



DOI <https://doi.org/10.31639/rbpf.v16.i35.e709>

Recebimento em: 16/05/2023 | Aceite em: 01/05/2024

ARTIGOS

O QUE RELATAM ESTUDANTES DO COMPONENTE DE DIDÁTICA SOBRE A SAÚDE MENTAL?

Lui NÖRNBERG

Universidade Federal de Pelotas – UFPel

Pelotas – Rio Grande do Sul – Brasil

luinornberg@gmail.com


<https://orcid.org/0000-0002-0075-9733> 

Sandro Faccin BORTOLAZZO

Universidade Federal de Pelotas – UFPel

Pelotas – Rio Grande do Sul – Brasil

sandrobortolazzo@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-9145-1581> 

RESUMO: O cenário pandêmico cessou atividades universitárias presenciais, exigindo outras formas de organização pedagógica. Assim, esta pesquisa analisou – a partir da perspectiva dos estudantes matriculados no componente de Didática dos cursos de licenciaturas de universidades federais e estaduais do Brasil – o ensino remoto, levando em consideração as condições dos estudantes para participação nas atividades e as especificidades do ensino da Didática. Trata-se de uma pesquisa quanti/qualitativa, de abordagem empírica, em que foi utilizado questionário on-line para a coleta de dados. O foco analítico se concentrou nos aspectos emocionais, nos impactos/efeitos psicológicos da pandemia no cotidiano dos estudantes e suas repercussões/implicações nos processos educativos. Os resultados indicaram um aumento nos quadros de ansiedade e depressão, e insegurança em relação ao futuro profissional. Essas condições convocam a didática a reorganizar o ambiente de aprendizagem, considerando as diferentes formas de mediações.

PALAVRAS-CHAVE: Didática. Pandemia. Ansiedade. Saúde mental.

WHAT DO STUDENTS IN THE TEACHING COMPONENT REPORT ABOUT MENTAL HEALTH?

ABSTRACT: The pandemic scenario has ceased face-to-face university activities, demanding other forms of pedagogical organization. Thus, this research analyzed - from the perspective of students enrolled in the Didactics component of undergraduate courses at federal and state universities in Brazil - the remote teaching, taking into account the conditions of students to participate in the activities and the specificities of the teaching of Didactics. This is a quanti/qualitative research, of empirical approach, in which an online questionnaire was used for data collection. The analytical focus was on the emotional aspects, the psychological impacts/effects of the pandemic in the students' daily lives and its repercussions/implications in the educational processes. The results indicated an increase in anxiety and depression, and insecurity regarding the professional future. These conditions call for didactics to reorganize the learning environment considering the different forms of mediation.

KEYWORDS: Didactic. Pandemic. Anxiety. Mental health.

¿QUÉ INFORMAN LOS ESTUDIANTES DEL COMPONENTE DE DIDACTICA SOBRE SALUD MENTAL?

RESUMEN: El escenario de la pandemia cesó las actividades universitarias presenciales, requiriendo otras formas de organización pedagógica. Por lo tanto, esta investigación analizó, desde la perspectiva de los estudiantes matriculados en el componente de Didáctica de los cursos de graduación en universidades federales y estatales de Brasil, la enseñanza a distancia, teniendo en cuenta las condiciones de los estudiantes para participar en las actividades y las especificidades de la enseñanza de la Didáctica. Esta es una investigación cuantitativa-cualitativa, con enfoque empírico, en la que se utilizó un cuestionario on-line para la colecta de datos. El enfoque analítico se centró en los aspectos emocionales, los impactos/efectos psicológicos de la pandemia en el cotidiano de los estudiantes y sus repercusiones/implicaciones en los procesos educativos. Los resultados indicaron un aumento de la ansiedad y la depresión, y la inseguridad con respecto al futuro profesional.

PALABRAS-CLAVE: Didáctica. Pandemia. Ansiedad. Salud mental.

INTRODUÇÃO

O cenário pandêmico “interrompeu vidas, mudou hábitos, gerou impactos em toda a humanidade” (ANDIPE, 2020, p. 1). Assim, no intuito de conter a disseminação do vírus, o distanciamento e o isolamento de convívios sociais constavam entre as ações de prevenção (outras recomendações incluíam o uso de álcool em gel e máscaras e evitar aglomerações). Isso exigiu novas formas de organização do trabalho e de práticas educativas. Atividades pedagógicas, antes desenvolvidas de modo presencial, passaram a ser formatadas remotamente e com a utilização dos recursos das tecnologias digitais.

O trabalho, na configuração home office, e o ensino remoto passaram a fazer parte da rotina. Muitos ambientes domésticos, simultaneamente e instantaneamente, se transformaram em local de morada, trabalho e estudo. Entretanto, diante das distintas e desiguais condições socioeconômicas de inúmeros domicílios brasileiros, a reorganização das atividades laborais e acadêmicas tornaram-se desafiadoras. Trabalhar e estudar de casa requer, minimamente, artefatos tecnológicos como telefone celular, tablet, computadores e, primordialmente, conexão à internet de qualidade.

No tocante à educação superior pública no Brasil, se fez necessária a implementação de políticas institucionais para fornecer, tanto equipamentos quanto acesso à internet, para alguns estudantes que, inclusive, tiveram suas condições financeiras afetadas pela pandemia. Dessa maneira, o Ensino Remoto Emergencial (ERE) foi instaurado. Mesmo assim, é preciso problematizar as implicações em termos de saúde e dos transtornos emocionais e estruturais enfrentados pelos estudantes, advindos junto à COVID-19, e que impactaram no desenvolvimento do ensino, agora no formato remoto.

