



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
Centro Acadêmico do Agreste
Núcleo de Formação Docente
Curso de Química - Licenciatura



JÉSSICA DANIELLE DA SILVA BRITO

**SAÚDE EMOCIONAL E FÍSICA NO AMBIENTE ACADÊMICO: A PERCEPÇÃO
DOS DISCENTES DO CURSO DE LICENCIATURA EM QUÍMICA DE UMA
INSTITUIÇÃO DO AGRESTE PERNAMBUCANO**

**Caruaru-PE
2017**

JÉSSICA DANIELLE DA SILVA BRITO

**SAÚDE EMOCIONAL E FÍSICA NO AMBIENTE ACADÊMICO: A PERCEPÇÃO
DOS DISCENTES DO CURSO DE LICENCIATURA EM QUÍMICA DE UMA
INSTITUIÇÃO DO AGRESTE PERNAMBUCANO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Colegiado de Licenciatura em Química do Centro Acadêmico do Agreste da Universidade Federal de Pernambuco como requisito parcial para a obtenção do título de Licenciado em Química.

Orientadora: Prof^a Dr^a Ana Lúcia Leal

**CARUARU
2017**

Catálogo na fonte:
Bibliotecária – Simone Xavier CRB/4 - 1242

B862s Brito, Jéssica Danielle da Silva.
Saúde emocional e física no ambiente acadêmico: a percepção dos discentes do curso de Licenciatura em Química de uma instituição do Agreste pernambucano. / Jéssica Danielle da Silva Brito. – 2017.
94f. ; il. : 30 cm.

Orientadora: Ana Lúcia Leal.
Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso) – Universidade Federal de Pernambuco, CAA, Licenciatura em Química, 2017.
Inclui Referências.

1. Química. 2. Resiliência. 3. Burnout (Psicologia). I. Leal, Ana Lúcia (Orientadora). II. Título.

371.12 CDD (23. ed.) UFPE (CAA 2017-425)



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
NÚCLEO DE FORMAÇÃO DOCENTE DO CENTRO ACADÊMICO DO AGRESTE
COLEGIADO DO CURSO DE LICENCIATURA EM QUÍMICA**

FOLHA DE APROVAÇÃO DO TCC

JÉSSICA DANIELLE DA SILVA BRITO

**“SAÚDE EMOCIONAL E FÍSICA NO AMBIENTE ACADÊMICO: A PERCEPÇÃO DOS
DISCENTES DO CURSO DE LICENCIATURA EM QUÍMICA DE UMA INSTITUIÇÃO DO
AGRESTE PERNAMBUCANO”**

Relatório final, apresentado a Universidade Federal de Pernambuco,
como parte das exigências para a obtenção do título de graduado em
Química- Licenciatura.

Caruaru, 18 de Dezembro de 2017.

BANCA EXAMINADORA:

Prof^ª. Dra. Ana Lúcia Galvão Leal Chaves (NFD-CAA)
(Orientadora)

Prof^ª. Dra. Ana Paula Freitas da Silva (NFD-CAA)
(Examinadora 1)

Prof^ª. Dra. Ana Paula Fernandes da Silveira Mota
(Departamento de Psicologia e Orientação Educacional-CE-UFPE)
(Examinadora 2)

Dedico este trabalho às pessoas por quem tenho o maior amor desse mundo, que me ensinam tanto apenas por existir, carregando sabedoria e amor em cada pequeno gesto,

meus avós.

AGRADECIMENTOS

Ao concluir esta etapa de minha vida acadêmica posso perceber quanto aprendizado adquiri durante esses anos. Inúmeras foram as dificuldades para chegar até aqui, mas se consegui concluir foi porque nunca estive só.

Agradeço a Ana Lúcia, pela compreensão, carinho e paciência com que me ensinou durante todo o tempo, sendo sempre muito mais que uma orientadora. Agradeço também por me encorajar e mostrar que eu era capaz quando pensei que não daria conta das altas demandas que tinha, e por fazer da sua fala a sua prática, principalmente no que diz respeito à relação humanizada com seus alunos. Não poderia ter escolhido orientadora melhor!

À banca, composta pelas professoras Ana Paula Freitas e Ana Paula Fernandes da Silveira Mota, pela disponibilidade e pelas contribuições.

A todos os professores da minha formação, que acreditaram em mim, me inspiraram a ser melhor, como profissional e como pessoa, e que me ensinaram, na prática, a importância de uma relação humanizada, em especial: Ana Paula Freitas, Ana Paula Souza, Ana Patrícia Andrade, Ayron Lira, Glória Rocha, Juliana Angeiras e Marcelo Miranda.

Aos alunos que participaram da pesquisa e aos professores que cederam parte do tempo de suas aulas para a aplicação dos questionários.

Às que estiveram comigo desde o início do Curso, com quem dividi todos os momentos, tanto os felizes como os de pessimismo: Ana Paula, Atinaê, Francielly e Rosália. Também à Aline, Fernanda e Vitória, que não são da faculdade, mas me mandaram boas energias e palavras de encorajamento, além de compreenderem minha ausência nos últimos tempos. Vocês também fazem parte dessa conquista!

À minha família, que esteve comigo em todos os momentos e fez todo o possível para que eu alcançasse meus objetivos. Agradeço imensamente aos meus avós, base de toda a família, aos meus pais e irmão, que também vivenciaram minhas vitórias junto comigo e a todos os familiares, que de uma forma ou de outra, fizeram parte dessa conquista, em especial a Anne, Michelly e Thayná, por todas as conversas, companheirismo e amor de sempre!

Por fim, agradeço a Deus, por ter me feito resiliente quando mais precisei, me dando forças para suportar o cansaço de uma vida corrida. A passagem bíblica “Até aqui nos ajudou o Senhor” define exatamente a certeza que tenho neste momento.

*“Nada na vida deve ser temido, somente compreendido.
Agora é hora de compreender mais para temer menos.”*

Marie Curie

RESUMO

A educação é essencial para o desenvolvimento do ser humano. O espaço escolar é um dos ambientes propícios para que algumas habilidades sejam desenvolvidas, como as sociais, comportamentais, cognitivas e emocionais, além de todo o processo de ensino-aprendizagem. Porém, para que este processo ocorra, é preciso levar em consideração a influência de vários fatores, como por exemplo: a metodologia e qualificação do professor e sua relação com os educandos. Outros fatores vão além da dimensão escolar, tais como o meio social em que o aluno está inserido, o momento pelo qual está passando, seu estado emocional e físico. Tendo o professor uma relação humanizada com seus alunos, este será capaz de agir como um tutor de resiliência, ou seja, uma pessoa que auxiliará o educando a conseguir desenvolver sua capacidade de superar as adversidades. Uma das consequências de prejuízos na saúde emocional dos estudantes é o surgimento da Síndrome de *Burnout* que, apesar de inicialmente ter sido relacionada apenas com o trabalho, atualmente é considerada como uma síndrome que pode acometer também estudantes universitários. O objetivo deste trabalho foi compreender a percepção dos alunos do Curso de Licenciatura em Química, de uma Instituição Pública de Ensino Superior, sobre a influência do ambiente acadêmico em sua saúde física e emocional. Para isto, foi realizada uma entrevista estruturada, utilizando um questionário como instrumento de coleta de dados, em todos os períodos do Curso de Química, obtendo a adesão de 176 participantes. Os resultados mostraram que os estudantes possuem altos índices de Exaustão Emocional, porém índices mais baixos de Ineficácia e Descrença, o que não constitui indícios do desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* na Universidade. Em relação à Resiliência, constatou-se que os alunos do referido Curso possuem, no mínimo, Resiliência Média-Alta, resultado considerado satisfatório, pois pessoas altamente resilientes conseguem se adaptar melhor às mudanças e superar as adversidades. Porém, é importante mencionar a necessidade de implementar ações na Universidade de enfrentamento à Síndrome e fortalecimento da Resiliência, pois, mesmo que em quantidades menores, alguns alunos mostraram estar em uma etapa evolutiva da Síndrome maior que outros.

Palavras-chave: Síndrome de *Burnout*. Resiliência. Química.

ABSTRACT

Education is essential to a human being development. The scholar space is one of the environments suited to develop some abilities, such as social, emotional, behavioral and cognitive abilities, besides all of the learning-teaching process. However, for this process to occur, many factors must be taken into account, such as the teachers methodology and qualifications, and his relation with the students. Other factors go beyond the scholar dimension, such as the social environment which the student is inserted, what he is passing through, and his emotional/physical state. When a teacher has a humanized relation with his students, the teacher will be able to act like a tutor of resilience, i.e., be a person that will help the student to develop his capacity to surpass the adversities. One of the consequences of the loss of emotional health of the students is the appearance of the Burnout Syndrome, which initially was related only with work, is now considered a syndrome that can occur on university students. The objective of this document was comprehend the perception of the Chemistry Graduation students, on a Public University, under the influence of the academic ambiente on its emotional and physical health. To do that, a structured interview was made using a list of questions has a instrument to collect data, in all classes of the Chemistry Graduation, obtaining the data of 176 participants. The results showed that the students got high levels of Emotional Exhaustion, but lower levels of unbelief and uselessness, which doesn't constitute indications of development of the Burnout Syndrome in the University. In relation to Resilience, it was found that the above-mentioned Class had, at least, medium-high Resilience, a result that is considered satisfactory, because highly Resilience people can adapt better to changes and surpass the adversities. However, is importante to mention the need to implemente actions on the Univerity to confront the Syndrome and strenghten the Resilience, because even in smaller quantities, some students revelead to be in a evolutive stage of the Syndrome that is bigger than in other students.

Keywords: Burnout Syndrome. Resilience. Chemistry.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1	Dimensões básicas do ser humano.....	23
FIGURA 2	Dimensões transversais do ser humano.....	24
FIGURA 3	Configuração dos sistemas ecológicos familiares.....	28

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1	Sexo dos participantes da pesquisa.....	42
------------------	--	-----------

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1	Incidência por período de trabalhos acadêmicos relacionados ao tema “Formação Humana” – Biblioteca Digital de Teses e Dissertações.....	18
QUADRO 2	Área de trabalhos acadêmicos relacionados ao tema “Formação Humana” – Biblioteca Digital de Teses e Dissertações.....	18
QUADRO 3	Classificação da Síndrome de <i>Burnout</i> segundo o Ministério da Saúde.....	32
QUADRO 4	Classificação dos sintomas de <i>Burnout</i>	32
QUADRO 5	Incidência de trabalhos por ano relacionados à <i>Burnout</i> e à Química.....	35
QUADRO 6	Características das abordagens qualitativa e quantitativa.....	38
QUADRO 7	Incidência de participantes por período.....	42
QUADRO 8	Perfil sociodemográfico dos estudantes de Química da Instituição.....	44
QUADRO 9	Respostas afirmativas fornecidas à pergunta “Está satisfeito com o Curso de Química? Por quê?”	44
QUADRO 10	Respostas negativas fornecidas à pergunta “Está satisfeito com o Curso de Química? Por quê?”	45
QUADRO 11	Respostas afirmativas fornecidas à pergunta: “Já pensou ou pensa em desistir do Curso? Por quê?”	46
QUADRO 12	Respostas negativas fornecidas à pergunta: “Já pensou ou pensa em desistir do Curso? Por quê?”	46
QUADRO 13	Sintomas psicológicos causados pela Síndrome de <i>Burnout</i> relacionados à dimensão da <i>Exaustão Emocional</i>	47
QUADRO 14	Sintomas psicológicos causados pela Síndrome de <i>Burnout</i> relacionados à dimensão da <i>Descrença</i>	48
QUADRO 15	Sintomas psicológicos causados pela Síndrome de <i>Burnout</i> relacionados à dimensão da ineficácia.....	50
QUADRO 16	Sintomas físicos causados pela Síndrome de <i>Burnout</i>	51
QUADRO 17	Pontuação e classificação da Resiliência das turmas..	52

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BDTD – Biblioteca Digital de Teses e Dissertações

IES – Instituição de Ensino Superior

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	15
2	OBJETIVOS.....	20
2.1	OBJETIVO GERAL.....	20
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	20
3	REVISÃO DA LITERATURA.....	21
3.1	FORMAÇÃO HUMANA E EDUCAÇÃO.....	21
3.2	RESILIÊNCIA.....	26
3.2.1	Resiliência: Traço ou Processo?.....	29
3.3	SAÚDE E ADOECIMENTO MENTAL EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR.....	31
4	METODOLOGIA.....	37
4.1	CONSIDERAÇÕES SOBRE OS MÉTODOS QUALITATIVOS E QUANTITATIVOS.....	37
4.1.1	Tese da unidade.....	39
4.2	LOCAL, PERÍODO E AMOSTRA.....	39
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	42
5.1	QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO	43
5.2	QUESTIONÁRIO RELACIONADO À SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>	47
5.3	QUESTIONÁRIO RELACIONADO AO GRAU DE RESILIÊNCIA APRESENTADO PELOS ESTUDANTES.....	52
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	54
	REFERÊNCIAS.....	56
	APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO DE INFORMAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS E ACADÊMICAS.....	61
	APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>.....	62
	APÊNDICE C – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 1º PERÍODO.....	63
	APÊNDICE D – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 2º PERÍODO.....	66
	APÊNDICE E – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 3º PERÍODO.....	69
	APÊNDICE F – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 4º PERÍODO.....	72

APÊNCIDE G – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 5º PERÍODO.....	75
APÊNCIDE H – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 6º PERÍODO.....	78
APÊNCIDE I – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 7º PERÍODO.....	81
APÊNCIDE J – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 8º PERÍODO.....	84
APÊNCIDE K – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 9º PERÍODO.....	87
APÊNCIDE L – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 10º PERÍODO.....	90
ANEXO A – QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA.....	93

1 INTRODUÇÃO

A educação é fator essencial no desenvolvimento do ser humano. Já nos primeiros anos de vida, a criança é inserida no espaço escolar, onde se espera que ela venha a se desenvolver nas mais diversas áreas, tais como social, comportamental, cognitiva, emocional, entre outras, desde a educação infantil, até os anos finais de ensino.

Apesar do ambiente escolar estar relacionado a todas as áreas já mencionadas, é comum a compreensão de que a educação está cumprindo efetivamente seu papel apenas a partir do que o educando consegue compreender e reproduzir em relação a saberes puramente conceituais. Em outras palavras, afirma-se que o aluno possui desempenho satisfatório quando consegue tirar boas notas, atingindo ou ficando acima da média em todas as disciplinas. Entretanto, essa avaliação não leva em consideração os vários outros saberes que foram desenvolvidos ao longo do processo, como ele se deu e nem se houve, de fato, uma aprendizagem significativa.

Rogers (1997, p. 323) define aprendizagem significativa como:

Aquela que provoca uma modificação, quer seja no comportamento do indivíduo, na orientação da ação futura que escolhe ou nas suas atitudes e na sua personalidade. É uma aprendizagem penetrante, que não se limita a um aumento de conhecimentos, mas que penetra profundamente todas as parcelas da sua existência.

Vários são os fatores que podem influenciar no processo de ensino-aprendizagem. Alguns vão além da dimensão escolar, tais como o meio social em que o aluno está inserido, o momento pelo qual está passando, seu estado emocional e físico, etc. Outros estão relacionados ao ambiente escolar, como o espaço físico da escola, a metodologia e qualificação do professor, sua relação com os educandos, etc.

Cavalcanti e Santos Júnior (2013) afirmam que a estrutura da escola, como biblioteca, laboratórios, coordenação do curso e sistema de monitoria são exemplos de fatores que contribuem para um ensino de qualidade. Em relação ao corpo docente da instituição, é possível citar fatores como suas titulações, experiências profissionais e metodologia de ensino. Além disso, é fundamental que esses profissionais estejam bem emocionalmente para poderem assumir posturas humanas e se dedicarem verdadeiramente à tarefa de educar. Porém, mesmo que o

corpo docente e a estrutura da instituição estejam em condições adequadas, não será possível obter bons resultados se o corpo docente não estiver devidamente empenhado na busca pelo conhecimento e, do mesmo modo, não estiver bem emocionalmente.

Neste contexto, pode surgir a Síndrome de *Burnout*, definida por Tomaschewski-Barlem et al (2013, p. 755) como “um processo que resulta em exaustão física, mental e emocional, como consequência do trabalho intenso, sem atenção às necessidades do próprio indivíduo”. Ainda conforme Tomaschewski-Barlem, “decorre de um estado prolongado de estresse, de sua cronificação, quando o indivíduo já não dispõe de mecanismos de defesa suficientes para enfrentar as situações que lhe causam o estresse”. A síndrome abrange três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional.

