

**Adaptação Acadêmica no Ensino Superior: Projeto de Tutoria por Pares**

**Autor (a): Laura Dos Santos Oliveira<sup>1</sup>**

**Orientador (a): Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Marlene de Cássia Trivellato Ferreira<sup>2</sup>**  
**Centro Universitário Barão de Mauá**

*<sup>1</sup>laura\_oliveira77@outlook.com, <sup>2</sup>marlene.trivellato@baraodemaua.br*

## **Resumo**

O stress pode ser definido como uma resposta do organismo frente as condições da vida, não sendo necessariamente prejudicial, que pode confrontar-se com as adaptações existenciais, como por exemplo a vida acadêmica. Diante disso viu-se a necessidade de uma investigação dos níveis de stress em estudantes universitários, desenvolvendo estratégias de melhorias para adaptação a universidade e seus recursos.

## **Introdução**

O estresse, segundo Faro e Pereira (2013), pode ser compreendido como um fenômeno que impacta o funcionamento neurofisiológico do indivíduo ao deparar-se com ameaças reais ou percebidas. De acordo com a definição de Lipp e Novaes (1987 apud MONARDO; PEDON, 2018), o estresse continua sendo uma reação psicofisiológica do organismo que ocorre quando a pessoa entra em confronto com situações que emitem, raiva, medo, e até mesmo imensa alegria. Com isso, as respostas desencadeadas diante de uma situação estressora permite aos seres humanos adaptar-se as demais adversidades da vida. Assim, vem sendo desempenhadas diversas pesquisas a respeito dessa problemática, buscando analisar eventos geradores de respostas estressoras, afim de desenvolver estratégias de enfrentamento e acolhimento para tolerar determinadas ameaças.

Na vida academica, vivências estressoras não poderiam ser diferente. De acordo com Campos, Rocha e Campos (1987 apud MONARDO; PEDON, 2018), o ingresso na universidade entre em confronto com a adaptação a vida adulta, fase importantíssima no desenvolvimento humano, e que por si só configura como um evento estressor. contexto educacional tem se mostrado um fator de risco e constatemente relacionada a impactos

negativos de estresse na vida de universitários e educadores. O trabalho desempenhado no projeto temático “Stress e Burnout no Ensino Superior: um estudo com graduandos e professores”, mostrou por meio da Escala de Estresse Percebido (EEP), segundo Sousa e Tonani 2018 (apud BATISTA; FULIOTTO 2017), que foram encontrados um nível de stress moderado (30,71) em estudantes do curso de Psicologia para a amostra estudada, revelando uma necessidade de ampliar o olhar sobre os estudantes, em especial do primeiro e terceiro semestre, indicando o período de adaptação a universidade (SOUSA, P. A.; TONANI, L. I., 2018 apud BATISTA; FULIOTTO, 2017). Com isso, segundo SOUSA,TONANI (2018), foram levantados resultados que revelaram a necessidade da universidade desevonvolver e facilitar o processo de adaptação de seus estudantes. Os mesmos resultados também mostraram que estudantes dos anos anteriores, como primeiro e terceiro semestre, apresentam mais problemas como exaustão e despersonalização do que os do quinto semestre, podendo indicar a interferencia do processo de adaptação a universidade e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento ao decorrer do curso. (SOUSA, TONANI, 2018 apud BATISTA; FULIOTTO, 2017). Dessa maneira, observou-se que o stress, habilidades sociais e autorregulação da aprendizagem e organizações dos estudos foram as dificuldades encontradas pelos alunos ao decorrer do curso, conforme apontado por Sousa e Tonani (2018). Logo, de acordo com Limongi-França e Rodrigues (2005), partindo do pressuposto de que o stress referente as condições de ocupação são um problema de ordem multifatoria, e que com isso, a promoção da saude mental como solução deve ser implantada no coletivo, foi proposta a criação de programas de intervenção que proporcione atividades de integração, desenvolvimento de estratégias de aprendizagem e orientações sobre como conduzir os estudos (SOUSA; TONANI 2018).