Diante desse contexto, a direção da ANDIPE (Associação Nacional de Didática e Práticas de Ensino) e seus membros decidiram desenvolver uma pesquisa que possibilitasse analisar – na perspectiva dos estudantes matriculados no componente de Didática dos cursos de licenciaturas de universidades federais e estaduais do Brasil – o ensino de modo remoto emergencial, levando em consideração, tanto as condições dos estudantes para participação nas atividades pedagógicas, quanto as especificidades do ensino de Didática. A referida pesquisa teve Certificado de Apresentação de Apreciação Ética número 46534621.2.0000.0104 e parecer de aprovação pelo Comitê Permanente de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual de Maringá número 4.740.753. A pesquisa foi desenvolvida por componentes da diretoria e membros da Associação Nacional de Didática e Prática de Ensino (ANDIPE), entre abril de 2021 a março de 2022.

Dada a dimensão da pesquisa, o presente estudo tem como foco de análise os aspectos emocionais, os impactos/efeitos psicológicos da pandemia no cotidiano dos estudantes e suas repercussões/implicações nos processos educativos.

CENÁRIO DA PESQUISA, OBJETO DE ESTUDO E JUSTIFICATIVA

Trata-se de uma pesquisa quanti-qualitativa, de abordagem empírica, em que foi utilizado questionário online para a coleta de dados junto aos estudantes do componente de Didática dos cursos de licenciaturas das universidades públicas brasileiras. Para isso, foi realizado um mapeamento de todos os cursos de licenciaturas presenciais das universidades federais e estaduais, identificando-se, assim, o contato da coordenação. Logo após, enviaram-se e-mails, apresentando a pesquisa e solicitando a divulgação junto aos estudantes que já haviam cursado ou que estavam cursando o componente curricular de Didática ofertado de modo remoto.

Cabe salientar que o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido estava inserido no primeiro bloco do questionário.

Obeve-se a participação de 487 estudantes que responderam a 65 questões, 43 fechadas e 22 abertas. As perguntas versavam sobre aspectos do ensino remoto da Didática ao longo da pandemia, bem como os desafios e as potencialidades do uso das tecnologias digitais no processo educativo constituindo assim quadro eixos temáticos: condições de acesso e uso de tecnologias; tecnologias e ensino de Didática; desafios e possibilidades nos processos de interação e mediação do ensino remoto emergencial de Didática e; relevância, conteúdos e especificidades do ensino de Didática.

Este artigo propõem uma reflexão sobre a questão vinculada ao eixo condições de acesso e uso de tecnologias. A questão solicitava que os estudantes avaliassem as suas condições emocionais (insegurança, ansiedade, frustração, sentimento de inferioridade etc.), a carga de estudos, a conciliação ou equilíbrio entre atividades domiciliares, de trabalho (se for o caso) e dos estudos remotos em tempo de pandemia. Portanto, é diante da análise das respostas da referida pergunta que este estudo ganha apoio e sustentação.

O cenário da pesquisa revela o perfil dos estudantes. Eles se encontram na faixa etária entre 18 e 63 anos de idade, sendo que 69,2% identificaram-se como mulher, 30,1% como homem, e 0,6% como outro, especificando a identidade como não-binária ou sem gênero. No que se refere às características das residências e constituição familiar, 87,5% vivem com suas famílias, 6,4% compartilham domicílio, 5,7% vivem sozinho e 0,4% assinalaram a opção outro, não a especificando. Já em relação à situação/condição financeira, 29,8% mencionaram que são bolsistas, 23,7% não tem renda, 20,1% vivem com até um salário-mínimo, 16,6% ganham de um a dois salários-mínimos, 4,9% possuem de três a quatro salários-mínimos e 4,9% ganham mais de quatro salários-mínimos. Desses, 70,2% não possuem vínculos empregatícios e 29,8% possuem.

A pesquisa teve a participação de estudantes das cinco regiões do Brasil: 31,5% da região sul, 24% da região sudeste, 20,7% da região nordeste, 16% da região centro-oeste e 7,8% da região norte. Do total, 57% estavam vinculados a universidades federais e 43% a universidades estaduais.

Este estudo se justifica na medida em que considera as estratégias e os recursos de ensino enquanto temáticas importantes à formação de professores, que versam não somente sobre o que fazer, mas como fazer, considerando as condições sócio emocionais dos sujeitos envolvidos no processo. Estes pressupostos pedagógicos vêm sendo, mais especificamente trabalhado, no componente de Didática.

Segundo Libâneo (2012) a Didática é simultaneamente ciência da educação, disciplina pedagógica, campo de investigação e exercício profissional. Enquanto disciplina pedagógica, a Didática é um importante componente curricular dos cursos de formação de professores, que tem como objeto de estudo o ensino e a aprendizagem que ocorrem em diferentes contextos, culturas, sociedades e que estão vinculadas a diferentes áreas do conhecimento.

Além dos aspectos cognitivos, os elementos afetivos envolvidos no ensinar e no aprender precisam estar presentes como foco de investigação. Isso porque a Didática é teoria e prática do ensino e da aprendizagem, compreendida também pelo viés das relações pedagógicas entre professores e estudantes.