No caso de estudantes universitários, sua atividade deve ser considerada como uma atividade pré-profissional e a síndrome também abrange três dimensões: Exaustão Emocional, descrença, e ineficácia profissional. (CARLOTTO; NAKAMURA; CÂMARA, 2006).

Voltando aos fatores que influenciam no processo de ensino-aprendizagem, a relação do professor com seu educando se constitui num elemento fundamental neste processo. Se essa relação for agradável, conseqüentemente a aprendizagem também será. Da mesma forma, se a relação é carregada de conflitos, será mais difícil para o educando conseguir atingir uma aprendizagem.

É fundamental que os professores compreendam sua importância na vida dos alunos, não apenas como meros transmissores de conhecimentos, mas sim como educadores para a vida, incluindo a totalidade do ser humano em seus ensinamentos. Para tanto, uma relação humanizada com seus alunos constitui-se de um caminho relevante para uma educação transformadora.

Poletti e Dobbs (2007) afirmam que a resiliência, capacidade de superação às adversidades, é favorecida pela presença de pelo menos uma pessoa capaz de manifestar uma atitude de compaixão pelo outro. Fora a família e pessoas próximas, com frequência o professor pode ser esse adulto que serve de modelo positivo.

Segundo Leal (2010, p.28),

a resiliência representa a capacidade concreta das pessoas de superação das situações críticas, mas também de utilizá-las em seus

processos de desenvolvimento pessoal, sem se deixarem afetar negativamente, capitalizando as forças negativas de forma construtiva.

Cyrułnik (2004) compreende que os professores podem ser encarados como tutores de resiliência de seus alunos se, além de se ocuparem da transmissão dos conteúdos acadêmicos, também os auxiliarem e os fortalecerem na capacidade de responderem de modo consistente às dificuldades da vida, superando possíveis eventos traumáticos.

Segundo Spagolla (2005) faz-se necessário, numa educação humanizada, rever os métodos que restringem o processo pedagógico à dimensão cognitiva, pois a intelectualidade e emoção do homem fundem-se, interferindo no processo educativo. É necessário que a prioridade da escola seja a humanização, pois os conteúdos didáticos encontram-se com facilidade, mas as relações humanas permitem ao ser humano seu pleno desenvolvimento.

A motivação pela investigação de nossa temática (saúde emocional e física no ambiente acadêmico) ocorreu, a princípio, por não termos vivenciado muitas relações humanizadas durante a nossa trajetória escolar, com prejuízos, inclusive, para nossa saúde. Foram poucos os professores que se preocuparam em fazer mais do que apenas transmitir conteúdos, mostrando-se acolhedores e preocupados com nosso bem estar geral. Além disso, por meio de conversas informais, percebemos que esta ausência de relações humanizadas, com consequentes prejuízos, ocorre também com outras pessoas, inclusive de outras instituições de ensino. Por isso, entendemos que é necessário intensificar a inserção de temas como o nosso, como meio de fortalecer a resiliência dos educandos e educadores e para alertar, cada vez mais, para a necessidade de uma educação “para a vida”.

A relação humanizada no ambiente escolar e suas contribuições para a educação vêm sendo aprofundada em vários estudos. Com vistas a conhecer mais detalhadamente o panorama de investigação desta temática em nosso país, decidimos realizar um levantamento na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD). Ele ocorreu em janeiro de 2017 e expõe a quantidade de estudos realizados (QUADRO 1).

QUADRO 1 - INCIDÊNCIA POR PERÍODO DE TRABALHOS ACADÊMICOS RELACIONADOS AO TEMA “FORMAÇÃO HUMANA” – BIBLIOTECA DIGITAL DE TESES E DISSERTAÇÕES.

Descritores	Anos				
	2012	2013	2014	2015	2016
Formação Humana	56	56	75	59	41
Total	287 trabalhos				

O Quadro 2 traz maiores informações sobre a quantidade de trabalhos por área, em cada ano, para os descritores “formação humana”, na área da Educação.

QUADRO 2. ÁREA DE TRABALHOS ACADÊMICOS RELACIONADOS AO TEMA “FORMAÇÃO HUMANA” – BIBLIOTECA DIGITAL DE TESES E DISSERTAÇÕES.

Ano	Área	Quantidade de trabalhos
2012	Educação	50
	Outras áreas	6
	Total	56
2013	Educação	49
	Outras áreas	7
	Total	56
2014	Educação	72
	Outras áreas	3
	Total	75
2015	Educação	49
	Outras áreas	10
	Total	59
2016	Educação	31
	Outras áreas	10
	Total	41

Como pôde ser observada, a maior quantidade de trabalhos relacionados à temática é na área de educação (de 287 trabalhos, identificamos 251). Porém, as mais diversas áreas do conhecimento, como, por exemplo, Filosofia, Serviço Social, Psicologia, Ciências Contábeis e Engenharia, também apresentaram estudos envolvendo a formação humana, cada uma com suas especificações.

Este trabalho será apresentado da seguinte maneira: o primeiro capítulo detalhará o conceito de Formação Humana e Educação; no segundo capítulo serão abordadas estratégias de fortalecimento da saúde, através da compreensão e desenvolvimento do conceito de resiliência; o terceiro capítulo trará concepções sobre saúde e adoecimento mental (síndrome de *Burnout*) dos estudantes do Ensino

Superior; o quarto capítulo apresentará a metodologia utilizada; o quinto capítulo será destinado à análise e discussão dos dados adquiridos; e o sexto capítulo trará as considerações finais.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Compreender a percepção dos alunos do Curso de Licenciatura em Química, de uma Instituição Pública de Ensino Superior, sobre a influência do ambiente acadêmico em sua saúde física, mental e emocional.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Investigar a percepção dos alunos da Instituição analisada sobre como o ambiente acadêmico pode favorecer ou não possíveis adoecimentos de ordem física;
- b) Investigar a percepção dos alunos da Instituição analisada sobre como o ambiente acadêmico pode favorecer ou não possíveis adoecimentos de ordem emocional;
- c) Analisar o perfil resiliente dos alunos das turmas estudadas.

3 REVISÃO DA LITERATURA

3.1 FORMAÇÃO HUMANA E EDUCAÇÃO

Todo trabalho que envolve pessoas envolve também interação, e é a partir dela que se vão se formando vínculos. Se a interação for boa, conseqüentemente esse vínculo se transformará também em afetividade. Sobre a profissão docente, sua complexidade é inegável, dadas as mais diversas competências que o professor precisa desenvolver para desempenhar plenamente sua função. Entre elas, tem-se a dimensão emocional, que é tão importante quanto os saberes científicos, pois é a partir dela que o professor interage com seus alunos, desenvolvendo vínculo e afetividade. (HERCULANO, 2011).

Diversos são os estudos acerca dos fatores associados à aprendizagem, a partir dos quais surgem evidências empíricas e teóricas. Entre elas, a mais forte vem de um experimento feito para análise de processos educacionais, que indica que alunos com menor renda e/ou dos anos iniciais de ensino, particularmente na etapa da alfabetização, apresentam desempenho melhor em turmas pequenas. Este fato se explica pelo maior contato do professor com os alunos, levando a uma proximidade afetiva que o ajuda a desenvolver uma atitude positiva em relação ao aprendizado, que perdura, ainda que o aluno, futuramente, esteja em turmas maiores. (MACHADO, 2014).

A autora aponta também que os fatores que definem o desempenho cognitivo podem ser divididos em duas categorias: os intra-escolares, que compreendem os fatores associados à estrutura escolar, e os extra-escolares, que referem-se ao próprio aluno e suas características socioeconômicas e culturais. Entre os anos de 1950 e 1960, estudos empíricos realizados em países como Inglaterra, França e Estados Unidos revelaram que os fatores extra-escolares têm uma influência maior no desempenho escolar dos alunos do que os intra-escolares.

Sobre os aspectos históricos da formação humana, Tonet (2006) afirma que ela era prioridade para diversos povos da antiguidade, mesmo entre aqueles que também se preocupavam com o desenvolvimento do corpo, como os gregos e os romanos, pois este era cuidado de forma a permitir o pleno desenvolvimento do lado espiritual. Para eles, o desenvolvimento do homem ocorria levando em consideração as diversas áreas, enxergando o trabalho como um dos meios para desenvolver-se

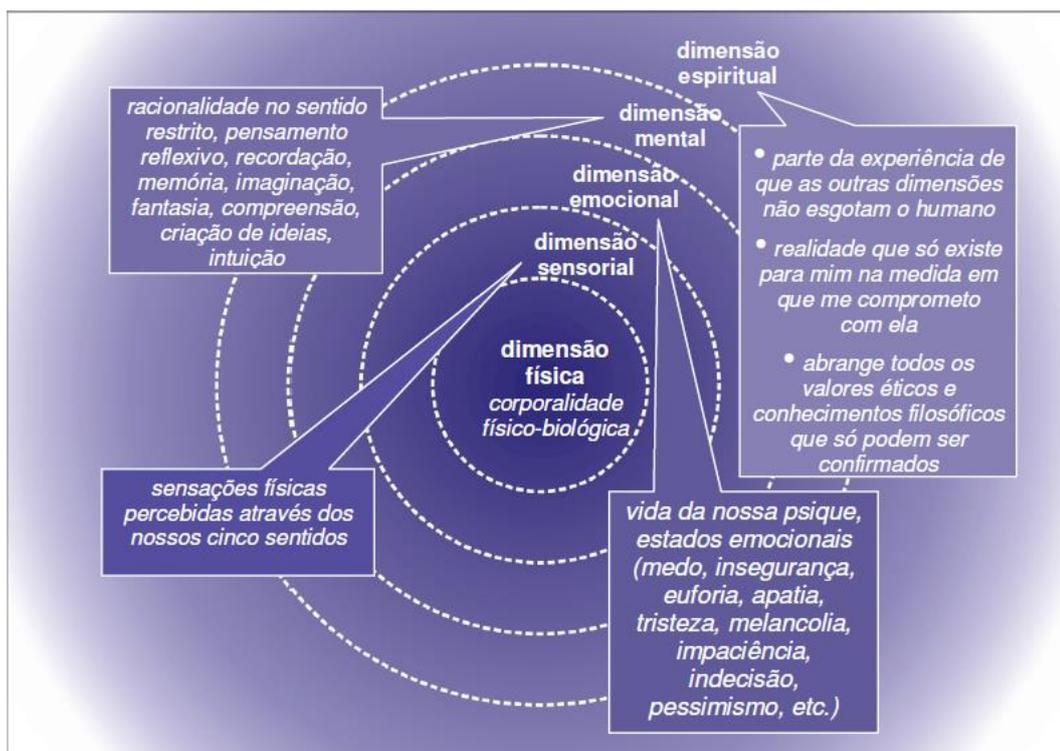
totalmente, e não como meio de produção de riquezas, unicamente. Porém, com a implantação do capitalismo, a centralidade do trabalho abstrato visando a obtenção constante de lucro passou a ser prioridade, deixando de lado a questão da formação cultural, espiritual e humana, impossibilitando uma autêntica formação humana integral. Para Suchodolski (2010, p. 55),

sociedade e trabalho no percurso histórico criam e formam os homens. Todavia, esses processos nas sociedades classistas os desumanizam, ainda que ofereçam ao mesmo tempo grandes possibilidades para o seu desenvolvimento.

Na época do capitalismo, este fato ocorreu de forma acentuada, cabendo a Marx e a outros pensadores da época fundar novos conceitos acerca da formação humana, reiterando sua importância, e fundamentando-se na articulação entre espírito e matéria, subjetividade e objetividade, interioridade e exterioridade do ser social, havendo entre essas duas últimas instâncias uma relação recíproca, que resulta na realidade social. (TONET, 2006).

Sobre as diversas áreas do desenvolvimento humano citadas anteriormente, Röhr (1999) reafirma este conceito, reconhecendo a íntegra das possibilidades em que o ser humano se expressa, como, por exemplo, na dimensão física, emocional, relacional-social-política, sexual, étnica e racional-mental-intelectual. Tecendo considerações mais detalhadas sobre elas, é possível citar, segundo o autor (2011), cinco que são consideradas básicas: a dimensão física, a sensorial, a emocional, a mental e a espiritual, conforme descrito na Figura 1.

FIGURA 1. DIMENSÕES BÁSICAS DO SER HUMANO.

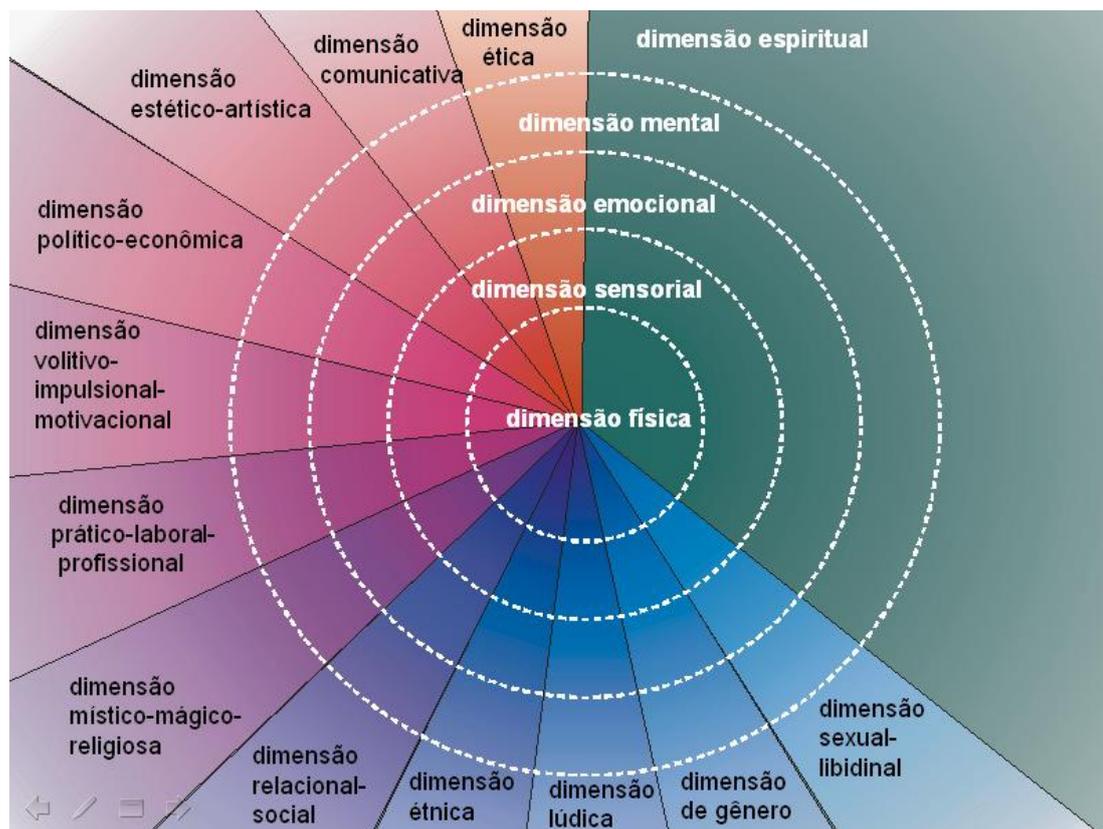


Fonte: Röhr (2011, p. 56)

Como explica Röhr (2011), a Figura 1, que contém as dimensões básicas, está organizada de acordo com o grau de densidade material de cada realidade, sendo considerada a mais densa a matéria física e a mais sutil, a espiritual. Vale ressaltar que, apesar de terem a mesma importância, as realidades mais densas têm uma grande influência nas sutis. Exemplificando: quando sentimos dor, que está relacionada à dimensão sensorial, nosso emocional também é afetado instantaneamente. Porém, problemas emocionais podem levar anos para resultarem em somatizações. Ou seja, as realidades mais sutis, ainda que levem mais tempo, não deixam de influenciar as mais densas e “o desequilíbrio de uma dimensão, mais cedo ou mais tarde, desequilibrará as outras”. (p. 57).

