ter desenvolvido crises de pânico após isto. De acordo com as participantes, exigências, autocobrança, exageradas horas dedicadas à produção acadêmica, atividades desempenhadas nos locais de estágio profissional e as angústias causadas pela Covid-19 foram associadas a quadros de transtornos ansiosos: *“eu tinha*



*crises de pânico intensas, assim de uma hora passando mal, achando que ia morrer, muito horrível” (P.4).*

O estresse foi relatado pelas participantes de forma acentuada, principalmente quando relacionado ao período de conclusão do curso. Além disso, modificações por conta da Covid-19, preocupações para conciliar demandas pessoais e acadêmicas, e cansaço foram agravantes do estresse, com sintomatologias de esgotamento mental, pensando-se na hipótese de desenvolvimento de Burnout.

*“Esse momento da pandemia, nesse final de curso juntou duas coisas nada agradáveis, então foi muito complicado as aulas EAD, a falta de poder conversar, eu me senti muito isolada. Eu tava muito acostumada a sair, conversar com os colegas, foi bem difícil, estressante”.* (P.9).

Frente aos relatos trazidos pelas estudantes, ficou evidente o impacto dos danos psicológicos nessas graduandas. Isto coaduna com a literatura existente sobre a temática, já que a mesma sinaliza que graduandos demonstraram considerável sintomas psiquiátricos, com intensificação no período pandêmico que trouxe cancelamento de atividades presenciais. Esses aspectos aliados aos decretos de emergência, ao medo de contrair o vírus e morrer ou contaminar entes queridos, a angústia frente a ausência de medicações e leitos e outros, acentuaram sintomas de ansiedade, depressão e estresse (Fogaça, Arossi, & Hirdes, 2021; Maia & Dias 2020). Assim, percebe-se que os resultados dessa pesquisa conseguiram contribuir à lacuna existente sobre vivências de estudantes universitários(as), principalmente com a emergência da pandemia da Covid-19, sinalizando aspectos que necessitam de um olhar mais atento frente à fragilidade desse público (Guimarães, Mesquita, Moraes, & Barbosa, 2020; Leão, Gomes, Ferreira, & Cavalcanti, 2018; Penha et al., 2020).

Na terceira subcategoria os danos

sociais foram analisados. Identificou-se que as acadêmicas acabam transferindo angústias da graduação para familiares, ocasionando situações conflituosas (conflito trabalho-família), e tiveram dificuldade para se relacionar com novas pessoas, reforçando o isolamento e a solidão.

*“Quase deu separação aqui em casa, porque eu ficava muito estressada e é uma coisa minha também, me preocupar muito e ficar pensando naquilo. E, sabe, não estar bem enquanto não resolver! E na universidade tu sempre tem coisas pra fazer, sempre tem coisa atrasada. Então isso me demandava muito e eu acabava muito frustrada e descontentando em casa. E a relação ficava muito difícil, ou tava em casa estudando, ou reclamando que devia estar estudando”.* (P.10).

Além disso, as acadêmicas relataram sobre a dificuldade em se desconectar das atividades acadêmicas durante feriados e finais de semana, atrapalhando o convívio social, afetivo e laboral. Pensa-se que isto pode ter sido algo ainda mais recorrente diante da perda de um espaço laboral (universidade) próprio, pois na pandemia este se fundiu ao espaço familiar e de descanso.

O distanciamento social, das atividades estudantis e laborais, foi um fator negativo que potencializou ainda mais esses danos (sociais) e os psicológicos - visto humor rebaixado, raiva, insônia e irritabilidade (Brooks et al., 2020; Ornell, Schuch, Sordi, & Kesler, 2020). Nesse estudo, relataram dificuldade de manter relacionamentos existentes e de buscar novas redes de suporte social.

*Eu acho que acabei me tornando um pouco introvertida nesses últimos dois anos e então eu acho que eu tô com um pouco mais de dificuldade de me relacionar com as pessoas, eu tenho percebido. E, até gera uma certa ansiedade, de ter um certo contato social e eu acho que é uma das*



*principais coisas. Porque de certa forma os laços sociais foram rompidos”. (P.8).*

A pesquisa elucida como as vivências estão estreitamente relacionadas à saúde mental das pessoas, entendendo que o trabalho (estudo) é um aspecto central do cotidiano dessas graduandas de Psicologia. Percebem-se consequências que requerem atenção para um cuidado integral desses sujeitos em período tão conturbado de suas vidas: concluindo uma formação profissional em um cenário de caos pandêmico.