### XIII Encontro de Iniciação Científica do Centro Universitário Barão de Mauá

A aplicação do programa de Tutoria por Pares, apresentada no trabalho de Sousa e Tonani (2018) contou com estudantes dos cursos de Pedagogia e Psicologia de um instituição privada de ensino superior. Através do programa, foi possível notar a necessidade de uma reaplicação do método, devido a dificuldade de adesão encontrada pelos estudantes ao grupo de habilidades sociais, onde também seriam orientações para estratégias de enfrentamento e planejamento/execução de estudos. Porém com aprofundamento nas questões que surgiram diante intervenções que foram apenas planejadas, foi possível se pensar em estratégias que trouxessem maior envolvimento no grupo, como o período da abordagem aos estudantes, que poderia ser no começo do ano. Desse modo, acredita-se que com a reaplicação desse método diante das possibilidades dos estudantes o programa poderá ser desenvolvido por outras universidades, bem como aderido de forma abrangente.

#### **Objetivos**

Este estudo teve como objetivo aplicar um programa de tutoria por pares desenvolvido primeiramente por Chaleta e Grácio (2010 apud SOUSA; TONANI 2017) e de Versuti (No Prelo apud SOUSA; TONANI 2018) junto a alunos dos cursos de Pedagogia e Psicologia de um Centro Universitário do interior de São Paulo, adaptando estratégias interativas de conteúdo e acesso aos alunos participantes, a partir dos resultados obtidos na pesquisa “Adaptação acadêmica do estudante no ensino superior: projeto piloto de tutoria por pares” de

Sousa, Tonani, Rodrigues e Trivellato-Ferreira (2018). Assim o presente estudo verificou experimentalmente o programa Tutoria por pares e as atividades presenciais propostas no programa para o desenvolvimento de habilidades sociais e adaptação acadêmica dos estudantes.

#### **Métodos e Procedimentos**

O presente trabalho foi subteúdo ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Barão de Mauá e obteve parecer de aprovação nº: 3.378.358. Esse é um estudo que faz parte do projeto “Adaptação acadêmica no ensino superior: projeto de tutoria por pares”, que visa analisar e desenvolver a prática de tutoria em estudantes de uma IES do interior do estado de São Paulo. Todos os alunos ingressantes no 2º semestre de 2019 dos cursos de Psicologia e Pedagogia, transferidos de outras universidades ou participantes de processo seletivo simplificados do meio do ano letivo foram convidados a participar deste estudo, que tinha como proposta um grupo de apoio a adaptação no ensino superior, realizado em um Centro Universitário no interior do estado de São Paulo. A interação foi prevista para ser realizada pelo ambiente virtual, encontros presenciais em sala de aula e durante o intervalo e também por meio de um grupo criado no aplicativo para smartphones WhatsApp. Os participantes que aceitaram colaborar com a pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e responderam a um roteiro com informações sociodemográficas, acadêmicas e psicossociais (RISAP) e a Escala de Estresse Percebido (EEP).

### Resultados e Discussão

O estudo encontrou algumas dificuldades que inviabilizaram a realização desse. As principais dificuldades foram evasão do curso (quatro) e disposição de tempo para realização do curso (dois). Aqui serão relatados apenas os procedimentos e resultados do perfil da amostra. Seis estudantes do curso de Pedagogia com ingresso no segundo semestre do ano letivo, e três estudantes do curso de Psicologia que também realizaram transferência no segundo semestre do ano foram convidados. Foi possível realizar contato com as seis estudantes da Pedagogia para propor convite ao grupo de apoio para adaptação à universidade. Em relação as estudantes do curso de Psicologia, duas das três estudantes não estavam frequentando as aulas, e por conta disso foi possível realizar contato apenas com uma estudante, que relatou diversas dificuldades e não participou das reuniões que foram realizadas. Ao todo, aconteceram duas reuniões, na primeira as seis alunas da Pedagogia assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para que pudessem participar de uma possível intervenção e responderam ao questionário para estabelecimento do perfil das participantes do grupo. No segundo encontro, compareceram quatro estudantes, para agendamento das intervenções, quando elas relataram não poderem mais participar do estudo. As seis participantes eram do gênero feminino, com idade média de 24 anos de idade, solteiras, quatro estavam realizando a segunda graduação. As participantes residiam no mesmo município da instituição de ensino superior, cinco moravam com os pais e duas sozinhas. Todas trabalhavam Todas relataram dificuldades de tempo para participarem do grupo, bem como a organização do tempo para os estudos; quatro pensavam em desistir do curso e se sentem sobrecarregadas em estudar e trabalhar. Não usam bebidas alcoólicas e nem fumam.