Libâneo (2012, p. 28) compreende que a Didática reúne em seu conteúdo duas dimensões a serviço dos processos de ensino e de aprendizagem:

a lógica dos saberes disciplinares e a lógica da relação pedagógica. Permeando estas duas lógicas, introduz as práticas socioculturais e tudo o mais que aí se deve incluir, a trajetória social dos alunos, a vida cotidiana, as mídias, as identidades sociais e culturais, etc., já que são integrantes das relações pedagógicas. Em outras palavras, a didática é concebida como disciplina que busca melhor compreender como ações de ensino podem gerar ações de aprendizagem, tendo como referência os conteúdos das disciplinas, para propor meios que favoreçam a mútua transição de um a outro.

A didática opera como uma ponte entre o ‘o que’ e o ‘como’ do processo pedagógico escolar” (LIBÂNEO, 2013, p. 27). Essas características fazem com que o componente curricular de Didática, nos cursos de formação de professores, gere expectativas quanto à atuação do professor, produzindo, assim, perspectivas próximas a receituários sobre como operar pedagogicamente em sala de aula.

Nesse sentido, o uso das tecnologias digitais como instrumentos de mediação dos processos de ensino e aprendizagem no componente de didática exigiram reestruturação e novas percepções sobre a ação educativa, ou seja, foi preciso repensar objetivos, metodologias de ensino, processos avaliativos, e assim por diante. Essas mudanças foram acentuadas, condicionando as interações cognitivas e afetivas entre os sujeitos ao uso das tecnologias complexificando o ato de ensinar. Wallon (2008) considera que o desenvolvimento pleno da pessoa se configura através dos conjuntos funcionais, que são constituídos pelos conceitos de afetividades, conhecimento ou cognição, ato motor e pessoa. O conjunto afetividade consiste na capacidade de o ser humano ser afetado pelo mundo externo e interno, por sentimentos agradáveis e desagradáveis. É importante destacar que há uma relação dialética, neste conjunto, pois ao mesmo tempo que o sujeito é afetado ele também afeta outros sujeitos. Neste estudo percebemos que a ausência da presencialidade física dos professores afetou de maneira muito singular e intensa o ato de ensinar e aprender deixando os estudantes mais vulneráveis emocionalmente. A ausência da materialidade desse estar e ser afetado pode ser considerado um dos fatores geradores de ansiedade.

A partir das repostas dos estudantes, foi possível observar a recorrência de, pelo menos, dois agrupamentos de discursos. O primeiro diz respeito ao aparecimento, aumento ou mesmo agravamento de quadros de ansiedade e depressão. O segundo agrupamento, que também apresenta relações com o primeiro, expõe certo declínio da saúde mental ou sobrecarga emocional, envolvendo, dessa forma, dificuldades de concentração, desmotivação, sentimentos de inferioridade, variações de humor, insegurança em relação ao futuro, entre outros sintomas.

Importa ressaltar que os dois agrupamentos se interligam, ou seja, eles não operam de forma isolada, mas estão implicados mutuamente. Tal separação foi desenvolvida unicamente para fins didáticos.

ANSIEDADE E DEPRESSÃO: PRIMEIROS RESQUÍCIOS DA PANDEMIA

A pandemia da COVID-19 e os impactos na saúde mental vêm sendo foco de várias pesquisas. Daly et al. (2020) avaliaram 14.393 adultos no Reino Unido, antes e durante a pandemia, e verificaram que os problemas de saúde mental aumentaram consideravelmente. Entre 2017 e 2019, 24% dos avaliados sofriam com algum tipo de alteração. Em 2020, esse percentual cresceu para 37,8%.

Relatório da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) corrobora esse cenário ao sinalizar que casos de ansiedade e depressão aumentaram em mais de 25% com a pandemia. As medidas de proteção e contenção

ao vírus, a exemplo do isolamento social e do lockdown, foram apontados como fatores que impediram que muitas pessoas procurassem os serviços de apoio à saúde mental.

Dentro desse quadro, os estudantes universitários formam um grupo vulnerável a sofrimentos psicológicos. Quer dizer, a entrada na universidade é uma espécie de transição para novas etapas da vida e pode significar, muitas vezes, a saída de casa, a aproximação com atividades distintas e levar a assumir responsabilidades antes inexistentes. As exigências dentro do ambiente universitário evidenciam que os estudantes, quando ingressam no ensino superior, precisam adquirir habilidades emocionais e cognitivas para lidar com as novas demandas.

Na literatura Psicanalítica o termo ansiedade é abordado juntamente com o termo angústia, como se fossem sinônimos. Alguns autores como Freud, Lacan, Bion, Winnicott, separam os termos, para esses a ansiedade é “como um afeto profundo que nem sempre se manifesta clinicamente, como que se referindo a alguma ânsia não reconhecida, [...] a angústia, por sua vez, indicaria a condição de sempre existir uma sintomatologia” (ZIMERMAN, 2008, p. 33). Embora o termo ansiedade possibilite uma amplitude desse sentimento, o termo angústia ficou mais conhecido, especialmente pelas descrições feitas por Freud nas manifestações clínicas de angústia que reverberam nas neuroses traumáticas atuais. Nesse artigo optaremos por usar o termo ansiedade pelos inúmeros vértices de entendimento e principalmente por ser o termo mais aferido entre os respondentes desta pesquisa.