Ainda segundo o autor, além das dimensões já mencionadas, existem as chamadas dimensões transversais, pois perpassam as dimensões básicas. Entre elas, está a relacional-social, a prático-laboral-profissional, a político-econômica, a comunicativa, a sexual-libidinal e de gênero, a étnica, a estético-artística, a ética, a ecológica, a místico-mágico-religiosa, a lúdica e a volitivo-impulsional-motivacional, como mostra a Figura 2.

FIGURA 2. DIMENSÕES TRANSVERSAIS DO SER HUMANO.



Fonte: Röhr (2011, p. 56)

De acordo com Röhr (2011, p. 56), “é importante observar tanto a transversalidade com as dimensões básicas, quanto às múltiplas relações entre as dimensões temáticas”. O conceito de integralidade aqui adotado considera a importância de cada dimensão e a mútua interdependência de todas, seja básica ou transversal. A Figura 2 mostra a relação existente entre as dimensões, explicitando que todas as temáticas perpassam todas as básicas.

Para Saviani e Duarte (2010), sendo a educação uma atividade que ocorre especificamente nos seres humanos, a mesma está interligada com o processo de formação humana, o que significa que um bom educador deve ser um profundo conhecedor do homem.

Outro autor que traz importantes contribuições para a temática da formação humana é Bollnow. Em seu artigo “*Sobre las virtudes del educador*” (1979), ele considera o amor como a primeira das virtudes educativas. Para ele, é unicamente o amor que dá um tom calidamente humano à atividade dirigida de transformação das estruturas psíquicas de um educando, e só ele pode fazer suportar para a criança

esta intervenção em sua personalidade, por mais justificada e necessária que objetivamente ela seja.

Ainda segundo Bollnow (1979), a paciência, considerada como a arte de saber esperar, é a segunda grande virtude do educador. Ele deve ter paciência com as debilidades do educando, sobretudo quando ele recai, continuamente, nas mesmas faltas, mesmo após haver prometido não voltar a repeti-las.

Para o autor, a terceira virtude do educador é a confiança. A fé em outra pessoa constitui uma potência criadora capaz de engendrar realmente nela aquilo que, com toda a firmeza, crê ser capaz. Somente quando se crê que o aluno é capaz de fazer algo, e isso é mostrado a ele, é que ele irá acreditar em sua capacidade, tornando-se disposto a superar seus medos e temores.

Promover experiências de caráter humano durante a formação do licenciando, ao invés de apenas repassar conhecimentos teóricos sobre o assunto, constitui uma forma eficaz para que ele perpetue esta ação durante sua vida profissional, pois, como afirma Ximenes (2013, p. 24),

um profissional que tenha uma formação acadêmica inspirada/configurada pela formação humana, ou por princípios desta, estará em melhor condição de promover, no âmbito do ensino formal, um processo sistemático de humanização dos seus alunos.

Em uma pesquisa realizada com estudantes de uma instituição de ensino superior, Germano et al (2015), constataram que os professores considerados inesquecíveis para os entrevistados foram justamente os dotados de características mais humanas, aspecto apontado em 62,34% das respostas obtidas. O mesmo resultado foi encontrado em pesquisas semelhantes com estudantes da mesma instituição, porém do curso de Física, em que 56,7% apontaram essa mesma característica (FERREIRA; LEAL; SILVA, 2016) e de Pedagogia, indicada em 57,89% das respostas (SILVA; SILVA; LEAL, 2014). Esses achados reafirmam a importância de uma relação humanizada professor-aluno, independente de qual seja o curso em que os estudantes estejam inseridos.

Além dos fatores já mencionados, é possível afirmar também que uma relação humanizada professor-aluno contribui para a resiliência dos educandos. Este fato será detalhado no capítulo seguinte.

3.2 RESILIÊNCIA

O termo “resiliência” está originalmente relacionado com as áreas da Física e Engenharia, e diz respeito à capacidade dos materiais retornarem ao seu estado original após serem submetidos a diferentes pressões. Um dos precursores do estudo dessa propriedade foi o cientista Thomas Young, ao descrever experimentos que buscavam a relação entre a força aplicada a um corpo e a deformação por ela produzida. (LEAL, 2010).

Segundo Nadal (2007), etimologicamente, a palavra resiliência, quando provém do latim *resiliens*, significa saltar para trás, voltar, ser impelido, recuar, encolher-se, romper. A partir do inglês *resilient*, está relacionada com o conceito de elasticidade e capacidade rápida de recuperação.

Há algum tempo, a ciência investiga porque algumas pessoas conseguem superar situações traumáticas, enquanto outras não têm a mesma capacidade. Segundo Brandão (2011), essas pessoas foram inicialmente chamadas de invulneráveis, sendo esta palavra posteriormente substituída por resiliência, pois afirmar que as pessoas eram invulneráveis significava dizer que possuíam uma resistência absoluta às adversidades.

Sobre essa capacidade de superação, é possível citar explicações de diversas áreas do conhecimento:

A Biologia defende o ponto de vista de que cada ser humano é dotado de um potencial genético que o faz ser mais resistente que outros. A Psicologia, por sua vez, dá realce e importância às relações familiares, sobretudo na infância, que construirá nesse indivíduo a capacidade de suportar certas crises e de superá-las. A Sociologia vai fazer referência à influência do entorno, da cultura e das tradições como construtores dessa capacidade do indivíduo de suplantar as adversidades. Já a Teologia traz um aporte diferente pela própria subjetividade transcendente, uma visão outra da condição humana e da necessidade do sofrimento como fator de evolução espiritual. (VASCONCELOS, 2005).

São investigações como essas as responsáveis por introduzir e aprofundar, pouco a pouco, estudos sobre resiliência. Nas ciências humanas, a definição de resiliência não é tão precisa quanto nas ciências exatas, dado a complexidade do ser humano. Rebeiro (2012) afirma que não se pode mensurar ou quantificar a

resiliência, porém, é correto afirmar que ela indica a capacidade de enfrentar as dificuldades, estando relacionada aos modos de lidar com as adversidades.

Segundo Soria, Blandtt e Ribeiro (2007), o conceito de resiliência nas ciências sociais e humanas foi estruturado por E. E Werner, em um estudo realizado na ilha do Kauai (Havaí, Estados Unidos), em que ele acompanhou durante trinta e dois anos uma média de quinhentas pessoas que viviam na extrema pobreza. Durante esse estudo foi possível observar pessoas que, diante deste contexto adverso, mostravam capacidades de adaptação individual e transformação social, as quais, como mencionamos anteriormente, eram chamadas de invulneráveis.

Outra característica observada por Werner em seu estudo foi que a “capacidade resiliente individual se multiplicava e/ou socializava-se na unidade social como um princípio interativo do desenvolvimento com um vínculo positivo ou adaptação social”. (p. 2).

Leal (2010, p. 22), afirma que “não há como comparar a resiliência de materiais com a resiliência como um processo psicológico, até porque o conceito de deformação em Física e em Psicologia são incomparáveis”. Da mesma forma, em Psicologia, diferentemente das ciências exatas, considera-se que a pessoa, após passar por uma situação traumática, não retorna ao seu estado original, pois a experiência vivenciada promove um crescimento pessoal. Vale ressaltar que ser resiliente não significa sair ileso ou não sofrer com as situações adversas, e sim utilizar destas situações como meio de superação, crescendo e amadurecendo com elas.

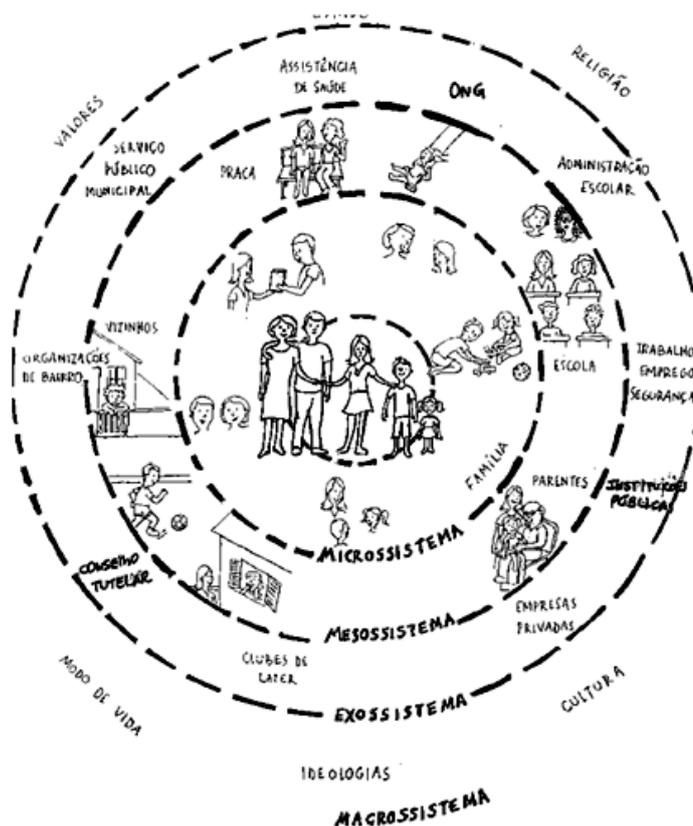
Um importante estudioso sobre resiliência foi Urie Bronfenbrenner, que formulou o Modelo Ecológico do Desenvolvimento Humano que, como afirmam Poletto e Koller (2008), sua compreensão permite que a investigação sobre resiliência envolva não apenas a pessoa e os ambientes imediatos na qual está inserida, e sim sua interação com o ambiente como um todo, mesmo os mais distantes, os quais a pessoa pode não participar diretamente.

Os contextos ecológicos citados por Bronfenbrenner são considerados promotores de resiliência. Atualmente, este modelo é conhecido como Modelo Bioecológico, que também ressalta a importância do meio em que a pessoa está inserida, porém propõe que, ao estudar o desenvolvimento humano, seja levado em consideração que o ambiente está inter-relacionado com o processo, a pessoa e o tempo, expandindo o foco do modelo. (POLETTTO; KOLLER, 2008).

Detalhando sobre os núcleos apresentados no Modelo Bioecológico, ainda segundo Poletto e Koller (2008) tem-se que:

- a) O processo de desenvolvimento deve ser compreendido através da interação de quatro níveis ambientais: microssistema, mesossistema, exossistema e macrosistema. Microssistema seria o sistema ecológico do qual fazem parte a relação entre a pessoa e seu ambiente mais próximo, no caso, a família. Mesossistema seria a relação entre dois ou mais microssistemas no qual a pessoa está inserida e participa ativamente, como por exemplo, relações da família com a escola e com os grupos sociais. Exossistemas, por sua vez, seriam os ambientes que, embora a pessoa não participe ativamente, influenciam seu desenvolvimento, como, por exemplo, o trabalho de seus pais, rede de apoio social e a comunidade onde estão inseridas. Por fim, o macrosistema seria o sistema mais distante da pessoa em desenvolvimento e compreende as ideologias, governo, culturas, acontecimentos históricos que fazem parte do dia a dia da pessoa, entre outros. Esses quatro ambientes relacionam-se, como pode ser observado na figura X:

FIGURA 3. CONFIGURAÇÃO DOS SISTEMAS ECOLÓGICOS FAMILIARES.



Fonte: Antoni e Koller, 2000, p. 350.

- b) O processo é o maior responsável pelo desenvolvimento humano. Esse componente é representado pela interação da pessoa com outras pessoas, com objetos, etc., sendo essa interação com o ambiente imediato chamada de processo proximal.
- c) A pessoa é o terceiro componente bioecológico levado em consideração no processo de desenvolvimento. Compreende o produto das características que a pessoa já possui e as que ela construiu através da interação e de experiências pessoais ao longo da sua vida.
- d) Por fim, o tempo é considerado o último componente desse modelo, sendo possível analisar através dele o desenvolvimento da pessoa ao longo da vida. Ele é analisado em três dimensões: microtempo, mesotempo e macrotempo. No microtempo estão os pequenos acontecimentos; no mesotempo, são apresentados intervalos maiores, mas periódicos e, por fim, o macrotempo compreende as mudanças ao longo de gerações. (REBEIRO, 2012).

Finalizando as considerações acerca de aspectos do modelo de Bronfenbrenner, dissertaremos sobre outros conceitos importantes no estudo da resiliência.

3.2.1 Resiliência: Traço ou Processo?

Ainda não existe um consenso se a resiliência é uma característica inata ou se é uma construção feita durante a vida. Para Leal (2010), a resiliência entendida como traço é focada no indivíduo, na sua capacidade de autoestima e autonomia, sendo uma constituição singular do indivíduo, como traço de personalidade. Da mesma forma, existiriam então os não-resilientes, ou seja, os que não possuem a mesma capacidade de enfrentar as adversidades.

Brandão (2009) considera que é importante ressaltar que traços de personalidade nem sempre são inatos, podendo ser construídos ao longo das experiências pessoais e sociais. A pessoa pode, por exemplo, adquirir algum hábito de personalidade que inicialmente não tinha e transformá-lo em uma característica de sua personalidade, um traço que foi construído com o passar do tempo. Dessa forma, para a autora, considera-se que a resiliência pode ser entendida pelo mesmo

princípio, ou seja, é uma possibilidade para qualquer pessoa, sendo um processo a ser construído e não uma característica inata.

Um conceito fundamental para compreender melhor a resiliência está na concepção de fatores de proteção e de risco. Rutter (1987 apud ANGST, 2013) afirma que a característica essencial dos fatores de proteção é provocar modificações nas respostas do indivíduo ao risco. Possuem quatro funções: (1) reduzir o impacto dos riscos, alterando a exposição da pessoa à situação adversa; (2) reduzir as reações negativas que seguem a exposição do indivíduo à situação de risco; (3) estabelecer e manter a autoestima e autoeficácia do indivíduo por meio de estabelecimento de relações de apego seguras; (4) criar oportunidades para reverter os efeitos nocivos do estresse.

Ainda segundo Angst (2013), os fatores de risco são eventos aversivos ocorridos durante seu desenvolvimento e que aumentam a probabilidade da pessoa ter problemas físicos, sociais e emocionais. Vale ressaltar que nem sempre o que é considerado fator de risco para uma pessoa, necessariamente é para a outra.

Segundo Infante (2005), p. 30,

a noção de processo permite entender a adaptação resiliente em função da interação dinâmica entre múltiplos fatores de risco, os quais podem ser familiares, bioquímicos, fisiológicos, cognitivos, afetivos, biográficos, socioeconômicos, sociais e/ou culturais. A noção de processo descarta definitivamente a concepção de resiliência como um atributo pessoal e incorpora a ideia de que a adaptação positiva não é uma tarefa apenas da criança, mas que a família, a escola, a comunidade e a sociedade devem prover recursos para que as crianças possam se desenvolver plenamente.

Em alguns casos, a Universidade pode ser considerada um fator de risco no desenvolvimento dos estudantes. Isso pode ocorrer pelas exigências dos estudos, por relacionamentos não saudáveis com seus professores, entre outros.

A seguir, vamos apresentar alguns conceitos e situações que podem levar ao adoecimento mental de estudantes do ensino superior.

3.3 SÍNDROME DE *BURNOUT* EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Campos (2008, p. 48) afirma que “uma relação satisfatória com a atividade de trabalho é fundamental para o desenvolvimento nas diferentes áreas da vida humana”. Quando isso não acontece, ou seja, quando o trabalho não é uma atividade prazerosa, o indivíduo pode passar por situações de estresse ou até mesmo de adoecimento mental. Uma das síndromes resultantes desse processo é a Síndrome de *Burnout*.

A expressão *Burnout* tem origem inglesa e provem da união de dois termos: *burn* e *out*, que, de forma literal, significa “queimar fora”, mas adaptando ao português significa algo parecido com “perder o fogo” ou “perder a energia”, e surge como resposta ao estresse laboral crônico (BATISTA, 2008).

Os primeiros registros da utilização da expressão foram feitos por Hebert Freudenberger, médico psicanalista americano, na década de 1970, que descreveu a síndrome como um “sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de energia e recursos.” (MENDES, 2015, p. 43).

Com o passar do tempo, outros pesquisadores também estudaram sobre o tema, levando a um aprofundamento. Biehl (2009) afirma que foi a psicóloga social Christina Maslach, em 1976, que nomeou definitivamente a síndrome ao estudar as emoções no ambiente de trabalho.