### **Considerações finais**

Evidenciou-se vivências de prazer e de sofrimento laboral em graduandas de Psicologia em período de conclusão de curso, sendo algumas delas até mesmo ambíguas, como disse P10 *“tem vivências boas e ruins, ao mesmo tempo que é prazeroso, com certeza tem a parte da frustração”*. Ora o graduando se sente satisfeito e privilegiado em aprender e adquirir conhecimento, ora a sobrecarga, cansaço, desgaste causado pela intensa rotina, responsabilidades e inúmeras mudanças trazidas pela Covid-19 acabam contribuindo para o sofrimento e, conseqüentemente, para a possibilidade de adoecimento.

A relação entre as atividades desenvolvidas pelos discentes, o ser estudante e os relacionamentos que aí se formam, quando prazerosa, pode ser um potencializador e motivador para o indivíduo e sua saúde, o que se mostrou como um balizador da saúde mental no estudo. Ainda, por mais que seja necessário se ter um olhar crítico frente a formações remotas para bacharelados na área da saúde, essas estudantes perceberam que, em um contexto de crises e frente à Covid-19, a modalidade remota foi algo majoritariamente satisfatório.

Sobressaíram-se momentos em que a relação estudante-estudo desencadeou vivências de sofrimento frente à sobrecarga de

atividades, às adaptações e à solidão do do ensino remoto, à falta de empatia de professores, à angústia de final de curso e à perda de sentido do local de trabalho. Estas vivências colaboraram para os impactos biopsicossociais nas estudantes, com evidência de sintomas de ansiedade, pânico, estresse e esgotamento mental, dores na coluna, insônia, cansaço e isolamento social, indicando um sofrimento patológico. Ademais, ressalta-se a percepção de impacto em relações que iam para além do trabalho, como a família.

O período pandêmico foi um potencializador de sofrimento e de adoecimento nas estudantes e se entende que é um aspecto que deve ser considerado em pesquisas futuras. Destaca-se que esse é um estudo que ocorreu com um pequeno grupo de graduandas em Psicologia, logo, seus resultados não podem ser generalizados, por mais que possam servir para reflexão qualitativa dessas demandas. Coloca-se como agenda de pesquisa o melhor entendimento qualitativo de como isto se dá em outros contextos de cursos acadêmicos e regiões brasileiras.

Por fim, salienta-se a importância de uma atenção aos estudantes na Universidade, o que requer abertura ao diálogo e acolhimento do sofrimento que emerge na academia, bem como sensibilização e capacitação de professores e coordenadores do curso a respeito da necessidade de uma escuta ampliada da saúde mental do estudante. Os resultados analisados neste estudo corroboram com achados da literatura sobre vivências de universitários, trazendo como novidade o aspecto qualitativo e o olhar em um período pandêmico a estudantes de Psicologia. Ademais, espera-se que a pesquisa tenha contribuído para ampliar o olhar sobre a vulnerabilidade em que se deparam os estudantes universitários, colocando o entendimento da PdT como um caminho de reflexão possível, até mesmo para subsidiar intervenções de cuidado à saúde.