Limongi-França e Rodrigues(2005), referem que manter a vida universitária enquanto se luta para ganhá-la, pode trazer um desgaste ao processo de viver que muitas vezes se abre como porta de entrada para enfermidades.

A respeito dos dados que foram coletados, pode-se de forma incipiente perceber diversas manifestações psíquicas nos comportamentos das estudantes, além de um perfil semelhante

entre elas. Mesmo diante da recusa a participação no grupo, foi possível perceber pelos relatos, uma tensão frente as cobranças da vida universitária e conflito desta com a vida, sendo até mesmo possível que seja feita uma associação de todos estes medos e a negação diante da vivencia grupal, visto ao receio que a mesma pudesse ser mais uma cobrança com a qual elas teriam que lidar, mesmo diante da explicação dos objetivos do grupo. Também pode ser levado em consideração o fato de que a possibilidade de entrar em contato com seus medos no contexto do grupo, traz uma resistência ao enfrentamento de muitas questões, tanto internas quanto externas, de contextos pessoais e acadêmicos.

De acordo com os resultados do estudo do projeto temático “Stress e Burnout no Ensino Superior: um estudo com graduandos e professores”, através da Escala de Estresse Percebido (EEP), foram encontrados através do exposto por Sousa e Tonani (apud BATISTA; FULLOTTO, 2018), um nível de stress moderado (30,71) para a amostra estudada revelando uma necessidade de ampliar o olhar sobre os estudantes, em especial do primeiro e terceiro semestre, indicando o período de adaptação a universidade (SOUSA, P. A.; TONANI, L. I., 2018). Desse modo, pode-se dizer que foi um comportamento esperado diante da problemática, e que mostrou -se novamente a necessidade da ampliação de estudos para intervenções mais efetivas posteriormente.

### Conclusão

Diante do exposto, conclui-se que o estudo de stress em estudantes do ensino superior é umaproblemática merecedora de estudos constantes. Apesar de que a saúde mental dos estudantes universitários é uma demanda que vem trazendo mais olhares, é necessário que essas perspectivas se inter-relacionem e para que seja possível estabelecer estratégias de enfrentamento e suporte emocional que facilitem a vivencia no contexto acadêmico. Com isso, considera-se que o estudo merece mais aprofundamento em relação as variáveis estressoras da problemática da evasão escolar, que apresentou - se inclusive durante este presente trabalho. Através do desenvolvimento deste trabalho, espera-se que seja possível estabelecer intervenções que consigam abranger esta temática e estimular a promoção da saúde, o desenvolvimento das universidades e conseqüentemente o futuro desses jovens e de pessoas que poderão ser influenciadas em razão de sua formação.

## XIII Encontro de Iniciação Científica do Centro Universitário Barão de Mauá

### Referências

FARO, André; PEREIRA, Marcos Emanuel. Estresse: revisão narrativa da evolução conceitual, perspectivas teóricas e metodológicas. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v.14, n.1, p.78-100, 2013. Disponível em: <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=ci\\_arttext&pid=S1645-00862013000100006&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=ci_arttext&pid=S1645-00862013000100006&lng=pt&nrm=iso)> Acesso em: 05 de dez. 2019.

MELLO-FILHO, J. **Psicossomatia hoje (recurso eletrônico)**. 2ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

MONDARDO, A. H.; PEDON, E. A. Estresse e desempenho acadêmico em estudantes universitários. **Revista de Ciências Humanas**, Florianópolis, Ano VI, n. 6. 2005. Disponível em: Acesso em: 10/10/2019

SOUSA, A. P.; TONANI, I. L. **Adaptação acadêmica do estudante no ensino superior: projeto piloto de tutoria por pares**. Trabalho de Conclusão de Curso do Centro Universitário Barão de Mauá. Ribeirão Preto, 2018.