Algumas pessoas confundem a Síndrome de *Burnout* com o estresse, porém tal concepção não está correta, visto que os dois fatores levam a consequências diferentes. Sobre isso, Codo e Vasquez-Menezes (1999, p. 239) afirmam que:

O estudo da literatura internacional indica que não existe uma definição única sobre *Burnout*, mas é consenso até os estudos hoje desenvolvidos que seria uma resposta ao *stress* laboral crônico, não deve, contudo, ser confundido com *stress*. O primeiro envolve atitudes e condutas negativas com relação aos usuários, clientes, organização e trabalho; é assim, uma experiência subjetiva, envolvendo atitudes e sentimentos que vêm acarretar problemas de ordem prática e emocional ao trabalhador e à organização. O conceito de *stress*, por outro lado, não envolve tais atitudes e condutas, é um esgotamento pessoal com interferência na vida do indivíduo e não necessariamente na sua relação com o trabalho.

No Brasil, a portaria nº 1339, de 18 de novembro de 1999, do Ministério da Saúde, traz uma lista de doenças relacionadas ao trabalho. Entre elas, aparece a

Síndrome de *Burnout*, que é classificada no grupo de “transtorno mental e do comportamento relacionado com o trabalho” (Grupo V da CID-10¹), sendo especificada no Quadro 3 da seguinte forma:

QUADRO 3. CLASSIFICAÇÃO DA SÍNDROME DE *BURNOUT* SEGUNDO O MINISTÉRIO DA SAÚDE.

Doença	Agentes etiológicos ou fatores de risco de natureza ocupacional
Sensação de Estar Acabado ("Síndrome de Burn-Out", "Síndrome do Esgotamento Profissional") (Z73.0)	Ritmo de trabalho penoso (Z56.3) Outras dificuldades físicas e mentais relacionadas com o trabalho (Z56.6)

Fonte: Brasil, 1999.

Benevides-Pereira (2002) classifica os sintomas do *Burnout* em físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos. O Quadro 4 traz maiores detalhes sobre essa classificação:

QUADRO 4. CLASSIFICAÇÃO DOS SINTOMAS DE *BURNOUT*.

Físicos	Psíquicos	Comportamentais	Defensivos
<ul style="list-style-type: none"> - Fadiga constante e progressiva - Dores musculares ou osteomusculares - Distúrbios de sono - Cefaleias, enxaquecas - Perturbações gastrointestinais - Imunodeficiência - Transtornos cardiovasculares - Distúrbios do sistema respiratório - Disfunções sexuais - Alterações menstruais nas mulheres 	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de atenção, de concentração - Alterações de memória - Lentificação do pensamento - Sentimento de alienação - Sentimento de solidão - Impaciência - Sentimento de impotência - Labilidade emocional - Dificuldade de auto-aceitação, baixa auto-estima - Astenia, desânimo, disforia, depressão - Desconfiança, paranoia 	<ul style="list-style-type: none"> - Negligência ou escrúpulo excessivo - Irritabilidade - Incremento da agressividade - Incapacidade para relaxar - Dificuldade na aceitação de mudança - Perda de iniciativa - Aumento do consumo de substâncias - Comportamento de alto risco - Suicídio 	<ul style="list-style-type: none"> - Tendência ao isolamento - Sentimento de onipotência - Perda do interesse pelo trabalho - Absenteísmo - Ímpetos de abandonar o trabalho - Ironia, cinismo

Fonte: Benevides-Pereira (2002).

Moreno et al (2011) consideram que a Síndrome possui três dimensões que, apesar de independentes, estão relacionadas: 1) exaustão emocional, que compreende a falta de energia e entusiasmo em decorrência de uma sensação de

¹ Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (também conhecida como Classificação Internacional de Doenças – CID 10). Fonte: www.medicinanet.com.br/cid10.htm

esgotamento, que pode ser adicionada ao sentimento de frustração e tensão por parte do trabalhador, ao notar que não possui mais condições de despendar energia como fazia anteriormente; 2) despersonalização, que seria uma insensibilidade emocional, que pode acarretar em uma relação desumanizada do trabalhador com as demais pessoas; e 3) diminuição da realização profissional, quando o trabalhador se auto avalia sempre de maneira negativa, insatisfazendo-se com seu desenvolvimento profissional, prejudicando seu sentimento de competência e êxito e sua capacidade de interagir com os demais.

Nesse sentido, Silva et al (2013, p. 3) afirmam que *Burnout* “é o sofrimento do profissional diante do dilema entre o que pode realmente fazer e o que efetivamente consegue fazer. Neste dilema encontra-se a raiz de suas angústias e de sua dor”.

Apesar de inicialmente estar relacionada apenas com o ambiente de trabalho, estudos mais recentes apontam que síndrome também pode acometer estudantes do ensino superior. Segundo Ramos (2015), avaliando as altas demandas da Universidade e somando-as a algumas características individuais e sociais, os jovens podem desenvolver sintomas inicialmente de estresse que, com sua cronificação, podem levar à Síndrome de *Burnout*.

Sobre isso, Carlotto, Nakamura e Câmara (2006, p. 58), afirmam que,

no caso dos estudantes universitários, a sua atividade deve ser levada em conta como uma atividade pré-profissional. Neste caso, o conceito de *Burnout* em estudantes também se constitui de três dimensões: Exaustão Emocional, caracterizada pelo sentimento de estar exausto em virtude das exigências do estudo; Descrença, entendida como o desenvolvimento de uma atitude de cinismo e distanciamento com relação ao estudo; e Ineficácia Profissional, caracterizada pela percepção de estarem sendo incompetentes como estudantes.

Para Oliveira, Grangeiro e Barreto (2008), o *Burnout* em universitários possui um agravante: se a síndrome se iniciar na sua formação, ela pode se estender durante a vida profissional, comprometendo o desempenho da pessoa também durante seu período de trabalho. Dessa forma, compreende-se que é indispensável cuidar da saúde do profissional ainda durante sua formação.

Para Domínguez, Hederich e Sañudo (2009, tradução nossa), diversas são as variáveis que devem ser levadas em consideração no desenvolvimento de *Burnout* em universitários, como por exemplo, a ausência de relações humanizadas com os

professores, não contar com a assistência estudantil, alta carga horária, sobrecarga de atividades e altas exigências, não ter informações suficientes para realizar atividades acadêmicas, dificuldades com os transportes para chegar à Universidade, professores exigentes, etc.

Apesar de todas as profissões apresentarem certo risco, algumas carregam mais fatores que podem levar o indivíduo a adoecer em decorrência do seu trabalho. Sobre isso, Mallmann et al (2009) apresentam um estudo com diversos servidores públicos com o objetivo de identificar indícios da Síndrome de *Burnout*. Entre eles, constataram que a profissão que apresentava maior índice de exaustão emocional foi a de professor.

Ainda segundo os autores, no modelo educacional da atualidade, as atribuições impostas ao professor ultrapassam sua carga horária, pois além do horário dedicado em sala de aula, ele possui tarefas administrativas, planejamento, investigação, orientação e atendimento aos pais, o que aumenta sua sobrecarga, tanto emocional como física.

A Síndrome de *Burnout* em profissionais da docência já faz parte de diversos estudos (SILVA, 2006; BATISTA, 2008; SOUSA; MENDONÇA, 2009; GOUVEIA, 2010; MENDES, 2015). Sobre as possíveis consequências de seu desenvolvimento, Carlotto (2002, p. 24), em seu estudo, aponta que:

o professor pode apresentar prejuízos em seu planejamento de aula, tornando-se este menos frequente e cuidadoso. Apresenta perda de entusiasmo e criatividade, sentindo menos simpatia pelos alunos e menos otimismo quanto à avaliação de seu futuro. Pode também sentir-se facilmente frustrado pelos problemas ocorridos em sala de aula ou pela falta de progresso de seus alunos, desenvolvendo um grande distanciamento com relação a estes. Sentimentos de hostilidade em relação a administradores e familiares de alunos também são frequentes, bem como o desenvolvimento de visão depreciativa com relação à profissão. O professor mostra-se autodepreciativo e arrependido de ingressar na profissão, fantasiando ou planejando seriamente abandoná-la.

Como dissemos anteriormente, sendo a síndrome identificada em professores, é possível afirmar que ampliar o estudo acerca da possível síndrome em acadêmicos de licenciatura também é um fator crucial para o enfrentamento das causas que podem levar ao seu adoecimento. Porém, a Síndrome de *Burnout* em universitários ainda é uma discussão recente. Dessa forma, existem poucos estudos

dessa temática, acentuando-se a necessidade de um aumento acerca das discussões.

Para comprovar o que afirmamos acima, fizemos mais um levantamento no *site* da BDTD dos últimos cinco anos, dessa vez voltado à Síndrome de *Burnout* em licenciandos e, em particular, licenciandos em Química. A quantidade de estudos encontrados por descritores é mostrada no Quadro 5:

QUADRO 5. INCIDÊNCIA DE TRABALHOS POR ANO RELACIONADOS À *BURNOUT* E À QUÍMICA.

Descritores	Anos				
	2012	2013	2014	2015	2016
<i>Burnout</i> , licenciatura	0	0	0	0	0
<i>Burnout</i> , Química	01	01	02	0	01
<i>Burnout</i> , universitários	02	04	05	04	01

Para os descritores “*Burnout*, licenciatura”, não houve nenhuma produção. Para os descritores “*Burnout*, Química”, houve cinco trabalhos, porém, vale ressaltar que nenhum deles referia-se a estudantes de Química, e sim a outras áreas de conhecimento envolvendo esta disciplina, como, por exemplo, dependência química, combustibilidade e reatividade, decomposição, etc.

Para “*Burnout*, universitários”, foram encontradas 16 produções, porém apenas três delas estão relacionadas com estudantes. Entre o restante, quatro trabalhos são sobre *Burnout* em professores, sete são sobre profissionais da enfermagem e os outros, de demais áreas, o que acentua ainda mais a precariedade de estudos sobre estudantes e a síndrome, reforçando nossa compreensão acerca da necessidade de uma maior inserção desta temática.

Entre os trabalhos existentes relacionados a este tema, está o de Carlotto, Nakamura e Câmara (2006), intitulado “Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários da área da saúde”. Seu objetivo foi investigar a relação entre a Síndrome de *Burnout* e variáveis sociodemográficas, acadêmicas e psicossociais em estudantes universitários da área da saúde, de uma Instituição privada da região metropolitana de Porto Alegre. Participaram 514 estudantes, todos realizando sua graduação na área da saúde (Psicologia, Enfermagem, Medicina, Odontologia, Farmácia, Biomedicina, Fonoaudiologia e Fisioterapia). Entre os resultados encontrados, destaca-se que, quanto mais jovens os estudantes que participaram da pesquisa, maior foi a *Exaustão Emocional*; quanto mais perto dos últimos períodos e

quanto maior o número de disciplinas, maior o sentimento de desgaste; e, quanto mais recente o ingresso, menor a *Descrença*.

Goulart (2014), realizou um estudo que tinha como objetivo verificar a associação entre o nível de estresse e a Síndrome de *Burnout* entre discentes do Curso de Enfermagem de três universidades brasileiras, e intitulava-se “Estresse e Síndrome de Burnout em discentes de Enfermagem”. Seus resultados mostraram que 24,74% dos participantes de sua pesquisa apresentaram indicativo para a Síndrome e, em relação aos seus níveis de estresse, 55,52% apresentaram níveis médios.

Peleias et al (2017) realizaram um estudo com alunos dos períodos finais do Curso de Ciências Contábeis em sete Instituições de Ensino Superior (IES) de São Paulo, com o objetivo de identificar a prevalência e os fatores sociodemográficos, laborais e acadêmicos associados à Síndrome de *Burnout* nos universitários das IES. A pesquisa contou com 419 estudantes. Destes, 46,3% relataram alteração na *Exaustão Emocional*, 11,2% alteração na *Descrença* e 31,3% alteração na *Eficácia Profissional*.

Estes achados reiteram a relevância do tema e a necessidade de uma ampla discussão acerca dos fatores que acarretam a Síndrome.

4 METODOLOGIA

Antes de apresentarmos a metodologia utilizada em nosso trabalho, teceremos algumas considerações acerca dos métodos que foram utilizados.

4.1 CONSIDERAÇÕES SOBRE OS MÉTODOS QUALITATIVOS E QUANTITATIVOS

A escolha da abordagem quantitativa ou qualitativa deve estar ligada ao objetivo da pesquisa. Ambas apresentam vantagens, desvantagens e especificidades que devem ser levadas em consideração na hora da sua escolha. Porém, em algumas situações, é possível unir as duas abordagens, usando-as de forma complementar.

Sobre seus aspectos históricos, a abordagem quantitativa surgiu das ciências naturais e obedece ao paradigma clássico, o positivismo, que defendia a superioridade da ciência em relação às demais formas de conhecimento. Essa corrente de pensamento pretendia estender essa afirmação para as ciências sociais que, neste caso, também seriam submetidas a um único método científico, postulando, assim, uma unidade metodológica das ciências (BRANDÃO, 2011).

Por volta da década de 60, um grupo de intelectuais que fazia parte da Escola de Frankfurt e a publicação da obra “Estrutura das Revoluções Científicas”, de Thomas Kuhn (1922-1996), deu início a uma série de debates sobre a “ciência tradicional”, abrindo espaço para novas formas e métodos de pensar a ciência. Com isso, o declínio do positivismo teve início e foi possível o aparecimento de novas formas de abordagem, defendendo que os métodos quantitativos não são suficientes, visto que as ciências sociais têm sua especificidade, abrindo, assim, espaço para os métodos qualitativos (TERENCE; FILHO, 2006).

Detalhando um pouco mais sobre as abordagens, na pesquisa quantitativa, segundo Silva (2010, p. 5),

há uma análise dos dados em que a matemática é a linguagem utilizada para a interpretação dos resultados colhidos para fazer a correlação da realidade empírica com a teoria que embasa o estudo. [...] Deve-se ter o cuidado ao usar a linguagem matemática, pois ela precisa estar adequada ao objeto de estudo, para que o fenômeno seja explicado adequadamente.

De acordo com Oliveira (2011), esse tipo de pesquisa “quantifica os dados e generaliza os resultados da amostra para os interessados”. Ainda, segundo o autor, na pesquisa qualitativa, diferentemente, os dados coletados, apresentam alta riqueza descritiva e a “preocupação com o processo é maior que com o produto”. (p.25).

Polit, Beck e Hungler (2004), afirmam que a pesquisa qualitativa pretende destacar os aspectos dinâmicos, holísticos e individuais da experiência humana, para entender o conjunto de fatores envolvidos no contexto daqueles que estão vivenciando o fenômeno.

O Quadro 6, apresentado abaixo, apresenta alguns detalhes sobre as duas abordagens discutidas:

QUADRO 6 - CARACTERÍSTICAS DAS ABORDAGENS QUALITATIVA E QUANTITATIVA

	Pesquisa quantitativa	Pesquisa qualitativa
Inferência	Dedutivo	Indutivo
Objetivo	Comprovação	Interpretação
Finalidade	Teste de teorias, predição, estabelecimento de fatos e teste de hipóteses	Descrição e entendimento de realidades variadas, perspectivas humanas
Realidade investigada	Objetiva	Subjetiva e complexa
Foco	Quantidade	Natureza do objeto
Amostra	Determinada por critério estatístico	Determinada por critérios diversos
Característica – amostra	Grande	Pequena
Característica do instrumento de coleta de dados	Questões objetivas, aplicações em curto espaço de tempo. Evita-se a interação	Questões abertas e flexíveis. Explora a interação
Procedimentos	Isolamento de variáveis. Anônima aos participantes	Examina todo o contexto, interage com os participantes
Análise dos dados	Estatística e numérica	Interpretativa e descritiva. Ênfase na análise do conteúdo
Plano de pesquisa	Desenvolvido antes do estudo ser iniciado. Proposta estruturada e formal	Evolução de uma ideia com o aprendizado. Proposta flexível
Resultados	Comprovação de hipóteses. A base para a generalização dos resultados é universal e independente do contexto	Proposições e especulações. Os resultados são situacionais e limitados ao contexto
Confiabilidade e validade	Pode ser determinada, dependendo do tempo e recurso	Difícil determinação, dada à natureza subjetiva da pesquisa

Fonte: Alves-Mazzotti e Gewandsznajder (2005); Godoy (1995); Lima (2005) apud Terence e Filho (2006).

4.1.1 Tese da unidade

Segundo Silva (2006), as abordagens qualitativa e quantitativa apresentam perspectivas diferentes, mas isso não significa que precisem ser opostas. Se os elementos das duas abordagens forem usados associadamente em estudos mistos, são capazes de fornecer mais informações do que utilizando os dois métodos separadamente.