## Referências

- Almeida, L. S. (2019). Ensino Superior: combinando exigência e apoio. In L. S. Almeida (org.), *Estudantes do ensino superior: desafios e possibilidades*. Braga, Portugal: ADIPSIEDUC.
- Andrade, A. M., & Pires, E. U. (2020). Avaliação dos níveis de ansiedade dos estudantes da UFRRJ. *Revista Trabalho En(Cena)*, 5(1), 248-268. doi: 10.20873/25261487V5N1P248
- Anversa, A. C., Santos Filha, V. A. V., Silva, E. B., & Fedosse, E. (2018). Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária. *Cad. Bras. Ter. Ocup.*, 26(3), 626-631. doi: <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1185>
- Ariño, D. O., & Bardagi, M. P. (2018). Relação entre fatores acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. *Psicol. pesq.*, 12(3), 42-52. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1982-12472018000300005&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1982-12472018000300005&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)
- Associação Brasileira de Estágio. (2020). *Dados estagiários estudantes no Brasil*. <http://www.abres.org.br/v01/dados-estagiarios-estudantes-no-brasil/>.
- Bardin, L. (2011). *Análise de Conteúdo*. São Paulo: Edições 70.
- Barros, J. O., & Lancman, S. (2016). A centralidade do trabalho para a construção da saúde. *Rev. Ter. Ocupacional da USP*, 27(2), 228-235. doi: <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v27i2p228-235>
- Bernal, A. O. (2010). *Psicologia do Trabalho em um Mundo Globalizado: como enfrentar o assédio psicológico e o estresse no trabalho*. Artmed.
- Bresolin, J. Z., Dalmolin, G. de L., Vasconcellos, S. J. L., Barlem, E. L. D., Andolhe, R., & Magnago, T S. B. S. (2020). Sintomas depressivos em estudantes universitários da área da saúde. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 28, 1-10. doi: 10.1590/1518-8345.3210.3239
- Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., & Greenberg, N. (2020). The psychological of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, (395), 912-920. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Bueno, M., & Macêdo, K. B. (2012). A Clínica psicodinâmica do trabalho: de Dejours às pesquisas brasileiras. *Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, 2(2), 306-318. Recuperado de <https://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/1010>
- Castioni, R., & Melo, A. A. S. (2020). Universidade do Brasil, da Espanha e da Itália na Pandemia da Covid-19 numa perspectiva comparada. *Rev. Brasileira de Educação Comparada*, 2(1), 1-17. doi: <https://doi.org/10.20396/rbec.v2i.13780>
- Costa, S. D. M., Marques, E. M. I., & Ferreira, A. C. C. (2020). Entre os sentidos do trabalho, prazer e sofrimento: um estudo baseado na perspectiva de jovens trabalhadores-estudantes. *Revista Gestão Organizacional*, 13(1), 64-85. doi: <https://doi.org/10.22277/rgo.v13i1.4802>
- Cristo, F., Cavalcante, I. M. S. U. Medeiros, A. L., Lima, G., & Diogo, W. F. (2019). O ensino superior e suas exigências: consequências na saúde mental dos graduandos. *Rev. Trabalho En(Cena)*, 4(2), 485-505. doi: <https://doi.org/10.20873/2526-1487V4N2P485>
- Dario, V. C., & Lourenço, M. L. (2018). Cultura Organizacional e vivências de prazer e sofrimento no trabalho: um estudo com professores de instituições federais de

