

CONIC SEMESP

16º Congresso Nacional de Iniciação Científica

TÍTULO: ANSIEDADE: UM ESTUDO EM ALUNOS DE PSICOLOGIA

CATEGORIA: CONCLUÍDO

ÁREA: CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS

SUBÁREA: PSICOLOGIA

INSTITUIÇÃO: UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU

AUTOR(ES): JUSSARA NOBRE FAGUNDES DA SILVA, ANDREIA VIEIRA DE SOUSA, JESSICA SILVA DE MELO

ORIENTADOR(ES): CLAUDIA BORIM DA SILVA

Realização:



Apoio:



Resumo: Ansiedade é conhecida como um tipo de humor desagradável, que todos estão propensos a sentir. Na formação acadêmica, estudantes tendem a sofrer de ansiedade, seja decorrente da vivência de situações novas que vão surgindo, ou por experiências inerentes à vida escolar como realização de provas, aproximação do término do curso, entre outras. Por isso, o objetivo desse projeto foi verificar o nível de ansiedade-traço (a disposição pessoal e a tendência no ato de responder) e ansiedade-estado (sentimento subjetivo, momentâneo) em estudantes do primeiro e último ano do curso de psicologia de uma universidade particular de São Paulo. Os instrumentos utilizados foram: um questionário de identificação, que buscou levantar informações sobre dados sócio demográficos e fatores desencadeadores de ansiedade; e o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) que visa quantificar a ansiedade enquanto parte integrante da personalidade (traço) e a ansiedade em um nível mais passageiro (estado). Com isso, notou-se que independente do ano que o participante cursa, não houve na amostra diferença significativa em ansiedade-traço e ansiedade-estado. E, embora 81% tenham sido mulheres e 19% homens, também não teve diferença significativa entre a ansiedade destes. Isto foi possível notar em todas as questões levantadas, com exceção apenas naqueles que não dão conta das exigências do curso, mostrando que estes são mais ansiosos. Fazendo uma comparação entre as ansiedades estado e traço do IDATE (Inventário de Ansiedade Traço-Estado), há uma tendência na amostra de baixa ansiedade. Sendo assim, conclui-se que embora na amostra não haja diferenças significativas, este estudo se faz importante para a melhoria do autoconhecimento de estudantes que precisam aprender a lidar com sua ansiedade, e futuramente com a ansiedade do outro.

Palavras-chave: Ansiedade, universitários, estudantes, psicologia.

Introdução

De acordo com Gama, Moura, Araújo e Teixeira-Silva (2008), o termo ansiedade, embora vivido por todo ser humano, não tem uma definição que seja exata e de comum acordo entre os estudiosos. Porém, entende-se por ansiedade

o humor desagradável que todos estão propensos a sentir, no qual envolve atitudes corporais e comportamentais concernente à apreensão aos acontecimentos futuros (Barlow & Durand, 2008).

Segundo Ferreira, Almondes, Braga, Mata, Lemos e Maia (2009), muitas vezes quando o indivíduo está ansioso, podem ocorrer vários sintomas como a taquicardia, tontura, dor de cabeça, dores musculares, formigamento, sudorese, insônia, tensão, inquietação, irritabilidade e angústia.

Os sentimentos de ansiedade e o medo apresentam características parecidas, entretanto o que os difere é o fato que a manifestação do medo está direcionada ao mundo externo, a algo, situação ou alguém específico de forma direta. Já a ansiedade, a ameaça externa é internalizada, causando desconforto (Rosito, 2008).

Em sua avaliação, a ansiedade engloba duas distinções. Uma é a ansiedade-estado, em que se refere ao sentimento subjetivo e ao estado emocional transitório do indivíduo, podendo variar ao longo do tempo. Já a outra é a ansiedade-traço, que está voltada a disposição pessoal e a tendência no ato de responder, diante de suas próprias percepções em relação as ameaças. Esta última é relativamente estável (Brandtner & Bardagi, 2009).

Segundo Ferreira, et al. (2009), nos dias atuais, na vida da população, a ansiedade tem aumentado cada vez mais, devido às diversas transformações ocorridas no sistema econômico, social e cultural. Esse aumento acontece, principalmente em uma metrópole como São Paulo, que exige mais dos indivíduos, sendo assim uma das queixas mais comuns nos consultórios dos psicólogos e, por isso, considerada pelo senso comum, o mal do século XXI.