Conforme exposto, a tese da unidade consiste em ver os métodos qualitativos e quantitativos não como opostos, e sim como complementares. Esta foi a abordagem utilizada em nossa pesquisa, pois envolveu características de cada um dos dois métodos aqui apresentados, por acreditarmos que, dessa forma, temos uma abordagem mais completa.

4.2 LOCAL, PERÍODO E AMOSTRA

Foi realizada uma pesquisa de campo com estudantes do curso de Licenciatura em Química de uma Instituição de Ensino Superior. Nossa pretensão foi abranger a maior quantidade possível de participantes. Os sujeitos da pesquisa foram escolhidos em virtude de serem do curso da pesquisadora, sendo, portanto, próximos à sua realidade.

Para Fonseca (2002), numa pesquisa de campo as investigações vão além da pesquisa bibliográfica e/ou documental, sendo realizada também coleta de dados junto a pessoas, utilizando diferentes tipos de pesquisa.

A coleta dos dados ocorreu através de uma entrevista estruturada, contendo questões de múltipla escolha e questões abertas.

Segundo Aguiar e Medeiros (2009), neste tipo de entrevista utiliza-se um questionário como instrumento de coleta de dados, garantindo que seja feita, da mesma forma, a mesma pergunta a todos os entrevistados. O questionário foi aplicado em sala, no horário da aula. Durante a aplicação, estivemos presentes para dirimir possíveis dúvidas. Após a aplicação, eles foram analisados minuciosamente e seus resultados serão apresentados.

O questionário era dividido em três partes: a primeira tratava de informações sociodemográficas (APÊNDICE A), contendo 22 questões, algumas fechadas e

outras abertas, adaptado de Tomaschewski-Barlem (2014), com o objetivo de conhecer melhor nossa amostra.

A segunda parte do questionário² (APÊNDICE B) abordava possíveis sintomas físicos e psicológicos sentidos pelos estudantes em decorrência das altas demandas da Universidade, e que estava relacionada à investigação da Síndrome de *Burnout*. Nesta parte, os entrevistados tinham 24 questões, com quatro possibilidades de resposta: “*Nunca*”, “*Algumas vezes*”, “*Quase sempre*” e “*Sempre*”, devendo marcá-las de acordo com a frequência com que os sintomas eram sentidos.

E, por fim, havia um questionário sobre resiliência, extraído de Leal (2011) (ANEXO A), que também continha quatro possibilidades de resposta: “*Nunca*”, “*Às vezes*”, “*Quase sempre*” e “*Sempre*”, em que o mesmo critério de indicativo de frequência utilizado no questionário anterior deveria ser utilizado.

As respostas receberam uma pontuação variando de 0 (que significa resposta menos resiliente) a 3 (que significa resposta mais resiliente). A pontuação dada a cada resposta não se repetia quando estávamos diante de sentenças negativas ou positivas. Sendo assim, por exemplo, o “*Nunca*”, poderia representar uma resposta mais resiliente e, nesse caso, recebia 3 (três) pontos. Em outro contexto, o mesmo “*Nunca*”, representava a menos resiliente e, por isso, recebia a pontuação mínima (zero). Como o questionário continha 28 sentenças, a pontuação que indicaria a máxima resiliência era 84 pontos.

Para especificar melhor o grau de resiliência das turmas estudadas, criamos quatro faixas possíveis, que indicam as turmas mais resilientes e as menos. As faixas de resiliência trabalhadas foram:

De 0 a 21 pontos: Resiliência Baixa

De 22 a 42 pontos: Resiliência Média-baixa

De 43 a 63 pontos: Resiliência Média-alta

De 64 a 84 pontos: Resiliência Alta

Outra característica de nossa pesquisa foi seu caráter exploratório. Como afirma Gil (2007, p. 41):

Este tipo de pesquisa tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses. A grande maioria dessas pesquisas envolve: (a) levantamento bibliográfico; (b) entrevistas com pessoas que

² Este questionário também foi adaptado de Tomaschewski-Barlem (2014).

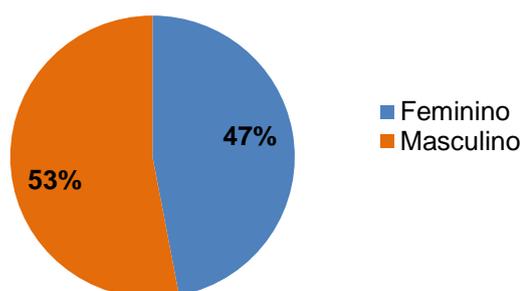
tiveram experiências práticas com o problema pesquisado; e (c) análise de exemplos que estimulem a compreensão.

O próximo capítulo trará os resultados da nossa pesquisa, juntamente com a discussão acerca dos dados obtidos.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como dito anteriormente, os questionários foram aplicados com estudantes do primeiro ao décimo período do Curso de Licenciatura em Química, obtendo uma adesão de 176 participantes, com idades variando entre 17 e 34 anos. O sexo dos participantes está indicado no Gráfico 1.

GRÁFICO 1. SEXO DOS PARTICIPANTES DA PESQUISA.



Em relação ao número de participantes, a maior adesão foi no primeiro período (32) e, a menor, no décimo período (4), como pode ser observado no Quadro 7. Acreditamos que esta diferença se deu tanto pelo número de alunos matriculados, que é bem maior no primeiro período do que no último, como pela disponibilidade dos mesmos.

QUADRO 7. INCIDÊNCIA DE PARTICIPANTES POR PERÍODO.

Período	Quantidade
1º	32
2º	22
3º	16
4º	17
5º	25
6º	19
7º	15
8º	19
9º	7
10º	4

A seguir, apresentaremos os resultados gerais obtidos na pesquisa, após a aplicação dos três questionários: 1º) o sociodemográfico, 2º) o que abordou

sintomas e sensações relacionados à Síndrome de *Burnout* e o 3º) sobre resiliência. As respostas dos questionários divididos por período estão disponíveis nos anexos, em tabelas, para consulta.

Antes de apresentarmos os nossos resultados, é importante esclarecer que, para as questões abertas, os entrevistados tinham total liberdade de resposta, podendo apontar mais de um aspecto em cada pergunta. Para facilitar nossa discussão, optamos por apresentar os resultados agrupando-os por proximidade temática. O número total das respostas não irá coincidir com o número total de participantes, pois tanto é possível que se forneça mais de uma resposta para cada pergunta, bem como outros podem não respondê-las. Tudo estará explicitado nas tabelas seguintes.

5.1 QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

O questionário sociodemográfico foi aplicado com o objetivo de conhecermos melhor algumas características dos estudantes do Curso de Química, especificadas a seguir.

Constatamos que 87,57% dos estudantes são solteiros, 67,14% residem com pai/mãe, 96,02% não possuem filhos e 41,23% têm os auxílios da Instituição como sua principal fonte de renda. Além disso, 76% ainda não atuam na área de ensino e 60,11% não participam ou participaram de atividades extracurriculares.

Em relação à escolha pela Química, 75,41% dos estudantes optaram pelo Curso como primeira opção e 94,85% não possuem outro curso superior.

No que diz respeito às atividades de lazer, 67,05% afirmaram possuir alguma, fato satisfatório, pois, como afirma Batista, Ribeiro e Nunes Júnior (2012), o lazer é fundamental no processo de promoção de saúde, pois está ligado, direta ou indiretamente, à qualidade de vida e hábitos saudáveis.

56,32% dos entrevistados também possuem local adequado para estudo, 95,42% têm acesso à *internet* e 93,71% possuem computador, itens que podem contribuir com o processo de aprendizagem.

As informações apresentadas estão indicadas no Quadro 8, a seguir.

QUADRO 8. PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DOS ESTUDANTES DE QUÍMICA DA INSTITUIÇÃO.

Estado Civil	Solteiro(a) 87,57%	Casado(a) 11,86%	Divorciado(a) 0,56%	Viúvo(a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 3,93%	Pai/Mãe 67,14%	Companheiro(a) 11,79%	Familiares 10,11%	Amigos 5,05%	Outros 1,68%
Possui filhos	Sim 3,97%	Não 96,02%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 30,92%	Auxílio 41,23%	Trabalho 26,28%	Outra 1,54%	---	---
Atua no ensino	Sim 24%	Não 76%	---	---	---	---
Participa/participou de atividade extracurricular	Sim 39,88%	Não 60,11%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 5,14%	Não 94,85%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 75,41%	Outros 24,58%	---	---	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 67,05%	Não 32,94%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 56,32%	Não 43,67%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 95,42%	Não 4,57%	---	---	---	---
Possui computador	Sim 93,71%	Não 6,28%	---	---	---	---

Os resultados apresentados a seguir são referentes às perguntas abertas deste questionário. Os Quadros 9 e 10 indicam as respostas para a pergunta 16, que procurava saber se os alunos estavam satisfeitos com o curso, devendo explicar o porquê de sua resposta. Obtivemos 135 respostas indicando satisfação e 30 indicando insatisfação. Além destas respostas, houve 23 participantes que apenas registraram “sim” ou “não” e duas abstenções. Considerando estes últimos dados, podemos mencionar que o total de “sim” foi 158 e de “não” foi 31.

QUADRO 9. RESPOSTAS AFIRMATIVAS FORNECIDAS À PERGUNTA “ESTÁ SATISFEITO COM O CURSO DE QUÍMICA? POR QUE?”

	Resposta: SIM	Quantidade	Porcentagem (%)
1.	Gostar do curso/área	94	69,62
2.	Obtenção de vários conhecimentos	31	22,96
3.	Docentes competentes	6	4,44
4.	Boa grade curricular	2	1,48
5.	Bom relacionamento com professores e colegas	1	0,74
6.	Contribui para a formação humana dos alunos	1	0,74
	Total	135	100

Como pode ser observado, entre as razões apontadas pelos alunos para estarem satisfeitos, a que se sobressai é *Gostar do curso/área*, com aproximadamente 70% das respostas, seguidos de itens que indicam a oportunidade de obter vários conhecimentos, docentes competentes, boa grade curricular, entre outros. Altos índices de satisfação com o curso indicam menores chances de desenvolver a Síndrome de *Burnout* na graduação.

Em relação aos alunos que não se sentem satisfeitos, o Quadro 10 apresenta as principais causas deste fato, sendo a principal razão de insatisfação mencionada a metodologia e relacionamento com os professores, apontada por 30% das respostas. Entre as outras razões, estão dificuldades nas aulas/disciplinas (26,66%), poucas aulas práticas (6,66%), entre outras.

Carlotto, Nakamura e Câmara (2006) indicam que ao relacionar a insatisfação com as dimensões de *Burnout* é possível afirmar que à medida que o aluno se mostra descontente com o curso, ele realiza suas atividades sem levar em consideração seu verdadeiro sentido e o esforço realizado por ele, tornando essa execução de tarefas mais desgastante, promovendo uma atitude de cinismo e ineficácia.

QUADRO 10. RESPOSTAS NEGATIVAS FORNECIDAS À PERGUNTA “ESTÁ SATISFEITO COM O CURSO DE QUÍMICA? POR QUE?”

Resposta: NÃO		Quantidade	Porcentagem (%)
1.	Metodologia e relacionamento com os professores	9	30
2.	Dificuldades nas aulas/disciplinas	8	26,66
3.	Desvalorização do professor	3	10
4.	Pouca prática	2	6,66
5.	Interesse em outro curso	2	6,66
6.	Disciplinas desnecessárias/ Muitos pré-requisitos	2	6,66
7.	Estrutura do campi	1	3,33
8.	Excesso de atividades	1	3,33
9.	Coordenação do curso	1	3,33
10.	Dificuldades para conciliar com o trabalho	1	3,33
Total		30	100

Ao questionar se os alunos já pensaram em desistir do curso e solicitar que eles explicassem o porquê deste pensamento, obtivemos um total de 197 respostas, sendo 99 indicando que sim, 56 indicando não terem pensado nesta possibilidade e 42 pessoas que apenas marcaram “sim” ou “não”, mas sem justificar. Dessa forma,

103 respostas indicaram que “sim” e 94 indicaram que “não”. Os Quadros 11 e 12 detalham as respostas dadas para esta questão.

QUADRO 11. RESPOSTAS AFIRMATIVAS FORNECIDAS À PERGUNTA: “JÁ PENSOU OU PENSA EM DESISTIR DO CURSO? POR QUÊ?”

Resposta: SIM		Quantidade	Porcentagem
1.	Falta de identificação com o curso	23	23,23
2.	Reprovações	22	22,22
3.	Falta de motivação/Ansiedade/ Pressão	13	13,13
4.	Dificuldades financeiras	9	9,09
5.	Falta de tempo	9	9,09
6.	Dificuldades para conciliar com a vida pessoal	8	8,08
7.	Mercado de trabalho	6	6,06
8.	Por causa dos professores	5	5,05
9.	Dificuldades de adaptação	2	2,02
10.	Coordenação do curso	1	1,01
11.	Distância para chegar à Universidade	1	1,01
Total		99	100

Dentre as razões pelas quais os estudantes já pensaram em desistir do curso, a maior foi a falta de identificação, indicada por 23,23% das respostas, e as reprovações, com 22,22%. Em terceiro lugar, as razões indicadas foram sintomas psicológicos (Falta de motivação/ Ansiedade/ Pressão), em 13,13% das respostas. Carlotto, Nakamura e Câmara (2006) afirmam que pensar em desistir do curso é uma consequência do processo da Síndrome de *Burnout* em Universitários.

No Quadro 12 estão indicadas as razões pelas quais os entrevistados não pensaram em desistir do curso.

QUADRO 12. RESPOSTAS NEGATIVAS FORNECIDAS À PERGUNTA: “JÁ PENSOU OU PENSA EM DESISTIR DO CURSO? POR QUÊ?”

Resposta: NÃO		Quantidade	Porcentagem (%)
1.	Gosta do curso	46	82,14
2.	Possibilidades de trabalho	4	7,14
3.	Necessidade de uma formação superior	3	5,35
5.	Pelo tempo e custo investidos	2	3,56
6.	Não ter condições de se deslocar para outra	1	1,78
Total		56	100

Para a questão: “Apresenta um bom relacionamento com os colegas?”, obtivemos 176 respostas. Destas, 172 indicaram que “sim”, totalizando 97,72% das respostas e quatro indicaram que “não”, representando 2,27%.

5.2 QUESTIONÁRIO RELACIONADO À SÍNDROME DE *BURNOUT*

O segundo questionário, relacionado à Síndrome de *Burnout*, continha um total de 24 questões, sendo 14 referentes a sintomas psicológicos causados pela síndrome e 10 referentes a sintomas físicos. Os entrevistados indicaram se os sentiam e com que frequência.

Os resultados para os sintomas psicológicos estão indicados nos Quadros 13, 14 e 15, que têm seus maiores valores em destaque. Na discussão dessa parte do questionário, utilizamos como base as três dimensões da Síndrome de *Burnout* em universitários³, que também serviram de base para o agrupamento das questões.

O Quadro 13 indica a frequência dos sintomas psicológicos relacionados à dimensão da *Exaustão Emocional*.

QUADRO 13. SINTOMAS PSICOLÓGICOS CAUSADOS PELA SÍNDROME DE *BURNOUT* RELACIONADOS À DIMENSÃO DA *EXAUSTÃO EMOCIONAL*.

Questões		Nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não responderam
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	17	84	51	24	0
%		9,66	47,73	28,98	13,64	0
02	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	11	90	43	32	0
%		6,25	51,14	24,43	18,18	0
03	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	15	103	32	25	1
%		8,52	58,52	18,18	14,20	0,57
04	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	50	87	19	19	1
%		28,41	49,43	10,80	10,80	0,57
05	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	20	93	43	17	3
%		11,36	52,84	24,43	9,66	1,70

³ Como já mencionado, a *exaustão Emocional*, caracterizada pelo sentimento de estar exausto em virtude das exigências do estudo; *Descrença*, entendida como o desenvolvimento de uma atitude de cinismo e distanciamento com relação ao estudo; e *Ineficácia Profissional*, caracterizada pela percepção de estarem sendo incompetentes como estudantes (CARLOTTO; NAKAMURA; CÂMARA, 2006, p. 58, grifo nosso).

