



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS - FBTC

ANAIS DO XIV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo

Presidente do XIV CBTC

Marcele Regine de Carvalho

Coordenadora Científica do XIV CBTC

Porto Alegre

2022

IMPACTO DO ESTRESSE PELA PANDEMIA DE COVID-19 NO COMPORTAMENTO PROCRASTINATÓRIO DE ESTUDANTES DE ENSINO SUPERIOR

Autores Emmanuelle Tijerina Dallegrave ¹, Fernando Elias Machado José ²

Instituição ¹ IPA - Centro Universitário Metodista IPA (Rua Coronel Joaquim Pedro Salgado, 80 - Porto Alegre - RS), ² PUCRS - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (Av. Ipiranga 6681 Partenon)

Resumo

introdução

Considerando que a construção do conhecimento a respeito dos impactos psicológicos da pandemia sobre a população se encontram em desenvolvimento e, a partir da incitação originada a partir do acompanhamento clínico de estudantes (acadêmicos) durante a pandemia de covid-19, onde o comportamento procrastinatório foi alçado a um papel protagonista no processo de estudos durante a pandemia,

Objetivos

objetiva-se, pelo presente estudo, verificar possíveis alterações/intensificação no comportamento procrastinatório de estudantes de ensino superior durante a pandemia de covid-19 no Brasil.

Métodos

O método utilizado foi a revisão narrativa da literatura que engloba o processo de busca e análise de material relevante escrito sobre o tema (livros, artigos de periódicos, teses e dissertações, etc.) e descrição de um corpo do conhecimento na construção de respostas a uma pergunta.

Resultados

Os resultados apontaram relevante incidência e/ou aumento dos sintomas de estresse durante o período objeto do estudo (pandemia de covid-19) e, portanto, com significativo impacto na qualidade de vida.

Discussão

A procrastinação consiste no adiamento, delonga ou demora desnecessária e irracional de uma tarefa ou tomada de decisão, que invariavelmente será acompanhada de sensação de desconforto psicológico e emoções negativas, como culpa e insatisfação. Este comportamento é bastante comum na população alvo do trabalho, onde estudos mostram que a grande maioria apresenta o comportamento de procrastinação (aproximadamente 80%), dos quais aproximadamente 50% se mostram vinculados a consequências significativamente prejudiciais. Dentre as diversas causas que podem contribuir para o comportamento procrastinatório (como baixa autoeficácia, baixa autoestima, impulsividade, perfeccionismo) se encontra o estresse, sendo que sob o viés do aumento do nível de estresse provocado igualmente pela pandemia, o estudo

baseia a sua hipótese de correlação. Através do relatório da Organização Mundial de Saúde (OMS), em 2017, o Brasil foi apontado como portador dos maiores índices de ansiedade no mundo. Associado a este fato encontra-se o contexto gerado pela pandemia de covid-19, onde uma das consequências, igualmente relatada pela OMS em 2020, foi o significativo aumento no nível de estresse na população, em decorrência da sensação de incerteza, risco de contaminação, isolamento social, desemprego, entre outros. Se por um lado o estresse em níveis apropriados aumenta a eficiência e a performance do indivíduo, melhorando o seu desempenho, em níveis que ultrapassem a sua capacidade de adaptação à demanda podem levar à exaustão, provocando prejuízo.

Palavras-chaves: Estresse, Pandemia, Covid-19, Estudantes, Ensino superior