No caso dos universitários, de acordo com Carvalho, Farah e Galdeano, (2004), *“diante da situação desconhecida de realizar um procedimento novo, o estudante torna-se inseguro, assustado e ansioso”* (p.919). Saber o grau de ansiedade desses alunos e como eles lidam com isso pode definir o tipo de profissional que ele será. Caso esse profissional não tome cuidado, podem aparecer mecanismos de defesas pouco flexíveis, que podem prejudicá-lo, tanto profissionalmente quanto pessoalmente (Nogueira-Martins, 2002, citado por Tarnowski & Carlotto, 2007).

Com isso, a ansiedade pode interferir no processo de aprendizagem e no desempenho deste universitário nas disciplinas, pois compromete o comportamento assertivo dos alunos, o que é um fator importante na vida deste (Ferreira et al., 2009). Os estudantes passam por muitas dificuldades durante sua formação acadêmica e por diversos tipos de situações em que tem que aprender a lidar com seus próprios limites. Exemplos disso são: conciliar a carga horária com as demais demandas que a universidade exige, como provas, trabalhos, estágios, horas complementares, entre outros. Como também, as sensações experimentadas no relacionamento com os professores, os clientes, ou até com os alunos da própria sala de aula (Tarnowski & Carlotto, 2007).

Por isso, o motivo para a escolha do tema foi verificar se os alunos, mesmo expostos a tantas situações que podem gerar ansiedade, estão preparados para encarar a universidade, independente do ano que cursa, e o que virá após esse. No caso do estudante de psicologia, a exigência no controle da ansiedade é um dos fatores de grande importância, em seu processo de aquisição de informações, pois este desde a sua formação, tem contato direto com outros seres humanos e com suas mazelas, sejam elas físicas ou psicológicas (Nogueira-Martins, 2002, citado por Tarnowski & Carlotto, 2007). Através deste contato, pode-se despertar questões sobre a própria vida, conflitos e frustrações. Faleiros (2004) citado por Meira e Nunes (2005), explica:

A responsabilidade e a complexidade da tarefa de responder terapeuticamente ao pedido de ajuda de outro ser humano justificam a necessidade de maior consciência do futuro profissional sobre a concepção a respeito do que é ser psicoterapeuta e sua implicação de ordem prática na qualidade da sua formação profissional. (p.342).

Objetivo Geral

O objetivo geral deste projeto foi verificar o nível de ansiedade-traço e ansiedade-estado em estudantes universitários do primeiro e do quinto ano do curso de Psicologia, matriculados em uma universidade particular de São Paulo. Assim, como comparar o nível de ansiedade-traço e ansiedade-estado por

gênero, de quem consegue, ou não, dar conta de todas as exigências do curso; de quem exerce estágio/trabalho remunerado na área de Psicologia; de quem se sente seguro para realizar apresentações orais.

Metodologia

Tratava-se de uma pesquisa de levantamento, no qual pretendia-se buscar a informação diretamente com a população pesquisada, cujo comportamento desejava-se ter conhecimento. Suas principais vantagens são: o conhecimento direto da realidade; economia e rapidez; e a quantificação, que é o agrupamento dos resultados em tabelas, o que possibilitou sua análise estatística (Gil, 2012).

Desenvolvimento

Participaram desta pesquisa 105 alunos do curso de Psicologia de uma Universidade particular, matriculados em duas turmas, 40 do primeiro ano e 65 do quinto ano. Como critérios de exclusão foram considerados os alunos menores de idade e os que estavam cursando apenas DP (dependência).

Foi solicitada autorização para a coordenadoria do curso de Psicologia, da Universidade São Judas Tadeu (campos Mooca, São Paulo), para que a pesquisa pudesse ser aplicada aos alunos do curso. Após a obtenção da autorização, o trabalho foi encaminhado ao Comitê de Ética. Com a aprovação do Comitê (CAAE: 55560516.4.0000.0089) ocorreu a aplicação dos questionários, em horário de aula agendado com o professor responsável pela aula e a coordenação do curso. Foi entregue o Termo de Consentimento, lido e assinado pelos alunos que concordarem em responder de forma voluntária a pesquisa. Os participantes responderam o Questionário de Identificação, com suas informações pessoais. Depois deste preenchimento, foi entregue o Questionário do IDATE, e explicado que o instrumento é dividido em duas partes: Parte 1 - IDATE-Estado e Parte 2 - IDATE-Traço. E que não havia respostas certas ou erradas, mas que deveriam ser assinaladas somente uma das quatro opções dadas, em cada alternativa (Kaiper, 2008). O tempo estimado para a

coleta de dados foi de aproximadamente 30 minutos.