Em todos os itens, os entrevistados referiram sentir tais sintomas em percentuais elevados, ainda que em frequências diferentes. Para todos, a alternativa mais assinalada foi “algumas vezes”. Nos itens 01, 02 e 03, a opção “nunca” foi a que teve menor quantidade de respostas, indicando que, nos três casos, mais de 90% dos entrevistados se sentiram esgotados/cansados em algum momento. Nos itens 04 e 05, apesar desse percentual ser um pouco menor, sua frequência ainda é alta: 71,59% e 88,64% dos entrevistados, respectivamente, já sentiram tais sintomas.

Segundo Gasparino (2014), a *Exaustão Emocional* é a primeira consequência da sobrecarga de trabalho e estresse, ocasionada pela exigência de bons resultados. Para Sousa e Mendonça (2009, p. 500), essa dimensão está relacionada com “a sensação de que os problemas que causam o estresse extrapolam a capacidade do indivíduo e estão exaurindo seus recursos emocionais e físicos”. Sobral (2015) afirma que, como consequência da exaustão, o indivíduo pode chegar a se tornar incapaz de realizar suas atividades.

O Quadro 14 traz os resultados para as questões relacionadas com a dimensão da *Descrença*.

QUADRO 14. SINTOMAS PSICOLÓGICOS CAUSADOS PELA SÍNDROME DE *BURNOUT* RELACIONADOS À DIMENSÃO DA *DESCRENÇA*.

Questões		Nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não responderam
06	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	37	69	35	35	0
%		21,02	39,20	19,89	19,89	0
07	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	109	50	10	6	1
%		61,93	28,41	5,68	3,41	0,57
08	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	62	68	32	13	1
%		35,23	38,64	18,18	7,39	0,57
09	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	10	61	65	39	1
%		5,68	34,66	36,93	22,16	0,57

Neste quadro, os resultados foram variados. Para a questão 06, a maior frequência indicada foi “algumas vezes” (39,20%), seguida da opção “nunca” (21,02%). As opções “quase sempre” e “sempre” tiveram o mesmo percentual

(19,89%). Em outras palavras, 78,98% dos entrevistados afirmaram questionar a importância e o sentido dos estudos em algum momento. Ramos (2015) afirma que, conforme o estudante não se sinta eficaz para realizar as atividades provenientes da Universidade, ele começa a questionar o sentido e a importância dos estudos para a sua vida.

Para a questão 07, 61,93% afirmaram “nunca” ter se tornado menos interessado nos estudos desde que entrou na Universidade, enquanto 38,07% afirmaram ter sentido isto em algum momento. Este resultado pode ser considerado satisfatório, pois indica baixos índices de descrença, que acarreta o desenvolvimento de uma postura cética e distanciada em relação aos estudos. (TOMASCHEWSKI-BARLEM et al, 2014).

A questão 08 mostra que a maior parte dos entrevistados, 38,64%, referiram ter se sentido mais descrente do seu potencial e da utilidade dos seus estudos “algumas vezes”, seguido de 35,23% que afirmaram “nunca” ter sentido. Quase sempre e sempre apareceram com 18,18% e 7,39% das respostas, respectivamente. Neste caso, somando-se as respostas afirmativas, tem-se que 64,77% já questionaram, em algum momento, o seu potencial e a utilidade de seus investimentos acadêmicos, apesar de a maioria não ter se desinteressado nos estudos (conforme já mencionado).

Oliveira, Grangeiro e Barreto (2008) afirmam que os conhecimentos adquiridos na Universidade são superficiais, não alcançando a complexidade da atividade prática relacionada aos conceitos estudados, fazendo com que muitos deles não se apliquem à realidade. Esse fato pode ser uma das explicações para a presença desta sensação dos estudantes que participaram da pesquisa.

Por fim, a questão 09 apresenta que 36,93% dos estudantes acreditam “quase sempre” contribuir para o bom andamento das aulas que assistem, seguidos de 34,66% que sentem isso “algumas vezes” e 22,16% que sentem que isto “sempre” ocorre. Ou seja, apenas 5,68% dos estudantes “nunca” experimentaram este sentimento, em detrimento de 94,32% que sentem isto em frequências diferentes. Assim como na questão 07, o resultado apresentado indica baixos índices de *Descrença*.

O Quadro 15 mostra os resultados para as questões relacionadas à dimensão da *Ineficácia*. Sobre essa dimensão, Ramos (2015) afirma que ela está diretamente interligada à da *Descrença*, pois uma ocasiona a outra e a junção das duas pode

contribuir para a evasão estudantil. Quanto maior o índice de Ineficácia, maior o indicativo de Síndrome de *Burnout* em universitários.

QUADRO 15. SINTOMAS PSICOLÓGICOS CAUSADOS PELA SÍNDROME DE *BURNOUT* RELACIONADOS À DIMENSÃO DA *INEFICÁCIA*.

Questões		Nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não responderam
10	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	6	70	79	20	1
%		3,41	39,77	44,89	11,36	0,57
11	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	2	21	31	121	1
%		1,14	11,93	17,61	68,75	0,57
12	Considero-me um bom estudante.	6	67	74	29	0
%		3,41	38,07	42,05	16,48	0
13	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	14	91	61	10	0
%		7,95	51,70	34,66	5,68	0

Para as questões do Quadro 15, índices elevados da opção “nunca” indicariam alto sentimento de *Ineficácia*. Porém, ao analisar as respostas obtidas, observa-se que nas questões 10, 11 e 12 a opção “nunca” foi a menos assinalada, e na questão 13 só foi assinalada em terceiro lugar, resultados que indicam a prevalência do sentimento de eficácia.

Porém, não podemos deixar de chamar a atenção para o fato de que, ainda que em percentuais menores, alguns estudantes indicaram alto sentimento de *Ineficácia*, mostrando indícios da Síndrome.

O Quadro 16 ainda trata dos sintomas relacionados à Síndrome de *Burnout*, porém agora se referem aos físicos. É importante ressaltar que o indivíduo portador da Síndrome não necessariamente apresenta todos os sintomas. A manifestação deles depende também de outros fatores, como a predisposição genética e a etapa evolutiva que o indivíduo se encontra no desenvolvimento da Síndrome. (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

O sintoma físico que mais apareceu foi a sensação de fadiga e apenas 7,95% indicaram “nunca” senti-la. Ou seja, 92,05% já se sentiram fatigados em algum momento durante o Curso. Detalhadamente, 52,84% afirmaram senti-lo “algumas vezes”, 25,57% sentem isso “quase sempre” e 13,07% “sempre”. Para Mendonça (2013), é possível citar como causas para o surgimento deste sintoma, a

“intensidade e a duração do trabalho físico e mental, o ambiente, clima, causas psíquicas, responsabilidade, ansiedade, conflitos ou doenças.” (p. 17).

O sintoma físico que prevaleceu em segundo lugar foi “Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)”, em que 82,39% afirmaram ter sentido em algum momento, tendo 45,45% sentido “algumas vezes”, 21,59% “quase sempre” e 15,34% “sempre”, em detrimento de apenas 17,61% que afirmaram nunca sentir.

Em terceiro lugar, o sintoma mais sentido foi “problemas com a memória”, em que 44,89% sentiram “algumas vezes”, 14,77% sentiram “quase sempre” e 10,23% sentiram “sempre”. Ou seja, mais de 70% (71,02%) já sentiram este sintoma em algum momento, enquanto quase 30% (28,98%) “nunca” sentiram.

O sintoma físico que menos prevaleceu entre os entrevistados foi “Sob pressão sente taquicardia”, em que mais de 65% (65,91%) afirmaram “nunca” ter sentido, enquanto 34,09% afirmaram ter sentido em algum momento.

QUADRO 16. SINTOMAS FÍSICOS CAUSADOS PELA SÍNDROME DE *BURNOUT*.

Questões		Nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não responderam
14	Falto aulas por motivo de saúde.	66	89	13	8	0
%		37,50	50,57	7,39	4,55	0
15	Sensação de fadiga	14	93	45	23	1
%		7,95	52,84	25,57	13,07	0,57
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	31	80	38	27	0
%		17,61	45,45	21,59	15,34	0,00
17	Dificuldades para dormir ou sono entrecortado	53	59	45	19	0
%		30,11	33,52	25,57	10,80	0,00
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	96	48	20	11	1
%		54,55	27,27	11,36	6,25	0,57
19	Sensação de tremores musculares	108	50	10	6	2
%		61,36	28,41	5,68	3,41	1,14
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	126	37	8	5	0
%		71,59	21,02	4,55	2,84	0,00
21	Redução do apetite	100	47	16	13	0
%		56,82	26,70	9,09	7,39	0,00
22	Sob pressão sente taquicardia	116	41	12	6	1
%		65,91	23,30	6,82	3,41	0,57
23	Problemas com a memória	51	79	26	18	2
%		28,98	44,89	14,77	10,23	1,14
24	Enxaqueca	78	52	27	19	0
%		44,32	29,55	15,34	10,80	0,00

Como pode ser observado, apesar de aparecerem com frequência menor que os sintomas psicológicos, os sintomas físicos ainda foram evidenciados em alta porcentagem, em boa parte das questões.

A seguir, apresentaremos os resultados obtidos com o questionário referente à resiliência das turmas estudadas.

5.3 QUESTIONÁRIO RELACIONADO AO GRAU DE RESILIÊNCIA APRESENTADO PELOS ESTUDANTES

Como mencionamos anteriormente, o grau de resiliência das turmas foi dividido em quatro faixas possíveis, podendo ser classificadas em:

Resiliência Baixa, quando apresentasse de 0 a 21 pontos;

Resiliência Média-baixa, quando apresentasse de 22 a 42 pontos;

Resiliência Média-alta, quando apresentasse de 43 a 63 pontos;

Resiliência Alta quando apresentasse de 64 a 84 pontos.

O Quadro 17 mostra a pontuação de resiliência das turmas do 1º ao 10º período e sua classificação.

QUADRO 17. PONTUAÇÃO E CLASSIFICAÇÃO DA RESILIÊNCIA DAS TURMAS.

Período	Pontuação	Classificação
1º	67	Resiliência Alta
2º	64	Resiliência Alta
3º	52	Resiliência Média-alta
4º	55	Resiliência Média-alta
5º	57	Resiliência Média-alta
6º	58	Resiliência Média-alta
7º	52	Resiliência Média-alta
8º	53	Resiliência Média-alta
9º	58	Resiliência Média-alta
10º	54	Resiliência Média-alta

Conforme exposto, as turmas que apresentaram Resiliência Alta foram as do primeiro e segundo período, com 67 e 64 pontos, respectivamente. As demais turmas, do terceiro ao décimo período, apresentaram Resiliência Média-Alta, havendo menor índice no terceiro e sétimo período, ambos com 52 pontos. Este resultado pode ser considerado satisfatório, pois nenhuma turma apresentou baixos graus de resiliência.

Traçando o perfil resiliente dos alunos do Curso de Química, temos uma média de 57 pontos, o que significa, que fazem parte da faixa que apresenta Resiliência Média-alta. Podemos considerar que este perfil resiliente dos alunos investigados significa que eles conseguem lidar de forma positiva com as adversidades que possam existir no ambiente acadêmico, sugerindo terem um alto índice de tolerância às frustrações.

É importante dizer que estes valores são baseados em médias, podendo haver entre estes alunos alguns com resiliência baixa, porém a maior parte apresenta características positivas no que se refere ao enfrentamento das situações adversas, o que favorece para um bom andamento do Curso.

Retomando as características das pessoas resilientes, Leal (2011, p. 13) considera que:

Resiliente é um ser falível (aliás, como qualquer ser humano), que vivencia momentos de fragilidades, mas a intensidade e a frequência com que se abala, e, sobretudo, o modo como vivencia a adversidade e se transforma, faz toda diferença, frequentemente se supera.

Para Rebeiro (2012) ser fortemente resiliente resulta em se reorganizar e se transformar continuamente, objetivando melhores condições de enfrentamento que concedam o equilíbrio das ações do pensamento.

Ferreira (2011) afirma que pessoas com elevados graus de Resiliência possuem grande capacidade de adaptação, permitindo mudanças em suas atitudes e qualidade de vida diante das situações estressoras do dia-a-dia. Acreditamos que esta postura seja fundamental para suportar as exigências provenientes da Universidade que, com o passar dos períodos, vão se tornando maiores.

É válido ressaltar que o fato de termos identificado nos primeiros períodos alunos com resiliência alta e a seguir, com resiliência média alta, portanto, com um índice menor de resiliência, não nos autoriza a considerar que foram, gradativamente sofrendo prejuízos de qualquer espécie na qualidade de suas estratégias de enfrentamento. Como todos sabem, não realizamos um estudo longitudinal, portanto, são alunos diferentes, analisados em um recorte pontual de tempo e que podem, inclusive, apresentar resultados diferentes se analisados em outro momento.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ocorrência da Síndrome de *Burnout* em universitários está relacionada com altos índices de Exaustão Emocional e Descrença e baixos índices de Eficácia. Sobre a percepção dos alunos da Instituição sobre como o ambiente acadêmico pode favorecer ou não possíveis adoecimentos de ordem emocional, nossos resultados mostram que os maiores índices encontrados foram na dimensão Exaustão Emocional, porém tanto em Ineficácia quanto em Descrença os índices encontrados não foram tão altos.

Em relação à percepção dos alunos sobre como o ambiente acadêmico poderia favorecer ou não possíveis adoecimentos de ordem física, constatamos que a ocorrência deste tipo de sintoma entre os alunos da Universidade analisada é baixa, pois a maior parte dos entrevistados apontou “nunca” sentir ou sentir “algumas vezes”. Este achado, somado ao apresentado nos sintomas psicológicos, revela que, de forma geral, os alunos da Instituição pesquisada não apresentam grandes indícios do desenvolvimento da Síndrome e estão consonantes aos encontrados no perfil resiliente dos mesmos.

Neste sentido, em relação à Resiliência dos alunos, avaliamos que as turmas mais resilientes foram o primeiro e o segundo período, que apresentaram Resiliência Alta. As demais apresentaram Resiliência Média-Alta, sendo as menos resilientes, ou seja, aquelas com a menor pontuação no questionário, o terceiro e o sétimo período. Traçando um perfil geral do Curso, obtivemos uma pontuação média de 57 pontos, indicando que os alunos participantes de Química possuem Resiliência Média-Alta. Este resultado sugere que, por mais que enfrentem dificuldades, os alunos estão aptos ao enfrentamento saudável das mesmas, que são inerentes ao fenômeno educativo.

Como já mencionado, não é possível dizer que a resiliência dos alunos diminuiu ao longo do Curso, pois nosso estudo não acompanhou as mesmas turmas no decorrer de vários períodos. Em vez disso, foi realizada uma análise pontual, que levou em consideração como os alunos estavam, emocional e fisicamente, no período da entrevista. Sugerimos, para uma percepção mais completa de como a universidade pode ou não interferir na saúde dos estudantes, um estudo longitudinal, que acompanhe as turmas no decorrer do Curso.

Comparando-se os dados do questionário da Síndrome de *Burnout* e do questionário de Resiliência, temos resultados condizentes, pois, ao mesmo tempo em que não se encontrou altos índices de prevalência da Síndrome, graus de Resiliência elevados foram constatados. Isto significa que, por mais que tenham compreendido que o ambiente acadêmico pudesse favorecer o adoecimento, a probabilidade de resistirem a situações adversas e não adoecerem foi elevada.

Porém, é importante ressaltar que, mesmo em quantidades pequenas, alguns alunos sinalizaram altos índices de *Exaustão Emocional* e *Descrença* e baixos índices de *Eficácia*, indicando maior propensão ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*, como pode ser observado nos resultados por período apresentados nos apêndices. Além disso, fatores como Falta de motivação/Ansiedade/Pressão foram apontados em terceiro lugar pelos alunos, sinalizando que já pensaram em desistir do Curso. Isto significa que ações de fortalecimento da resiliência e de enfrentamento à Síndrome de *Burnout* precisam ser iniciadas o mais rápido possível na Universidade.

Da mesma forma, deve-se buscar também a ampliação das discussões acerca da Formação Humana, pois a maior causa de insatisfação com o Curso apontada pelos alunos foi a metodologia e relacionamento com os professores, problemas que, infelizmente, parecem ser recorrentes na Academia. Entende-se que os professores devem agir como tutores de resiliência de seus alunos, auxiliando no fortalecimento da mesma, e não contribuindo para o adoecimento destes.