- ensino superior. *Revista Organizações em Contexto*, 14(27), 345-395. doi: <https://doi.org/10.15603/1982-8756/roc.v14n27p345-395>
- Dejours, C. (1992). *A loucura do trabalho*. Cortês.
- Dejours, C. (2004a). Da psicologia à psicodinâmica do trabalho. In: Lancman, S., Szelwar, L. I. *Christophe Dejours: da Psicopatologia à Psicodinâmica do Trabalho*. Editora Fiocruz.
- Dejours, C. (2004b). Subjetividade, trabalho e ação. *Revista Produção*, 14(3), 27-34. doi: <https://doi.org/10.1590/S0103-65132004000300004>
- Dejours, C. (2008). Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho. In S. Lancman & L. I. Szelwar (Orgs.), *Christophe Dejours: da psicopatologia à Psicodinâmica do Trabalho*. Paralelo.
- Dejours, C. (2011). *Psicodinâmica do Trabalho: contribuições da escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. Atlas.
- Dejours, C. (2017). Loucura do Trabalho: da análise etiológica: contradições teóricas. In C. Dejours, *Psicodinâmica do Trabalho: casos clínicos* (pp. 19-92). Dublinense.
- Faro, A., Bahiano, M. A., Nakano, T. C., Reis, C., Silva, B. F. P., & Vitti, L. S. (2020). Covid-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia*, (37), 1-14. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>
- Figueiredo, K. C. (2018). *Por trás do medo: refletindo a síndrome de pânico no contexto universitário* (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Rio Grande do Sul, Brasil.
- Freitag, R. M. K. (2018). Amostras sociolinguísticas: probabilísticas ou por conveniência? *Revista de Estudos de Linguagem*, 26(2), 667-686. doi: <http://dx.doi.org/10.17851/2237-2083.26.2.667-686>
- Fogaça, P. C., Arossi, G. A., & Hirdes, A. (2021). Impacto social ocasionado pela pandemia Covid-19 sobre a saúde mental da população em geral: Uma revisão integrativa. *Society and Development*, 10(4), 1-14. doi: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i4.14411>
- Furtado, G. R., & Belém, B. C. (2020). A pandemia de Covid-19 e o ensino remoto no ensino superior. *Anais do Congresso Nacional Universitário, EAD e Software Livre*. Recuperado de <http://www.periodicos.letras.ufmg.br/index.php/ueadsl/article/view/17631>
- Gibbs, G. (2009). *Análise de dados qualitativos*. Artmed.
- Guimarães, C. de C., Mesquita, R. R., Moraes, H. A. B., & Barbosa, M. E. S. (2020). Saúde mental do estudante de psicologia: possíveis implicações para sua atuação profissional. *Rev. Trabalho En(Cena)*, 5(1), 269-284. doi: <https://doi.org/10.20873/2526-1487V5N1P269>
- Gundim, V. A., Encarnação, J. P., Santos, F. C., Santos, J. E., Vasconcellos, E. A., & Souza, R. C. (2021). Saúde Mental de estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19. *Rev. Baiana de Enfermagem*, 35, 1-14. doi: <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>
- Gusso, H. L., Archer, A. B., Luiz, F. T., Sahão, F. T., Luca, G. G., Henklan, M. H. O., Panosso, M. G., Kienen, N., Beltramello, O., Lantyer, A. da S., Varanda, C. C., Souza, F. G., Padovani, R. C., & Viana, M. de B. (2016). Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. *Rev. Bras. de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2), 4-19. <https://www.researchgate.net/publication/3>

- 09385121\_Ansiedade\_e\_Qualidade\_de\_Vida\_e  
entre\_Estudantes\_Universitarios\_Ingressantes\_Avaliacao\_e\_Intervencao
- Hipólito, M. C. V., Masson, V. A., Monteiro, M. I., & Gutierrez, G. L. (2017). Qualidade de vida no trabalho: avaliação de estudos de intervenção. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 70(1), 189-197. doi: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2015-0069>
- Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. de G. (2018). Prevalência e Fatores Associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do nordeste do Brasil. *Rev. Brasileira de Educação Médica*, 42(4), 55-65. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4RB20180092>
- Lima, A. B. A., Porta, L. P., & Silva, V. A. M. (2020). Promovendo a saúde mental de universitários: revisão integrativa. *Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão*. Universidade Federal do Pampa. Recuperado de <https://periodicos.unipampa.edu.br/index.php/SIEPE/article/view/100203>
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da Covid-19. *Estud. Psicologia*, 37, 1-8. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Malajovich, N., Vilanova, A., Frederico, C., Cavalcanti, M. T., & Velasco, L. B. (2017). A juventude universitária na contemporaneidade: a construção de um serviço de atenção em saúde mental para estudantes. *Mental, Barbacena*, 11(21), 356-377. Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-894966>
- Marques, G. da S. (2020). *Saúde e adoecimento mental do estudante universitário no ensino privado* (Dissertação de Mestrado). Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Rio Grande do Sul, Brasil.
- Mendes, A. M. B. (2007). Da psicodinâmica à psicopatologia do trabalho. In A. M. B. Mendes, *Psicodinâmica do trabalho: teoria, método e pesquisa*. Casa do Psicólogo.
- Moreira, D. de A., Tibães, H., B., B., Ferraz, M. L. C., Ramos, F. R. S., & Brito, M. J. M. (2019). Riscos psicossociais e ambiente de trabalho saudável na Pós-Graduação stricto sensu em enfermagem. Atas – Investigação *Qualitativa em Educação*, (1), 248- 257. Recuperado de <https://proceedings.ciaiq.org/index.php/CI AIQ2019/article/view/2083/2017>
- Morgado, J. C., Souza, J., & Pacheco, J. A. (2020). Transformações educativas em tempos de pandemia: do confinamento social ao isolamento curricular. *Praxis Educativa*, (15), 1-10. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=89462860066>
- Murakami, K., Pinto, M. P. P., Santos, J. L. F., & Troncon, L. E. A. (2019). Estresse psicológico em estudantes de cursos de graduação da área da saúde: subsídios para promoção de saúde mental. *Rev. Med São Paulo*, 98(2), 108-113. doi: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v98i2p108-113>
- Nabuco, G., Oliveira, M. H. P. P., & Afonso, M. P. D. (2020). O impacto da pandemia pela Covid-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde. *Rev. Bras. Med. Fam. e Comunidade*, 15(42), 2521-2532. doi: [https://doi.org/10.5712/rbmfc15\(42\)2532](https://doi.org/10.5712/rbmfc15(42)2532)
- Oliveira, R. R. S., & Barros, C. M. D. L. (2022). A vivência de estudantes universitários durante a pandemia do Covid-19. *Rev. Psico-USF*, 1-32.