Ansiedade é uma espécie de represamento excessivo de estímulos e excitações que o sujeito não consegue processar. Esse represamento faz com que o sujeito crie um sinal de alarme diante dos eventuais perigos. Dependendo da magnitude e intensidade da ansiedade, o sujeito pode perceber situações banais como altamente ameaçadoras indo muito além da proporção real do perigo. Tornando-se uma pessoa alarmada e alarmista ao mesmo tempo (ZIMERMAN, 2008).

Entretanto, episódios de ansiedade são comuns e pertencem ao espectro das experiências humanas. Algumas manifestações de ansiedade se dão de forma crônica, podendo vir acompanhada de alterações físicas e comportamentais. Quando em intensidade excessiva, a ansiedade deixa de ser um fator de proteção e passa, então, a prejudicar a qualidade de vida dos indivíduos. (CLARK; BECK, 2012).

Cada um experimenta e responde à ansiedade de maneira diferente. Savoia (2010) assinala que pessoas com padrões comportamentais perfeccionistas ou inseguras estão mais suscetíveis à ansiedade. Quando a ansiedade se torna excessiva, quadros crônicos ou patológicos podem surgir, como ocorre no Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), nos transtornos obsessivos, nas compulsões, na síndrome do pânico e nas diversas fobias. Um dos estudantes relata que:

“Meu nível de ansiedade aumentou bastante, pois a maior parte do que faço atualmente (trabalho, estudo e vida pessoal) está concentrado no ambiente de casa. E saber separar cada momento e a dedicação para cada coisa é exaustivo. Sem contar a falta que faz a socialização de corpo presente entre amigos, colegas e professores no ambiente universitário” (RESPOSTA N. 149).

O isolamento social feriu a natureza gregária do ser humano e as funções e papéis sociais desempenhados pelos sujeitos em diferentes cenários passaram a ocorrer no mesmo cenário, sem intervalos, tudo ao mesmo tempo e agora. Isso afetou o processo de ensino aprendizagem, uma vez que os papéis desempenhados pelos professores e estudantes foram abruptamente alterados, mas não incorporados, entre a tela dos

celulares e computadores, o mesmo reflexo, a solidão e ansiedade docente/discente, parece que nunca foi tão desafiador ensinar e aprender. Behar (2020) destaca a necessidade da “presença social”. A autora afirma que “no presencial, pode-se estar fisicamente próximo de um aluno e estar psicológica e pedagogicamente muito distante dele. Por outro lado, nas aulas virtuais é possível estar geograficamente distante e estar muito próximo psicológica e pedagogicamente [...] (2020, s/n)

A ambivalência entre o estar fisicamente próximo e psicologicamente distante provocou nos estudantes, de acordo com os seus relatos, estados de depressão. Conforme o dicionário de Psicologia a depressão é a “modificação profunda do humor, no sentido da tristeza e do sofrimento moral, correlativa de um desinvestimento de qualquer atividade” (CHEMAMA, 1995, p. 42)

O conceito de depressão só é definido de maneira rigorosa na melancolia e ou na chamada psicose maníaco-depressiva que envolve a depreciação e desinvestimento radical. Os episódios depressivos podem ser traduzidos como momentos em que o sujeito rejeita os valores e a execução das atividades propostas pela vida. Ele percebe que tudo que ele foi levado a renunciar pertence ao mundo, que é regulado pela linguagem, pela cultura, mediada por uma relação muito particular com o tempo. O sujeito em estado depressivo, se relaciona de forma uniformizada e monótona com o tempo. Para Melaine Klein (1934, p. 262):

A posição depressiva é um termo que expressa uma constelação de relações objetais e ansiedades que constituem um estado psíquico no qual prevalece a tríade: objeto total (integração das suas partes dissociadas) – assunção da responsabilidade e de eventuais culpas – presença de sentimentos de consideração e de intentos de reparação frente aos objetos.

Segundo o DSM-5 (2014), o diagnóstico para depressão tem como base diversos critérios: presença de um estado deprimido na maior parte do tempo; a anedonia, ou seja, a diminuição do interesse ou perda do prazer na realização de atividades cotidianas; a sensação de inutilidade; culpa excessiva; dificuldades de concentração; fadiga ou perda de energia; distúrbios do sono; problemas psicomotores (agitação ou retardo psicomotor); perda ou ganho significativo de peso e ideias recorrentes de suicídio ou morte. A depressão pode ser classificada de acordo com a intensidade em leve, moderada ou severa.

Tendo em vista o crescimento do número de pessoas acometidas pela depressão, a doença, segundo relatório da Organização Mundial da Saúde de 2017, é considerada como a quarta principal causa de incapacitação ao trabalho, com previsões de que em 2023 possa alcançar a primeira colocação.

No DSM -5 (2014), os sintomas da ansiedade e da depressão se assemelham, porém apresentam diferenças comportamentais. Na ansiedade, há presença de sintomas físicos e corporais, cognitivos e comportamentais como: dor torácica, taquicardia, cefaleia, tonturas, tensão muscular, suor excessivo, boca seca, insônia, dificuldades de concentração, pensamentos negativos, medo de sair em público, apreensão recorrente, irritabilidade, entre outros. Na depressão, o diagnóstico ocorre quando os indivíduos apresentam sintomas psicóticos com intensidade e duração mais constantes, a exemplo de perda de interesse em atividades do cotidiano e cansaço com facilidade.

As implicações psicológicas da depressão e da ansiedade mudam de acordo com o grupo populacional. No caso deste estudo, durante a pandemia, além do medo da contaminação pelo vírus e da morte, os estudantes precisaram reorganizar as rotinas de estudo e trabalho, gerando, muitas vezes, desequilíbrios emocionais, como os narrados a seguir.