Fazer da Universidade um fator de proteção deve ser visto sempre como prioridade. Só assim será possível contribuir eticamente de forma positiva para a saúde dos alunos, tanto física quanto emocional, respeitando-os integralmente em sua complexidade e multiplicidade de dimensões.

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, V. R. L. MEDEIROS, C. M. *Entrevistas na pesquisa social: O relato de um grupo de foco nas licenciaturas*. IX Congresso Nacional de Educação – EDUCERE. PUCPR. 2009.
- ANGST, R. *Habilidades sociais e resiliência em acadêmicos de licenciaturas*. 2013. Dissertação (Mestrado em Educação). Universidade Federal do Paraná. Curitiba, PR. 2013.
- ANTONI, C. KOLLER, S. H. *A visão de família entre as adolescentes que sofreram violência intrafamiliar*. *Estud. psicol. (Natal)* vol.5 no.2 Natal July/Dec.
- BATISTA, J. C. RIBEIRO, O. C. F. NUNES JUNIOR, P. C. Lazer e Promoção de Saúde: Uma Aproximação Conveniente. *Licere*, Belo Horizonte, v.15, n.2, jun/2012.
- BRANDÃO, A. R. P. A postura do positivismo com relação às ciências humanas. *Theoria - Revista Eletrônica de Filosofia*. v. 03 – N. 06 - p. 80-105. 2011.
- _____. *Resiliência: de que se trata? O conceito e suas imprecisões*. 2009. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas. Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte. 2009.
- BIEHL, K. A. *Burnout em psicólogos*. 2009. Tese (Doutorado em Psicologia) - Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, 2009.
- BOLLNOW, O. F. *Sobre las virtudes del educador*. Der AufsatzÜber die Tugenden des Erziehers“ istspanischerschienen. *Educación. Espanha*. 20, 1979.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. *Lista de doenças relacionadas ao trabalho*. Brasília, DF, 1999.
- CAMPOS, D. A. Z. *Síndrome de Burnout: o esgotamento profissional Ameaçando o bem-estar dos professores*. 2008. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade do Oeste Paulista. Presidente Prudente, São Paulo, 2008.
- CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002.
- CARLOTTO, M. S., NAKAMURA, A. P., CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área de saúde. *Revista PSICO*, Porto Alegre, PUCRS, v. 37, n. 1, pp. 57-62, jan./abr. 2006.
- CAVALCANTE, C. H. L.; SANTOS JUNIOR, P. A. Fatores que influenciam o desempenho escolar: a percepção dos estudantes do curso Técnico em Contabilidade do IFRS – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio

Grande do Sul, Campus Porto Alegre. *Revista Liberato*, Novo Hamburgo, v. 14, n. 21, p. 01-112 jan./jun. 2013.

CYRULNIK, B. *Os patinhos feios*. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

Codo, W., & Vasques-Menezes, I. (1999). O que é *Burnout*? Em W. Codo (Org.), *Educação: Carinho e trabalho* (pp. 237-255). Rio de Janeiro: Vozes.

DOMINGUÉZ, C.C.C., HEDERICH, C. SAÑUDO, J. E. P. El Burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*. Volumen 42 N°1 pp. 131-146 2010 ISSN 0120-0534.

FERREIRA, J. S. *A importância da resiliência, estresse, síndrome de Burnout e absenteísmo nas organizações e na saúde dos profissionais*. 2011. Monografia de pós graduação (Pós-Graduação de Auditoria e Gestão em Saúde) Universidade Tuiuti. Paraná – Curitiba. 2011.

FERREIRA, R. C.; LEAL, A. L. G. , SILVA, M. A. A. *A Relevância do Professor Humanizado em Sala de Aula*. III Congresso Nacional de Educação - CONEDU. Natal-RN. 2016.

FONSECA, J. J. S. *Metodologia da pesquisa científica*. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

GARNELO, L. Avaliação por triangulação de métodos: abordagem de programas sociais. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, p. 1115-1117, Maio, 2006.

GASPARINO, R. C. Síndrome de *Burnout* na equipe de enfermagem de um hospital universitário. *Cogitare Enferm*. 2014 Abr/Jun; 19(2):232-8

GERMANO, A.P.P. et al. *A importância da resiliência e da relação humanizada professor-aluno sob o ponto de vista de licenciandos do curso de química da UFPE/CAA*. Simpósio Brasileiro de Educação Química. Fortaleza, CE. 2015. ISBN 978-85-85905-14-9.

GIL, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

GOULART, C. T. *Estresse e Síndrome de Burnout em discentes de Enfermagem*. 2014. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). 52 f. Universidade Federal de Santa Maria. Santa Maria, Rio Grande do Sul. 2014.

INFANTE, F. *A resiliência como processo: uma revisão da literatura recente*. In A. Melilo & E. N. S. Ojeda (Orgs.), *Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas* (pp. 23-38). 2005. Porto Alegre: Artmed.

LEAL, A. L. G. *Resiliência e formação humana em professores do ensino fundamental I da rede pública municipal - em busca da integralidade*. 2010. Tese (Doutorado em educação) - Centro de Educação, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE, 2010.

LEAL, A. L.; RÖHR, F.; ACIOLY-REGNIER, N. *A Resiliência e Seus Efeitos na Prática Docente*. In: X Congresso Nacional de Psicologia Escolar e Educacional, 2011, Maringá - Paraná. ABRAPEE, 2011.

LYRA, G. J. H. Síndrome de *Burnout*: Esgotamento profissional, estresse, sintomas e o caminho para a liberdade docente. *Revista Científica Semana Acadêmica*, v. 01, p. 01-18, 2015.

MACHADO, D. C. O. *Análise de fatores associados ao desempenho escolar de alunos do quinto ano do ensino fundamental com base na construção de indicadores*. 2014. 227p. Dissertação (mestrado profissional) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências Físicas e Matemáticas. Programa de Pós-Graduação em Métodos e Gestão em Avaliação. Florianópolis, Santa Catarina. 2014.

MALLMANN, C. S. PALAZZO, L. S. CARLOTTO, M. S., AERTS, D. R. G. C. Fatores associados à síndrome de *burnout* em funcionários públicos municipais. *Psicologia: Teoria e Prática* – 2009, 11(2):69-82.

MENDES, M. L. M. *A tradução do fracasso: Burnout em professores do Recife*. 138f. 2015. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2015.

MORENO F.N., GIL G.P., HADDAD M.C.L., VANNUCHI M.T.O. Estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de Burnout. *Rev. enferm. UERJ*, Rio de Janeiro, 2011 jan/mar; 19(1):140-5.

NADAL, C. M. S. *A resiliência ao longo da vida de afrodescendentes*. 2007. Dissertação (Mestrado em Educação) - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007.

OLIVEIRA, G. F., GRANGEIRO, M. V. T., BARRETO, J. O. P. Síndrome de burnout em estudantes universitários. *Revista de Psicologia*. Ano 2, No. 6, Novembro de 2008-ISSN 1981-1179.

OLIVEIRA, M. F. de. *Metodologia científica: um manual para a realização de pesquisas em Administração* / Maxwell Ferreira de Oliveira. -- Catalão: UFG, 2011. 72 p.: il.

PELEIAS, I. R. et al. A Síndrome de Burnout em Estudantes de Ciências Contábeis de IES Privadas: Pesquisa na Cidade de São Paulo. *Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade*. Brasília, v. 11, n. 1, art. 2, p. 30-51, jan./mar. 2017.

POLETTI, R.; DOBBS, B. *A resiliência: A arte de dar a volta por cima*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.

POLETTI, M; KOLLER, S. H. Contextos ecológicos: promotores de resiliência, fatores de risco e de proteção. *Estudos de Psicologia* (PUCCAMP. Impresso), v. 25, p. 405-416, 2008.

POLIT, D. F.; BECK, C. T.; HUNGLER, B. P. *Fundamentos de pesquisa em enfermagem: métodos, avaliação e utilização*. Trad. de Ana Thorell. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.

RAMOS, R. C. S. S.; SALVI, R. F. *Análise de conteúdo e análise do discurso em educação matemática* – um olhar sobre a produção em periódicos qualis A1 e A2. IV Seminário Internacional de Pesquisa em Educação Matemática. Brasília – DF. 2009.

RAMOS, D. A. S. M. *Burnout, percepção de suporte social e autoeficácia em estudantes do ensino Superior*. 2015. 102 f. Dissertação (Pós graduação em Psicologia) - Universidade Federal de Uberlândia. Uberlândia. 2015.

REBEIRO, G. B. F. *Fatores protetivos e o jogo de regras Rummikub: um estudo com alunos do 6º ano do Ensino Fundamental*. 2012. 122 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Centro de educação, comunicação e artes, Universidade Estadual de Londrina, Londrina. 2012.

RÖHR, F. A Multidimensionalidade na Formação do Educador. *Revista da Educação*. ACE. Brasília, Ano 28, nº 110, jan./mar. 1999, 100-108.

RÖHR, F. Espiritualidade e formação humana. *Poiésis*, Tubarão, Número Especial: Biopolítica, Educação e Filosofia, p. 53 - 68, 2011.

ROGERS, C. *Tornar-se Pessoa*. 5ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1997.

SAVIANI, D. DUARTE, N. A formação humana na perspectiva histórico-ontológica. *Revista Brasileira de Educação* v. 15 n. 45 set./dez. 2010.

SILVA M. A.A. SILVA, L.B. LEAL, A.L.G. *A importância da Relação Humanizada professor-aluno para a superação das dificuldades de Aprendizagem*. II Encontro Internacional de Educação e Espiritualidade. Recife-PE, 2014.

SILVA, G. C. R. F. da S. *O método científico na psicologia: abordagem qualitativa e quantitativa*. 2010.

SILVA, M. P. G. O. CHINALLI, V. F. GALINSKI, M. C. AVANCI, T. F. A silenciosa doença do professor: *Burnout*, ou o mal estar docente. *Revista Científica Integrada - Unaerp Campus Guaurjá*, GUARUJÁ, 06 jun. 2013.

SOBRAL, R. C. *Fatores psicossociais de risco no trabalho e a síndrome de Burnout*. 2015. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) - Faculdade de Ciências Médicas. Universidade Estadual de Campinas, Campinas. 2015.

SORIA, H. B. E., BLANDTT, L. S. RIBEIRO, J. C. *Resiliência: a capacidade de adaptação e/ou transformação nas desigualdades sociais*. I Jornada Internacional De Políticas Públicas São Luís – MA, 28 a 30 de agosto 2007.

SOUSA, I. F. MENDONÇA, H. *Burnout* em professores universitários: impacto de percepções de justiça e comprometimento afetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Vol. 25, n. 4, pp. 499-508, Out-Dez 2009.

SPAGOLLA, R. *Afetividade: Por uma educação humanizada e humanizadora*. Jacarezinho: UENP, 2005.

SUCHODOLSKI, B. (2010). "Teoria marxista da educação", in: WOJNER, I.; MAFRA, J. F. (orgs.). Bogdan Suchodolski. Recife: Fundação Joaquim Nabuco / Massangana.

TERENCE, A. C. F. FILHO, E. E. *Abordagem quantitativa, qualitativa e a utilização da pesquisa-ação nos estudos organizacionais*. XXVI ENEGEP - Fortaleza, CE, Brasil. 2006.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G. et al. Manifestações da síndrome de *burnout* entre estudantes de graduação em enfermagem. *Texto contexto - enferm.*, Florianópolis, v. 22, n. 3, p. 754-762, Setembro, 2013.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G. et al. Síndrome de *Burnout* entre estudantes de graduação em enfermagem de uma universidade pública. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. nov.-dez. 2014;22(6):934-41

TONET, I. Educação e formação humana. *Ideação* (Cascavel), v. 8, p. 9-22, 2006.

VASCONCELOS, S. M. F. Resiliência. 2005. Disponível em: <http://www.sbpcnet.org.br/livro/57ra/programas/CONF_SIMP/textos/sandrasvasconcelos-resiliencia.htm> Acesso em: 11 jun. 2017.

XIMENES, L. M. S. *A Promoção da Formação humana no Processo de Formação Acadêmica do Educador*. 2013. 300 f. Tese de Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Educação. Universidade Federal de Pernambuco. Recife (PE), 2013.

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO DE INFORMAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS E ACADÊMICAS

Título do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC): “Saúde emocional e física no ambiente acadêmico: a percepção dos discentes do Curso de Licenciatura em Química de uma Instituição do Agreste Pernambucano.”

Discente: Jéssica Danielle da Silva Brito

Orientadora: Professora Doutora Ana Lúcia Leal.

Você está sendo convidado (a) a participar de um TCC, cujo objetivo é compreender a percepção dos alunos do Curso de Licenciatura em Química, de uma Instituição Pública de Ensino Superior, sobre a influência do ambiente acadêmico em sua saúde física e emocional. Acreditamos que esta pesquisa oferecerá por benefícios a ampliação dos conhecimentos sobre o tema, contribuindo com novas informações, úteis, sobretudo, à compreensão da prática do professor e de sua formação humana. Os resultados serão divulgados publicamente, entretanto, a identidade dos participantes voluntários jamais será revelada.

1. Nome (se preferir, apenas as iniciais): _____
2. Sexo: () Feminino () Masculino 3. Idade: _____
4. Ano de ingresso no curso: _____
5. Número de disciplinas cursadas atualmente: _____
6. Estado civil: () Solteiro(a) () Casado(a) () Separado(a) ou Divorciado(a) () Viúvo(a)
7. Com quem reside atualmente? () Sozinho(a) () Pai/Mãe () Cônjuge/Companheiro(a)
() Familiares () Amigos/colegas () Outros
8. Possui filhos? Sim () Não ()
9. Qual a principal fonte de renda para o custeio de seus estudos? () Familiar
() Auxílio da Instituição () Trabalho () Outra Qual? _____
10. Você atua na área de ensino? () Sim () Não
11. Caso trabalhe, qual a sua carga horária semanal?
() 20 hs () 30 hs () 40 hs () Outro. Qual? _____
12. Você participou ou participa de alguma atividade extracurricular? () Sim () Não
13. Possui outro curso superior? () Sim () Não
14. Curso de primeira opção: () Química () Outro Qual? _____
15. Qual grau de informação que você possuía quando escolheu cursar química?
() Nenhum () Pouco informado () Informado superficialmente () Muito informado
16. Está satisfeito com o curso de química? () Sim () Não
Por quê? _____

17. Já pensou ou pensa em desistir do curso? () Sim () Não
Por quê? _____

18. Possui atividade de lazer? () Sim () Não
19. Possui local adequado para estudo? () Sim () Não
20. Possui acesso fácil à internet? () Sim () Não
21. Possui computador () Sim () Não
22. Apresenta bom relacionamento com os colegas? () Sim () Não
Por quê? _____

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Caso nunca tenha experimentado tal sentimento em relação à universidade, marque um “x” na coluna “0” (zero). Em caso afirmativo, indique a frequência que descreveria melhor seus sentimentos, conforme a descrição abaixo:

0	Nunca
1	Algumas vezes
2	Quase sempre
3	Sempre

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.				
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.				
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.				
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.				
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.				
06	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.				
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.				
08	Tenho-me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.				
09	Considero-me um bom estudante.				
10	Sinto-me consumido pelos meus estudos.				
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.				
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.				
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.				
14	Falto aulas por motivo de saúde.				

As questões a seguir referem-se à frequência com que você sente alguns sintomas físicos decorrentes das demandas da universidade. Use a mesma escala da questão anterior para responder.