- Recuperado de <https://tcc.fps.edu.br/bitstream/fpsrepo/1155/1/A%20Viv%C3%A2ncia%20De%20Estudantes%20Universit%C3%A1rios%20Durante%20A%20Pandemia%20Do%20Covid-19.%20-%20Rafaela%20Rocha%20S.%20Oliveira.pdf>
- Oliveira, A. S., Macedo, E. B., & Sousa, I. L. (2020). Sofrimento psíquico entre os discentes do Ensino Superior. *Revista Trabalho En(Cena)*, 5(1), 213-226. doi: 10.20873/25261487V5N1P213
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kesller, F. H. P. (2020). “Pandemic Fear” and Covid-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232-235. doi: <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
- Osti, A., Almeida, L. S., Chico, B. M., & Oliveira, V. (2020). Satisfação acadêmica de estudantes universitários: construção de uma escala de avaliação. *Educação Teoria e Prática*, 30(63), 1-13. doi: <https://doi.org/10.18675/1981-8106.v30.n.63.s14704>
- Osti, A., Pontes Júnior, J. A. F., & Almeida, L. S. (2021). O comprometimento acadêmico no contexto da pandemia da covid-19 em estudantes brasileiros do ensino superior. *Revista Práxis*, 18(3), 275-292. doi: <https://doi.org/10.25112/rpr.v3.2676>
- Peiró, J. M. (1989). Desempleo juvenil y socialización para el trabajo. In J. R. Torregrosa, J. Bergere, J. L. Á Estramiana (Orgs.), *Juventud, trabajo y desempleo. Um análisis psicosociológico*. Ministério de trabajo y Seguridad Social.
- Penha, J. R. L., Oliveira, C. C., & Mendes, A. V. S. (2020). Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. *Journal Health NPEPS*, 5(1), 369-395. Recuperado de <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnp/eps/article/view/3549/3595>
- Pereira, R. M. S., Selvati, F. S., Ramos, K. S., Teixeira, L. G. F., & Conceição, M. V. C. (2020). Vivência de estudantes universitários em tempos de pandemia do Covid-19. *Revista Práxis*, 12(1), 1-10. Recuperado de <https://revistas.unifoa.edu.br/praxis/article/view/3458/2703>
- Rabelo, L. M., Alexandre, K. V., Cangirana, J. F., Celestino, M. S., & Viana, D. B. (2020). Estresse e a sua influência em acadêmicos de enfermagem: uma revisão. *Rev. Liberum Accessum*, 1(1), 1-8. Recuperado de <http://revista.liberumaccesum.com.br/index.php/RLA/article/view/20>
- Randow, G. L. F. V., Tuler, L. C. M., & Oliveira, R. T. S. (2021). Os desdobramentos do home office durante a pandemia: o novo ambiente de trabalho e suas consequências. *Rev. Noite acadêmica-Centro universitário UNIFACIG*, (1), 1-15. Recuperado de <http://www.pensaracademico.facig.edu.br/index.php/noiteacademica/article/view/2688/2014>
- Rezende, C. W. F. (2021). *A saúde mental dos discentes: a relação entre prazer e sofrimento na pós-graduação* (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal do Mato Grosso do Sul. Recuperado de <https://ppgecpan.ufms.br/es/candida-wilma-fonseca-de-rezende-a-saude-mental-dos-discentes-a-relacao-entre-prazer-e-sofrimento-na-pos-graduacao/>
- Rondini, C. A., Duarte, C. dos S., & Pedro, K. M. (2020). Pandemia do Covid-19 e o ensino remoto emergencial: mudanças na práxis docente. *Interfaces Científicas*, 10(1), 41-57. doi: <https://doi.org/10.17564/2316-3828.2020v10n1p41-57>
- Roso, L. (2018). *Alunos de Medicina da UFRGS relatam tentativas de suicídio e*