“(…) desenvolvi muitas crises de ansiedade por coisas que eu não tinha antes, tenho muita insegurança em relação aos trabalhos da faculdade, parece que não sei fazer nada, parece que nunca estamos produzindo o suficiente, sempre estamos pensando que poderia estar fazendo mais quando na realidade já é feito muito mais. Me sinto muito frustrada e com sentimento de inferioridade, me sinto triste” (RESPOSTA N. 184).

“Descobri o que era ansiedade justamente neste contexto de estudar durante a pandemia. A sensação de estar sempre inferior também. Todo dia é uma luta para conciliar a vida pessoal, estudos, trabalhos e todas as consequências do contexto pandêmico no qual estamos vivendo” (RESPOSTA N. 479).

Aliado ao período pandêmico, o medo de falhar e o excesso de atividades e responsabilidades contribuíram para o desenvolvimento de quadros de ansiedade, expondo indivíduos furtados à fadiga física e mental. Irritação, apreensão, angústia e/ou agressividade também foram elementos apontados nas respostas.

As medidas de isolamento social, o aumento de casos de Covid-19, o sentimento de incapacidade frente à situação de crise na saúde, a preocupação com os cuidados preventivos, entre inúmeros outros, corroboraram ao aparecimento de sinais emocionais como desmotivação, angústia e até mesmo distúrbios alimentares.

Analisando o conjunto das respostas, dentre os vários sintomas, ansiedade e depressão foram os dois transtornos relatados com maior recorrência entre os estudantes.

“Há precisamente 1 mês me encontro em crise depressiva o que dificulta a execução de todas as atividades mencionadas. Estou tratando com medicação” (RESPOSTA N. 83).

“Ansiedade é a palavra que eu defino para as minhas condições emocionais, e talvez frustração” (RESPOSTA N.93).

“(…) Eu tenho ansiedade generalizada que piorou muito durante a pandemia. A carga de estudo ficou pior, pois os professores começaram a passar muitas atividades” (RESPOSTA N.103).

“(…) logo nas últimas semanas tive uma crise de depressão muito forte mal conseguindo sair da cama e atrasei na entrega de 4 trabalhos. Minha saúde mental teve um grande declínio durante a pandemia, parte por não conseguir aproveitar as aulas online do mesmo modo em que eu aproveitava presencialmente (…)” (RESPOSTA N. 141).

“As crises de ansiedade aumentaram bastante nesse período de ensino remoto, a frustração se faz presente em todos os semestres, a sensação de que não vou capaz, eu não deveria estar em uma universidade federal, que eu não mereço estar aqui, isso me frustra muito” (RESPOSTA N. 369).

“Antes do ensino remoto já possuía o diagnóstico de ansiedade, com a pandemia e a carga alta de cobrança pela faculdade só piorou, como a universidade está fechada o auxílio psicológico que lá ocorria está sendo em outros lugares, porém demandaria usar transporte coletivo o que acarretaria riscos para a saúde devido o covid, então vivo uma dualidade ou cuidado do corpo e não pego covid, ou me arrisco e tento salvar a sanidade, o que está bem difícil, a carga de estudos nunca foi tão alta” (RESPOSTA N. 7).

É fato que as mudanças na estrutura de organização da vida, que incluíram o fechamento de escolas e universidades, o cancelamento de eventos, a proibição de viagens e as transformações nas formas de trabalho impactaram a saúde dos indivíduos.

Saúde para a OMS é o estado de bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de distúrbios ou doenças. Ampliando a concepção, saúde diz respeito ao sujeito como um todo, ou seja, engloba as condições de alimentação, educação, lazer, participação na vida social, entre outras dimensões que permitem aos sujeitos viver e conduzir suas vidas de modo saudável. Além disso, pensar a saúde significa integrar as condições objetivas e subjetivas de forma integrada.

Os dados dessa pesquisa sinalizam o adoecimento psíquico da maioria dos estudantes, fato este presente em outras pesquisas, como por exemplo, a pesquisa desenvolvida pela Fiocruz (2020) com 45.161 indivíduos adultos nas diferentes regiões do país constatou que 53% dos participantes se sentiram ansiosos ou nervosos e 40% deprimidos/tristes durante a pandemia. Esse mesmo estudo revelou também o aumento no consumo de bebidas alcoólicas por 18% dos participantes.

Hábitos relacionados ao consumo excessivo de álcool, tabagismo, piora na qualidade do sono e redução na prática de exercícios físicos também são apontados como agentes correlatos ao agravamento da ansiedade e da depressão (TEIXEIRA et al., 2021; CO-ELHO et al., 2020)

O estado de saúde mental dos estudantes acarretou prejuízo nas relações sociais, no rendimento acadêmico e na saúde como um todo.

“Infelizmente acabei desenvolvendo ansiedade, não consigo apresentar um trabalho de forma tranquila, a quantidade de conteúdos é enorme, principalmente em períodos de avaliação/final de unidade. É cansativo ao ponto de ficar esgotada mentalmente, minha visão começa a ficar prejudicada por ficar todo o dia (literalmente) em frente a tela do computador, o que me acarreta sérias dores de cabeça. Chego a ficar estressada e brava com facilidade, a falta de comunicação é um dos fatores que mais me incomoda no período remoto, onde, infelizmente, alunos não interagem com professores e nem com os próprios colegas, dá aquela sensação de cada um por si” (RESPOSTA N. 245).