O Questionário de Identificação foi composto por 17 itens com perguntas estruturadas, visando ter conhecimento sobre aspectos da vida pessoal, acadêmica e profissional do voluntário. Resultando assim, apontar situações relevantes para comparação entre ano, gênero e concepções que se caracterizam em situações que possam causar ansiedade. Com isso, as questões de número 4,6,7,9 e 15 foram adaptas de Almeida (1998).

Sobre o IDATE, Fioravanti, Santos, Maissonette, Cruz e Landeira-Fernandez (2006) afirmam que ele foi desenvolvido por Spielberger, Gorsuch e Lushene, em 1970, e sua tradução e adaptação para o Brasil foi realizada por Biaggio e Natalício (1979). O inventário foi baseado na definição de ansiedade de Spielberger sobre os conceitos de estado e traço de ansiedade (Biaggio, Natalício & Spielberger, 1977). O IDATE é composto por duas escalas, no qual mede dois tipos de ansiedade: uma a ansiedade enquanto traço (IDATE-T) que está relacionada a um aspecto mais fixo do sujeito e como ele lida com isso no decorrer da vida; e a outra ansiedade estado (IDATE-E) que está relacionada a situações mais passageiras onde o indivíduo se vê em situações de adversidade. Ambas escalas possuem 20 afirmações cada uma, que requerem do sujeito a descrição de como eles se sentem e podem ser aplicadas a qualquer população (Biaggio, Natalício & Spielberger, 1977).

De acordo com Kaipper (2008), há quatro opções de respostas para cada escala. São elas: 4 - MUITÍSSIMO, 3 - Bastante, 2 - Um pouco e 1 - Absolutamente não, para a escala ldate-estado; e na escala ldate-traço são: 4 - Quase sempre, 3 - Frequentemente, 2 - Às vezes e 1 - Nunca. Nisso, o participante assinalou apenas uma para cada afirmação. Quanto maior a pontuação em ambas as escalas, mais alto o índice de ansiedade dos alunos.

Resultados

A amostra foi composta por 85 mulheres (81%) e 20 homens (19%), 38,1% (n = 40) estão no primeiro ano e 61,9% (n = 65) estão no quinto. A idade média dos universitários é de 23 anos (desvio padrão de 4,8 anos).

Ao perguntar se o aluno dá conta das exigências 66% (n = 68) responderam que sim. Em época de provas 90,3% (n = 93) dos participantes responderam ficar ansiosos. Para apresentações ou seminários 39% (n = 41) se sentem seguros e nos trabalhos em equipe 75% (n = 78) informaram possuir facilidade para trabalhar em grupo e 91,4% (n = 96) possuem facilidade em obter o material para os estudos. No relacionamento com os professores, 88,6% (n = 93) informaram não ter dificuldades. Dos 105 participantes, 69,5% não estão fazendo estágio ligado a formação, apenas 30,5% responderam estar empregado na área, e destes, 50% estão atuando na área de Recursos Humanos. Ao responder sobre qual área os participantes pretendiam atuar, 28,1% alegaram preferir atuar no atendimento terapêutico (autismo).

Sobre as perguntas direcionadas especificamente aos alunos do quinto ano, 92,2% relataram que suas expectativas em relação ao curso foram alcançadas.

Como pode ser observado na Tabela 1, a média da pontuação de ansiedade, tanto traço quanto estado, está abaixo do ponto médio da escala, indicando níveis mais baixos de ansiedade. Mas é importante observar que há alunos com índices altos de ansiedade, como a pessoa com pontuação 77.

Tabela 1.

Pontuação dos participantes nas escalas de Ansiedade-Estado e Ansiedade-Traço (n = 105)

	Mínimo	Máximo	Ponto médio da escala	Média	Desvio padrão
pont_total_E	24,00	77	50	47,6571	11,5082
pont_total_T	27,00	69	50	44,9524	9,6947

Ao comparar o nível ansiedade-estado e ansiedade-traço dos alunos de primeiro e quinto ano de Psicologia, não foi observado diferença estatística significativa, nem em traço e nem em estado, conforme observado também em Brandtner e Bardagi (2009), como verificado na tabela 2.