- casos de assédio moral. Recuperado de <https://gauchazh.clicrbs.com.br/educacao-e-emprego/noticia/2018/08/alunos-de-medicina-da-ufrgs-relatam-tentativas-de-suicidio-e-casosde-assedio-moral-cjkmhwr2g001201qkthvbpdd3.html>.
- Salgado, C. C. R., Aires, R. F. de F., & Santos, F. J. (2018). Dialética do “prazer e sofrimento”: a relação de mestrandos e doutorando com seu trabalho acadêmico. *Contextus Rev. Cont. de Economia e Gestão*, 16(2), 113-145. Recuperado de <https://doi.org/10.19094/contextus.v16i2.1049>
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. P. B. (2013). *Metodologia de pesquisa* (5 ed.). Penso.
- Seligmann-Silva, E. (2011). *Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo*. Cortez.
- Silva, P. P. (2014). *O novo aluno do ensino superior em um contexto neoliberal* (Dissertação de Mestrado). Universidade Estadual de Campinas. Recuperado de [em://repositorio.unicamp.br/bitstream/REP\\_OSIP/253966/1/Silva\\_PriscilaPereira\\_M.pdf](em://repositorio.unicamp.br/bitstream/REP_OSIP/253966/1/Silva_PriscilaPereira_M.pdf)
- Sunde, R. M. (2021). Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários. *PSI UNISC*, 5(2), 33-46. doi: <https://doi.org/10.17058/psiunisc.v5i2.16348>
- Tundis, A. G. O., & Monteiro, J. K. (2018). Ensino Superior e adoecimento docente: um estudo em uma universidade pública. *Revista Psicologia da Educação*, 1(46), 1-10. doi: 10.5935/2175-3520.20180001

---

#### Dados sobre os autores:

- *Kamila Nunes Pires*: Psicóloga Clínica, bacharel em Psicologia pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS, Pós-graduanda em Teoria Psicanalítica e Clínica Psicoterápica pelo Contemporâneo Instituto de Psicanálise e Transdisciplinariade - CIPTPPOA, especializanda em Psicologia Clínica pela Instituição de Ensino Dom Alberto e Colaboradora voluntária no grupo de Pesquisa LaborClínica - UNISINOS.
- *Janine Kieling Monteiro*: Bacharel em psicologia (UFRGS), mestra e doutora em Psicologia (UFRGS). Professora da graduação de Psicologia da UNISINOS e dos PPGs de Administração, Enfermagem e Psicologia (UNISINOS). Bolsista de Produtividade em Pesquisa do CNPq.
- *Vanessa Ruffatto Gregoviski*: Bacharel em psicologia (UPF), especialista em saúde mental (UNISINOS), mestra em Psicologia Clínica (UNISINOS), e doutoranda no PPG de Psicologia da UNISINOS (bolsista CAPES).

---

#### Declaração de Direito Autoral

A submissão de originais para este periódico implica na transferência, pelos autores, dos direitos de publicação impressa e digital. Os direitos autorais para os artigos publicados são do autor, com direitos do periódico sobre a primeira publicação. Os autores somente poderão utilizar os mesmos resultados em outras publicações indicando claramente este periódico como o meio da publicação original. Em virtude de sermos um periódico de acesso aberto, permite-se o uso gratuito dos artigos em aplicações educacionais e científicas desde que citada a fonte conforme a licença CC-BY da Creative Commons.



Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional.

---