“(…) Minha ansiedade triplicou, não apenas por conta da faculdade, mas por conta de problemas pessoais também. E isso tem refletido negativamente no meu desempenho como acadêmica” (RESPOSTA N. 286).

“É difícil conciliar tudo e ainda manter saúde física e emocional. Estou com pressão alta adquirida na pandemia, mais ansiedade. Já tive labirintite e crises de ansiedade. Isso da parte da saúde, mas o estresse é constante e o medo da morte minha, dos familiares e amigos e da população do Brasil” (RESPOSTA N. 160).

Embora, haja variações de forma e nível das depressões e ansiedades, os sintomas relatados pelos estudantes correspondem aos apontados pela literatura na área da saúde mental dentre eles:

[...] baixa autoestima, sentimento culposos sem causa definida, exacerbada intolerância a perdas e frustrações; alto nível de exigência consigo próprio, extrema submissão ao julgamento dos outros, sentimento de perda do amor e permanente estado de que há algum desejo inalcançável (ZIMERMAN, 2017, p. 217).

Compreender os efeitos da pandemia na saúde mental dos estudantes é significativo já que ansiedade e depressão estão associadas a outros riscos como prejuízos no rendimento acadêmico, perda do interesse pela aprendizagem, pensamentos negativos em relação às próprias competências e habilidades intelectuais.

CONCENTRAÇÃO, APRENDIZAGEM E PERSPECTIVAS DE FUTURO: PREJUÍZOS À VIDA ACADÊMICA

De acordo com a análise das respostas dos estudantes, demonstra-se preocupação em relação aos efeitos da pandemia na aprendizagem e no futuro profissional. Muitos temem que a formação possa ser prejudicada, alegando que os conteúdos e os conhecimentos adquiridos de forma remota, on-line ou a distância, parecem não serem suficientes ou darem conta de prepará-los para a futura profissão.

Outros fatores estão associados como as limitações de acesso aos recursos e artefatos tecnológicos, questões econômicas que inviabilizam a contratação de serviços de internet de boa qualidade, ausência de locais apropriados para atividades de estudo, a quebra na rotina acadêmica, o afastamento de amigos, colegas e professores, a preocupação com a conclusão do curso, dentre outros.

Os desdobramentos da pandemia, dessa maneira, se tornaram foco da atenção dos estudantes. Isso porque o adiamento das tarefas e atividades acadêmicas pode comprometer ou mesmo atrasar o cronograma dos cursos, e repercutem diretamente nos planos profissionais. Mesmo assim, o fato é que a maioria dos estudantes universitários escolheu dar continuidade às aulas na modalidade remota, como constatado nos estudos de Teixeira et al (2021), porém poucos são os universitários que se encontram satisfeitos.

“As condições emocionais muitas vezes afetam de forma negativa a execução das minhas atividades acadêmicas, pois o atual cenário de incertezas e inseguranças acabam gerando um estado de ansiedade muito grande. O isolamento social, e a falta de contato com outras pessoas também traz estados de tristeza e sentimento de solidão, então acredito que isso também influencia negativamente as atividades do curso” (RESPOSTA N.194).

“A insegurança e ansiedade passaram a ser mais recorrentes, inclusive o fato de está em casa tem atrapalhado muito na concentração e o foco nas aulas remotas” (RESPOSTA N.74).

“(...) este ensino é algo inviável de ser mantido, algumas disciplinas perderam o controle e aumentaram suas demandas de forma exacerbada o que me causa frustração e desânimo diário em continuar e finalizar minha graduação. Por estar no último ano do curso, dividir e equilibrar os compromissos ficou ainda mais complicado do que antes pois, o fato de não estar estudando num local apropriado em horário adequado, tornou muito mais difícil a concentração e aprendizado (...)” (RESPOSTA N. 276).

As narrativas se afinam aos estudos de Teixeira et al. (2021). Os autores apontaram que dos estudantes que vêm desenvolvendo atividades acadêmicas por meio do ensino remoto, 66,8% relataram perda na concentração durante os estudos, e 39,2% narraram não conseguir aprender com os recursos das aulas online. Soma-se a isso, também, perspectivas de evasão no ensino superior.

“(...) com pensamentos recorrentes em relação ao trancamento da matrícula. Muitos momentos não consigo me concentrar em minhas atividades acadêmicas por pensamentos relacionados a tarefas de casa, como limpeza, organização e alimentação. (...)” (RESPOSTA N.344).

“O ensino remoto me deixa muito mais ansiosa e frustrada com o meu desempenho e interação durante as aulas, tenho a impressão de que as coisas não fluem e a participação e aprendizado acabaram ficando muito limitados. A sensação de insegurança quanto o futuro no curso também tem me afetado muito emocionante” (RESPOSTA N.387).

“Tenho sofrido com ansiedade e depressão. Tenho dificuldades de concentração, principalmente pós-covid. Penso em desistir todos os dias” (RES-POSTA N.406).

“Minhas condições emocionais não estão boas no momento pois estou passando por muitos problemas e não consigo focar nos estudos, diversas vezes pensei em desistir da faculdade por conta financeira e por que alguns professores fazem o ensino remoto ser mais difícil do que já é” (RESPOSTA N.158).