Tabela 2.

Comparação da pontuação de ansiedade-traço e ansiedade-estado por ano do curso de graduação, por trabalhar na área e grupos de alunos que dão ou não conta das exigências do curso

	Grupo	N	Média	Desvio Padrão	Estatística	P
pont_total_E	Primeiro Ano	40	49,3	11,5	U= 1118	0,229
	Quinto Ano	65	46,7	11,4		
pont_total_T	Primeiro Ano	40	45,9	10,3	U=1184	0,446
	Quinto Ano	65	44,3	9,3		
pont_total_E	Dá conta	68	45,1	10,9	U= 665,5	<0,001
	Não dá conta	35	53,4	10,3		
pont_total_T	Dá conta	68	43,1	9,2	t= -3,264	0,002
	Não dá conta	35	49,3	9,1		
pont_total_E	Trabalha na área	32	46,4	12,0	U= 1046,5	0,397
	Não trabalha na área	73	48,2	11,3		
pont_total_T	Trabalha na área	32	44,5	9,7	t= -0,293	0,770
	Não trabalha na área	73	45,1	9,8		

*t = teste t de Student para amostras independentes, U = teste de Mann-Whitney

Ao pensar nos dados encontrados na Tabela 2, pode-se observar que há diferença estatística entre aqueles que não dão conta das exigências do curso, e que isso ocorreu tanto em ansiedade traço, como estado. Ou seja, os alunos que acreditam que não dão conta das exigências do curso tem níveis mais elevados de ansiedade.

Tabela 3.

Comparação da ansiedade-estado e ansiedade-traço em alunos que fizeram algum tipo de apresentação em classe

		N	Média	Desvio Padrão	F	P
pont_total_E	Sim	41	46,3	12,4	U= 0,781	0,461
	Não	56	49,0	10,6		
	Não teve experiência	8	45,6	13,2		
	Total	105	47,7	11,5		
pont_total_T	Sim	41	43,2	10,0	t= 1,146	0,322
	Não	56	45,9	9,1		
	Não teve experiência	8	47,2	11,8		
	Total	105	48	9,7		

*t = teste t de Student para amostras independentes, U = teste de Mann-Whitney

Conforme a Tabela 3, também foi possível notar que não há diferença significativa na ansiedade, nem traço nem estado, de alunos que já fizeram algum tipo de apresentação para a classe, como aqueles que não o fizeram.

Tabela 4.

Comparação de ansiedade-estado e ansiedade-traço entre gêneros

	Sexo	N	Média	Desvio padrão	Estatística	P
pont_total_E	Feminino	85	48,3	11,4	U= 677	0,158
	Masculino	20	45,1	12,5		
pont_total_T	Feminino	85	44,9	8,9	t= -0,182	0,857
	Masculino	20	45,5	12,9		

*t = teste t de Student para amostras independentes, U = teste de Mann-Whitney

Segundo os estudos de Biaggio, Natalício e Spielberger (1977); Brandtner e Bardagi, (2009) e Gama, Moura, Araújo e Teixeira-Silva (2008) o nível de ansiedade se mostrou maior nas mulheres do que nos homens. Em oposição aos resultados dos autores citados, observar-se que na tabela 4, não houve diferença significativa entre homens e mulheres. Isto levanta a hipótese de que os futuros psicólogos, independente do gênero, lidarão com a ansiedade de outras pessoas no futuro e possivelmente já estejam lidando diferentemente com este transtorno.

Considerações Finais

Este estudo tinha por objetivo verificar o nível de ansiedade traço e ansiedade estado entre alunos do primeiro e quinto ano de psicologia, de uma Universidade particular do estado de São Paulo. Chegou-se à conclusão de que não há diferença significativa de ansiedade entre estes alunos. Também não há diferença por gênero, contrariando estudos anteriores. No entanto, os alunos que consideram não conseguir realizar todas as atividades exigidas pelo curso, apresentaram ansiedade-traço e ansiedade-estado maior do que aqueles que consideram dar conta.