As circunstâncias impostas pela pandemia fizeram com que as instituições de ensino tomassem algumas decisões para aquele momento, e os usos das tecnologias digitais operou enquanto elemento central para que as atividades pedagógicas não cessassem. As escolas e universidades foram se utilizando de plataformas digitais como Google Meet, Microsoft Team e Zoom para dar continuidade às atividades, mas os processos que ali ocorrem refletem outras experiências de aprendizagem.

Distintamente da sala de aula tradicional, o caráter pedagógico dos meios digitais se dispõe a partir de outros marcadores, a exemplo das relações e habilidades dos sujeitos com os artefatos digitais e das possibilidades de interação entre professores, estudantes e o próprio acesso aos recursos tecnológicos. Essas relações exigem modos de adaptação e acomodação. Cabe lembrar que, mais do que a integração com as tecnologias digitais, era esperado que ambos, alunos e professores, já possuíssem habilidades para atuar junto às ferramentas digitais. Diante da pandemia, tal fato revelou e visibilizou ainda mais a disparidade e o abismo social presente na sociedade brasileira. Nem todos têm a oportunidade de consumir e usufruir das benesses tecnológicas e, por isso, muitos não conseguiram dar continuidade às atividades escolares e, mesmo aqueles que tiveram acesso podem, por sua vez, não se interessar pelas tecnologias ou não se adaptar às práticas pedagógicas ali empregadas. O impacto das tecnologias digitais é variável e não universal.

Apesar do momento desafiador, tanto para a universidade quanto para os estudantes, a educação on-line ou a distância também pode se mostrar como oportunidade de quebrar resistências, de acelerar mudanças e de oferecer ferramentas, inclusive, para a melhora da saúde mental. Entretanto, no que se refere às respostas analisadas, são poucos os relatos que apontam aspectos positivos entre ensino remoto e saúde mental. Contudo, algumas falas sinalizam que o ensino remoto permite mais tempo para família, flexibilidade de local e de horário para estudo, além da redução de custos com deslocamento e economia de tempo.

“Tudo tranquilo, sobrou mais tempo, pois não tenho que me deslocar 1h40 até a USP na ida e mais 1h40 na volta. Pude me dedicar muito mais aos estudos. A insegurança de emprego é elevada e a perspectiva de carreira desanimadora. Tanto que passei a trabalhar com a família por enquanto” (RESPOSTA N. 372).

“Minhas condições emocionais são boas porque conto com um apoio muito grande da minha família e dos meus amigos em relação a este momento de pandemia. Às vezes, sinto desesperança e cansaço extremo, especialmente porque tenho trabalhado e estudado diariamente, inclusive aos finais de semana, diante de um computador, o que é mais monótono (...)” (RESPOSTA N. 294).

“Em alguns momentos sinto mais pressão, em outros até gosto de poder já adiantar as tarefas”
(RESPOSTA N. 114).

A gestão e aproveitamento do tempo talvez tenha sido uma das competências mais exploradas pelos estudantes. As falas trazem ao debate reflexões sobre as dificuldades de locomoção dentro das cidades, a otimização de tempo em deslocamento, os custos de transporte, entre outros fatores que também levam ao desgaste físico e mental, podendo resultar em dificuldades acadêmicas.

Ainda que não seja visível os efeitos da aprendizagem via ensino remoto, é provável que as consequências sejam percebidas logo, já que as atividades presenciais estão foram retomadas nas universidades e faculdades em todo o Brasil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Analisando as respostas dos estudantes, é perceptível o impacto negativo que a COVID-19 e o ensino remoto emergencial causaram na saúde mental. O ingresso e permanência no ensino superior em si já exigem habilidades cognitivas e emocionais mais elaboradas. No entanto, as implicações da pandemia – morte de entes queridos, perigo iminente do contágio, desemprego etc. – no contexto educacional universitário gerou o aumento nos níveis de estresse, ansiedade e nos quadros clínicos de depressão dos estudantes colaboradores da pesquisa. Essas assertivas são corroboradas nas declarações dos estudantes analisados ao longo deste estudo.

Refletindo junto às respostas de 492 estudantes matriculados no componente de Didática dos cursos de licenciaturas das universidades federais e estaduais do Brasil, pode-se perceber que a adaptação ao ensino remoto – local adequado para estudo, recursos financeiros para a compra de artefatos digitais, acesso à internet de qualidade – foi fator complicador para um melhor aproveitamento do componente de didática na modalidade remota.

Além das mudanças nas rotinas, tanto profissional, quanto de estudo, lazer ou mesmo doméstica, o impacto do ensino remoto na saúde mental dos estudantes repercutiu a ideia de baixa produtividade e aproveitamento no componente de Didática, mas não se limitando a essa disciplina.

Como constatado no decorrer da pesquisa, a Didática é um componente que gera expectativas em relação ao desempenho do papel de professor de forma adequada. Sendo assim, a não presencialidade provocou impactos nas formas como os estudantes de licenciaturas enxergam a futura profissão, inclusive, com relatos de fracasso e desesperança.

Portanto, no que diz respeito ao retorno das aulas presenciais, tanto os resultados deste estudo, bem como de outros sobre a temática, podem corroborar e contribuir para a melhora dos quadros de ansiedade e depressão desses sujeitos, inclusive, com indicações das lições apreendidas junto às tecnologias e o ensino remoto, com foco nas melhores práticas e estratégias de como acolher os estudantes no período pós-pandêmico, mas, sobretudo, implicado pela reestruturação das práticas de ensino, para além dos recursos, (KENSKI, 2003) bem como uma nova concepção de aprendizagem (SCHLEMMER; DI FELICE; SERRA, 2020), ou seja, um outro modo de organizar e humanizar os processos de ensinar e aprender.