De modo geral, há uma tendência para baixos índices de ansiedade na amostra toda. No entanto, cinco alunos apresentaram pontuação de ansiedade-estado acima de 70 pontos, indicando ansiedade muito alta que possivelmente atrapalha no

desenvolvimento de suas atividades diárias, acadêmicas ou não. Por ser a ansiedade-estado, estes alunos devem estar diante de realização de tarefas desafiadoras que estejam lhes trazendo este transtorno, mas nesta pesquisa não foi possível identificar quais eram estas tarefas. Certamente não é algo restrito ao aluno de psicologia, mas ao aluno de forma geral.

Devemos considerar que os estudantes de psicologia serão os futuros psicólogos que deverão lidar de forma direta com a ansiedade dos seus clientes. Pesquisas sobre o nível de ansiedade desses futuros profissionais podem ajudar na melhora do autoconhecimento desses estudantes, sendo assim, eles poderão trabalhar suas limitações e ajudar o outro.

Referências

- Almeida, L.S. (1998). Questionário de vivências acadêmicas para jovens universitários: estudos de construção e de validação. *Revista galego-portuguesa de psicología e educación*, 03(8), 113-130. Recuperado de http://ruc.udc.es/xmlui/bitstream/handle/2183/6662/RGP_3-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Baptista, M.N., Baptista, A.S.D., & Torres, E.C.R. (2006, janeiro/junho). Associação entre suporte social, depressão e ansiedade em gestantes. *Revista de Psicologia da Vetor Editora*, 7 (1), 39-48. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psic/v7n1/v7n1a06.pdf>
- Barlow, D.H., & Durand, V.M. (2008). Transtornos de ansiedade. In D.H. Barlow & V.M. Durand (Eds), *Psicopatologia* (pp.131-138). São Paulo-SP: Editora Cengage.
- Biaggio, A.M.B., Natalício, L., & Spielberger, C.D. (1977). Desenvolvimento da forma experimental em português do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) de Spielberger. *Arquivos Brasileiros de Psicologia Aplicada*, 29 (3), 31-44. Recuperado de <http://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/abpa/article/view/17827/16571>
- Brandtner, M., & Bardagi, M. (2009). Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul. *Revista Interinstitucional de Psicologia*, 2 (2), 81-91. Recuperado de <http://www.fafich.ufmg.br/gerais/index.php/gerais/article/view/67/49>
- Carvalho, R., Farah, O.G.D., & Galdeano, L.E. (2004). Níveis de ansiedade de alunos de graduação em enfermagem frente à primeira instrumentação cirúrgica. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 12 (6), 918-923. Ribeirão Preto, SP. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692004000600011

- Ferreira, C.L., Almondes, K.M., Braga, L.P., Mata, A.N.S., Lemos, C.A., & Maia, E.M.C. (2009). Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 14 (3), 973-981. Rio de Janeiro. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-1232009000300033&lng=en&nrm=iso&tlng=pt
- Fioravanti, A.C.M., Santos, L.F., Maissonette, S., Cruz, A.P.M. & Landeira-Fernandez, J. (2006). Avaliação da estrutura fatorial da Escala de Ansiedade-Traço do IDATE. *Avaliação psicológica*, 5 (2), 217-224. Porto Alegre. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712006000200011
- Gama, M.M.A., Moura, G.S., Araújo, R.F., & Teixeira-Silva, F. (2008). Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 30 (1), 19-24. Porto Alegre. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-81082008000100007
- Gil, A.C. (2010). Como classificar as pesquisas?. In A.C. Gil (Eds), *Como elaborar projetos de pesquisa* (pp. 25-44). São Paulo – SP: Editora Atlas.
- Kaipper, M.B. (2008). *Avaliação do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) Através da Análise de Rasch* (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. Recuperado de <http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/17463/000675471.pdf?sequence=1>
- Meira, C.H.M.G., & Nunes, M.L.T. (2005). Psicologia clínica, psicoterapia e o estudante de psicologia. *Paidéia*, 15 (32), 339-343. Ribeirão Preto, SP. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2005000300003
- Rosito, L.E. (2008). *Nível de Ansiedade Traço-Estado em Jogadores de Futebol das Categorias de Base de Clubes Profissionais* (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. Recuperado de <http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/13415/000642855.pdf?sequence=1>
- Tarnowski, M., & Carlotto, M.S. (2007). Síndrome de Burnout em estudantes de psicologia. *Temas psicologia*, 15 (2), 173-180. Ribeirão Preto, SP. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2007000200004