Humanizar os processos de ensino aprendizagem é pressuposto didático-pedagógico sinalizado de forma mais veemente durante a pandemia sendo este um fator primordial para amenizar as situações de ansiedade e depressão, que estão presentes para além do contexto pandêmico. Nesse sentido, o componente curricular de didática é considerado como campo de conhecimento responsável por proporcionar o processo de humanização. Libâneo (2007) compreende que para ensinar os professores precisam de modo articulado dominar o conteúdo, saber como se ensina tal conteúdo, saber quem é o sujeito para quem se ensina e saber em que contexto está inserido esse sujeito como tal contexto influencia na aprendizagem e como esse contexto pode ser modificado.

Compreende-se que essas condições influenciam os processos de ensino e de aprendizagem, convocando a didática reorganizar o ambiente de aprendizagem a partir do constructo de uma aprendizagem que considere diferentes formas de mediações e, portanto, devem ser levados em consideração pelos professores universitários preocupados com o fazer didático e com a aprendizagem discente.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais** (DSM-5). Porto Alegre: Artmed, 2014.

ANDIPE. Associação Nacional de Didática e Práticas de Ensino. **Relatório da pesquisa Ensino de Didática na modalidade online: desafios e prospecções no contexto da pandemia pela COVID-19**. Salvador, ANDIPE, 2020. Disponível em <https://www.andipe.com.br/pesquisa-1>. Acesso em: 19 mar 2022.

CHEMAMA, Roland. **Dicionário de psicanálise**. Tradução de Francisco Franke Settine. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1995.

COELHO, A. P. S., OLIVEIRA, D. S., FERNANDES, E. T. B. S., SANTOS, A. L. de S., RIOS, M. O., FERNANDES, E. S. F., NOVAES, C. P., PEREIRA, T. B., FERNANDES, T. S. S. Saúde mental e qualidade do sono entre estudantes universitários em tempos de pandemia da COVID -19: experiência de um programa de assistência estudantil. **Research, Society and Development**. v. 9, n. 9, p.1-14. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/8074/7227>. Acesso em: 20 de mar 2022.

CLARK, D. A., BECK, A. T. **Terapia cognitiva para os transtornos de ansiedade**. Porto Alegre: Artmed, 2012.

DALY, M., SUTIN, a., ROBINSON, E. Longitudinal changes in mental health and the COVID-19 pandemic: Evidence from the UK household longitudinal study. **Psychological Medicine**. Cambridge University Press: Londres, 2020, p. 1–10. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S0033291720004432>. Acesso em: 19 de mar 2022

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ). **ConVid pesquisa de comportamentos**. 2020. Disponível em: <https://convid.fiocruz.br/index.php?pag=principal>. Acesso em: 15 de mar 2021.

KENSKI, Vani Moreira. **Tecnologias e ensino presencial e a distância**. 3. ed. Campinas, SP: Papyrus, 2003.

KHAN, A. H., SULTANA, M. S., HOUSSAIN, S., HASAN, M. T., AHMED, H. U., SIKDER, M. T. The impact of COVID-19 pandemic on mental health and well-being among home-quarantined Bangladeshi students: A cross-sectional pilot study. **Journal of Affective Disorders**, 2020. p. 121–128.

LIBÂNEO, José Carlos. **Ensino de didática: continua sendo perfume? II Encontro Estadual de Didática e Prática de Ensino - EDIPE**. Conferência 05.11.2007. Anápolis: CEPED, 2007.

LIBÂNEO, J. C. Ensinar e Aprender, Aprender e ensinar: o lugar da teoria e da prática em didática. In: LIBÂNEO, J. C.; ALVES, N. (org.). **Temas de Pedagogia**: diálogos entre didática e currículo. SP: Cortez, 2012.

LIBÂNEO, J. C. **Didática**. 2. ed. São Paulo: Editora Cortez, 2013.

SAVOIA, N. G. A ansiedade. In: LIPP, M. (org). **Sentimentos que causam stress**: como lidar com eles. 2. ed. Campinas, Papyrus, 2010.

SCHLEMMER, Eliane; DI FELICE, Massimo; SERRA, Ilka Márcia Ribeiro de Souza. Educação OnLIFE: a dimensão ecológica das arquiteturas digitais de aprendizagem. **Educar em Revista**, Curitiba, v. 36, e76120, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/educar/article/view/76120/42529>. Acesso em: 17 mar. 2022.

TEIXEIRA, L. A. C., COSTA, R. A., MATTOS, R.M.PR., PIMENTEL, D. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia do coronavírus disease 2019. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. 2021, v. 70, n. 1. p. 21-29. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000315>. Acesso em: 20 de mar. 2022.

WALLON, Henri. **Do ato ao pensamento**: ensaio de psicologia comparada. Petrópolis: Vozes, 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide. 2022. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>. Acesso em: 20 de mar 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Depression and Other Common Mental Disorders – Global Health Estimates. 2017. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?ua=1>. Acesso em: 20 de mar 2022.

ZIMERMAN, David E. **Vocabulário contemporâneo de psicanálise** [recurso eletrônico]. Porto Alegre: Artmed, 2008.

ZIMERMAN, David E. **Fundamentos psicanalíticos** [recurso eletrônico] : teoria, técnica e clínica: uma abordagem didática. Porto Alegre: Artmed, 2017.