Sintomas		0	1	2	3
15	Sensação de fadiga				
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)				
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado				
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago				
19	Sensação de tremores musculares				
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar				
21	Redução do apetite				
22	Sob pressão sente taquicardia				
23	Problemas com a memória				
24	Enxaqueca				

APÊNDICE C – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 1º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 37,5%	Masculino 62,5%	---	---	---	---
Idade	Entre 17 e 25 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 96,87%	Casado (a) 3,12%	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 3,12%	Pai/Mãe 75%	Companheiro(a) 6,25%	Familiares 12,5%	Amigos 0%	Outros 3,12%
Possui filhos	Sim 3,12%	Não 96,87%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 78,12%	Auxílio 0	Trabalho 21,87%	Outra 0	---	---
Atua no ensino	Sim 9,37%	Não 90,62%	---	---	---	---
Participa/participou de atividade extracurricular	Sim 9,37%	Não 90,62%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 3,12%	Não 96,87%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 65,63%	Outros 34,37%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 3,12%	Pouco Informado 21,87%	Informado superficialmente 53,12%	Muito informado 21,87%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 68,75%	Não 31,25%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 62,5%	Não 37,5%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 87,5%	Não 12,5%	---	---	---	---
Possui computador	Sim 87,5%	Não 12,5%	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	6	16	8	2
%		18,75	50	25	6,25
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	14	10	5	3
%		43,75	31,25	15,62	9,37
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	5	15	10	2
%		15,62	46,87	31,25	6,25
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	0	10	17	5
%		0	31,25	53,12	15,62
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	5	21	5	1
%		15,62	65,62	15,62	3,12
06	Sinto me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	0	1	1	30
%		0	3,12	3,12	93,75
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	8	20	2	2
%		25	62,5	6,25	6,25

08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	26	6	0	0
%		81,25	18,75	0	0
09	Considero-me um bom estudante.	2	9	14	7
%		6,25	28,12	43,75	21,87
10	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	8	18	5	1
%		25	56,25	15,62	3,12
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	1	14	14	3
%		3,12	43,75	43,75	9,37
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	8	18	4	2
%		25	56,25	12,5	6,25
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	1	7	12	12
%		3,12	21,87	37,5	37,5
14	Falto aulas por motivo de saúde.	15	13	3	1
%		46,87	40,62	9,37	3,12
15	Sensação de fadiga	3	17	8	4
%		9,37	53,12	25	12,5
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	6	19	7	0
%		18,75	59,37	21,87	0
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	12	10	9	1
%		37,5	31,25	28,12	3,12
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	22	7	3	0
%		68,75	21,87	9,37	0
19*	Sensação de tremores musculares	21	10	0	0
%		65,62	31,25	0	0
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	27	4	1	0
%		84,37	12,5	3,12	0
21	Redução do apetite	23	5	4	0
%		71,87	15,62	12,5	0
22	Sob pressão sente taquicardia	27	3	2	0
%		84,37	9,37	6,25	0
23	Problemas com a memória	15	12	5	0
%		46,87	37,5	15,62	0
24	Enxaqueca	16	10	4	2
%		50	31,25	12,5	6,25

* Uma pessoa não respondeu a questão 19.

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	0	9	18	5
%		0	28,12	56,25	15,62
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	25	7	0	0
%		78,12	21,87	0	0
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	16	15	1	0
%		50	46,87	3,12	0
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	11	12	5	4
%		34,37	37,5	15,62	12,5
05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	4	6	22

%		0	12,5	18,75	68,75
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	20	8	1	3
%		62,5	25	3,12	9,37
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	21	7	3	1
%		65,62	21,87	9,37	3,12
08	Tenho fé em uma força superior	6	4	3	19
%		18,75	12,5	9,37	59,37
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	1	9	13	9
%		3,12	28,12	40,62	28,12
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	2	19	10	1
%		6,25	59,37	31,25	3,12
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	0	13	12	7
%		0	40,62	37,5	21,87
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	3	4	5	20
%		9,37	12,5	15,62	62,5
13	As pessoas me acham bem humorada	2	8	9	13
%		6,25	25	28,12	40,62
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	15	8	6	3
%		46,87	25	18,75	9,37
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	15	11	5	1
%		46,87	34,37	15,62	3,12
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	6	12	10	4
%		18,75	37,5	31,25	12,5
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	17	12	3	0
%		53,12	37,5	9,37	0
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	4	15	8	5
%		12,5	46,87	25	15,62
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	1	11	7	13
%		3,12	34,37	21,87	40,62
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	2	3	8	19
%		6,25	9,37	25	59,37
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	0	5	6	21
%		0	15,62	18,75	65,62
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	10	14	5	3
%		31,25	43,75	15,62	9,37
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	10	16	5	1
%		31,25	50	15,62	3,12
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	5	9	14	4
%		15,62	28,12	43,75	12,5
25	Acho difícil ter uma fé própria	21	9	0	2
%		65,62	28,12	0	6,25
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	11	18	3	0
%		34,37	56,25	9,37	0
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	5	10	7	10
%		15,62	31,25	21,87	31,25
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	3	17	7	5
%		9,37	53,12	21,87	15,62

APÊNDICE D – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 2º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 38,09%	Masculino 61,90%	---	---	---	---
Idade	Entre 18 e 34 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 77,27%	Casado (a) 18,18%	Divorciado (a) 4,54%	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 4,54%	Pai/Mãe 63,63%	Companheiro(a) 18,18%	Familiares 4,54%	Amigos 4,54%	Outros 4,54%
Possui filhos	Sim 4,54%	Não 95,45%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 40,90%	Auxílio 31,81%	Trabalho 27,27%	Outra 0	---	---
Atua no ensino	Sim 9,09%	Não 90,90%	---	---	---	---
Participa/participou de atividade extracurricular	Sim 9,52%	Não 90,47%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 4,54%	Não 95,45%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 86,36%	Outros 13,63%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 0	Pouco Informado 40,90%	Informado superficialmente 31,81%	Muito informado 27,27%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 50%	Não 50%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 63,63%	Não 36,36%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 95,23%	Não 4,76%	---	---	---	---
Possui computador	Sim 90,90%	Não 9,09%	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	3	7	9	3
%		13,63	31,81	40,90	13,63
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	2	10	6	4
%		9,09	45,45	27,27	18,18
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	2	12	4	4
%		9,09	54,54	18,18	18,18
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	1	8	11	2
%		4,54%	36,36	50	9,09
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	2	12	4	4
%		9,09	54,54	18,18	18,18
06	Sinto me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	1	4	3	14
%		4,54%	18,18	13,63	63,63
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	5	11	2	4
%		22,72		9,09	18,18

08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	13	7	2	0
%		59,09	31,81	9,09	0%
09	Considero-me um bom estudante.	0	7	9	6
%		0%	31,81	40,90	27,27
10*	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	2	11	6	2
%		9,09	50	27,27	9,09
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	2	10	8	2
%		9,09	45,45	36,36	9,09
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	8	7	3	4
%		36,36	31,81	13,63	18,18
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	1	5	10	6
%		4,54%	22,72	45,45	27,27
14	Falto aulas por motivo de saúde.	9	8	2	3
%		40,90	36,36	9,09	13,63
15	Sensação de fadiga	0	16	5	1
%		0%	72,72	22,72	4,54%
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	3	11	7	1
%		13,63	50	31,81	4,54%
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	6	6	9	1
%		27,27	27,27	40,90	4,54%
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	13	5	3	1
%		59,09	22,72	13,63	4,54%
19	Sensação de tremores musculares	14	5	2	1
%		63,63	22,72	9,09	4,54%
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	16	5	0	1
%		72,72	22,72	0%	4,54%
21	Redução do apetite	11	7	1	3
%		50	31,81	4,54%	13,63
22	Sob pressão sente taquicardia	12	9	0	1
%		54,54	40,90	0%	4,54%
23	Problemas com a memória	5	11	4	2
%		22,72	50	18,18	9,09
24	Enxaqueca	10	7	4	1
%		45,45	31,81	18,18	4,54%

* Uma pessoa não respondeu a questão 10.

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	0	15	7	0
%		0	68,18	31,81	0
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	7	10	2	3
%		31,81	45,45	9,09	13,63
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	9	7	5	1
%		40,90	31,81	22,72	4,54%
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	8	9	3	2
%		36,36	40,90	13,63	9,09

05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	7	5	10
%		0	31,81	22,72	45,45
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	9	8	3	2
%		40,90	36,36	13,63	9,09
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	13	7	1	1
%		59,09	31,81	4,54%	4,54%
08	Tenho fé em uma força superior	1	2	2	17
%		4,54	9,09	9,09	77,27
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	0	5	15	2
%		0	22,72	68,18	9,09
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	3	13	4	2
%		13,63	59,09	18,18	9,09
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	3	4	9	6
%		13,63	18,18	40,90	27,27
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	0	6	4	12
%		0	27,27	18,18	54,54
13	As pessoas me acham bem humorada	0	15	7	0
%		0	68,18	31,81	0
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	7	10	2	3
%		31,81	45,45	9,09	13,63
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	9	7	5	1
%		40,90	31,81	22,72	4,54%
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	8	9	3	2
%		36,36	40,90	13,63	9,09
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	0	7	5	10
%		0	31,81	22,72	45,45
18*	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	9	8	3	2
%		40,90	36,36	13,63	9,09
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	13	7	1	1
%		59,09	31,81	4,54%	4,54%
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	1	2	2	17
%		4,54	9,09	9,09	77,27
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	0	5	15	2
%		0	22,72	68,18	9,09
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	3	13	4	2
%		13,63	59,09	18,18	9,09
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	3	4	9	6
%		13,63	18,18	40,90	27,27
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	0	6	4	12
%		0	27,27	18,18	54,54
25	Acho difícil ter uma fé própria	0	15	7	0
%		0	68,18	31,81	0
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	7	10	2	3
%		31,81	45,45	9,09	13,63
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	9	7	5	1
%		40,90	31,81	22,72	4,54%
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	8	9	3	2
%		36,36	40,90	13,63	9,09

* Uma pessoa não respondeu a questão 18.

APÊNDICE E – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 3º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 37,5%	Masculino 62,5%	---	---	---	---
Idade	Entre 17 e 34 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 100%	Casado (a) 0	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 0	Pai/Mãe 75%	Companheiro(a) 0	Familiares 12,5%	Amigos 12,5%	Outros 0
Possui filhos	Sim 0	Não 100%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 31,25%	Auxílio 31,25%	Trabalho 37,5%	Outra 0	---	---
Atua no ensino	Sim 25%	Não 75%	---	---	---	---
Participa/ participou de atividade extracurricular	Sim 31,25%	Não 68,75%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 6,25%	Não 93,75%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 75%	Outros 25%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 6,25	Pouco Informado 18,75%	Informado superficialmente 37,5%	Muito informado 37,5%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 75%	Não 25%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 56,25%	Não 43,75%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 93,75%	Não 6,25%	---	---	---	---
Possui computador	Sim 87,5%	Não 12,5%	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	2	9	5	0
%		12,5	56,25	31,25	0
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	5	11	1	0
%		31,25	68,75	6,25	0
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	9	3	4	2
%		56,25	18,75	25	12,5
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	1	7	6	2
%		6,25	43,75	37,5	12,5
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	1	9	4	2
%		6,25	56,25	25	12,5
06	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	0	2	5	9
%		0	12,5	31,25	56,25
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	4	11	1	0
%		25	68,75	6,25	0

08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	11	3	2	0
%		68,75	18,75	12,5	0
09	Considero-me um bom estudante.	0	7	7	2
%		0	43,75	43,75	12,5
10	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	2	9	3	2
%		12,5	56,25	18,75	12,5
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	1	9	5	1
%		6,25	56,25	31,25	6,25
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	6	7	2	1
%		37,5	43,75	12,5	6,25
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	3	6	4	3
%		18,75	37,5	25	18,75
14	Falto aulas por motivo de saúde.	6	7	3	0
%		37,5	43,75	18,75	0
15	Sensação de fadiga	2	8	4	2
%		12,5	50	25	12,5
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	5	7	2	2
%		31,25	43,75	12,5	12,5
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	8	5	2	1
%		50	31,25	12,5	6,25
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	9	5	1	1
%		56,25	31,25	6,25	6,25
19	Sensação de tremores musculares	12	3	1	0
%		75	18,75	6,25	0
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	10	6	0	0
%		62,5	37,5	0	0
21	Redução do apetite	9	6	0	1
%		56,25	37,5	0	6,25
22	Sob pressão sente taquicardia	11	5	0	0
%		68,75	31,25	0	0
23	Problemas com a memória	4	9	0	3
%		25	56,25	0	18,75
24	Enxaqueca	4	10	1	1
%		25	62,5	6,25	6,25

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	0	13	2	1
%		0	81,25	12,5	6,25
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	11	2	3	0
%		68,75	12,5	18,75	0
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	8	8	0	0
%		50	50	0	0
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	3	7	2	4
%		18,75	43,75	12,5	25
05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	2	7	7

%		0	12,5	43,75	43,75
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	8	5	2	1
%		50	31,25	12,5	6,25
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	4	9	2	1
%		25	56,25	12,5	6,25
08	Tenho fé em uma força superior	2	2	1	11
%		12,5	12,5	6,25	68,75
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	0	7	4	5
%		0	43,75	25	31,25
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	3	9	3	1
%		18,75	56,25	18,75	6,25
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	1	8	6	1
%		6,25	50	37,5	6,25
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	1	1	6	8
%		6,25	6,25	37,5	50
13	As pessoas me acham bem humorada	2	7	5	2
%		12,5	43,75	31,25	12,5
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	6	3	4	3
%		37,5	18,75	25	18,75
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	6	5	4	1
%		37,5	31,25	25	6,25
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	2	3	4	7
%		12,5	18,75	25	43,75
17*	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	5	8	2	0
%		31,25	50	12,5	0
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	3	6	7	0
%		18,75	37,5	43,75	0
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	2	7	4	3
%		12,5	43,75	25	18,75
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	0	6	5	5
%		0	37,5	31,25	31,25
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	0	6	5	5
%		0	37,5	31,25	31,25
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	5	6	4	1
%		31,25	37,5	25	6,25
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	4	10	2	0
%		25	62,5	12,5	0
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	2	10	3	1
%		12,5	62,5	18,75	6,25
25	Acho difícil ter uma fé própria	8	6	2	0
%		50	37,5	12,5	0
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	8	7	0	1
%		50	43,75	0	6,25
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	4	5	5	2
%		25	31,25	31,25	12,5
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	2	8	4	2
%		12,5	50	25	12,5

* Uma pessoa não respondeu a questão 17.

APÊNDICE F – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 4º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 29,41%	Masculino 70,58%	---	---	---	---
Idade	Entre 19 e 32 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 88,23%	Casado (a) 11,76	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 0	Pai/Mãe 82,35%	Companheiro(a) 0	Familiares 11,76%	Amigos 0	Outros 5,88
Possui filhos	Sim 0	Não 100%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 31,57%	Auxílio 31,57%	Trabalho 36,84%	Outra 0	---	---
Atua no ensino	Sim 17,64%	Não 82,35%	---	---	---	---
Participa/ participou de atividade extracurricular	Sim 26,66%	Não 73,33%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 5,88%	Não 94,11%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 70,58%	Outros 29,41%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 0	Pouco Informado 29,41%	Informado superficialmente 64,70%	Muito informado 5,88%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 62,5%	Não 37,5%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 58,82%	Não 41,17%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---
Possui computador	Sim 87,5%	Não 12,5%	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	1	9	5	2
%		5,88	52,94	29,41	11,76
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	2	6	3	6
%		11,76	35,29	17,64	35,29
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	1	12	3	1
%		5,88	70,58	17,64	5,88
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	1	4	10	2
%		5,88	23,52	58,82	11,76
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	2	13	1	1
%		11,76	76,47	5,88	5,88
06	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	0	2	2	13
%		0	11,76	11,76	76,47
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	7	6	3	1
%		41,17	35,29	17,64	5,88

08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	11	4	1	1
%		64,70	23,52	5,88	5,88
09	Considero-me um bom estudante.	3	4	7	3
%		17,64	23,52	41,17	17,64
10	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	1	10	4	2
%		5,88	58,82	23,52	11,76
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	3	7	7	0
%		17,64	41,17	41,17	0
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	8	5	3	1
%		47,05	29,41	17,64	5,88
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	2	6	5	4
%		23,52	35,29	29,41	23,52
14	Falto aulas por motivo de saúde.	7	8	1	1
%		41,17	47,05	5,88	5,88
15	Sensação de fadiga	3	11	2	1
%		17,64	64,70	11,76	5,88
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	6	9	1	1
%		35,29	52,94	5,88	5,88
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	4	8	3	2
%		23,52	47,05	17,64	11,76
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	10	4	2	1
%		58,82	23,52	11,76	5,88
19	Sensação de tremores musculares	9	5	1	2
%		52,94	29,41	5,88	11,76
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	13	4	0	0
%		76,47	23,52	0	0
21	Redução do apetite	11	2	3	1
%		64,70	11,76	17,64	5,88
22*	Sob pressão sente taquicardia	14	1	1	0
%		82,35	5,88	5,88	0
23	Problemas com a memória	10	5	2	0
%		58,82	29,41	11,76	0
24	Enxaqueca	10	5	2	0
%		58,82	29,41	11,76	0

* Uma pessoa não respondeu a questão 22.

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	1	8	7	1
%		5,88	47,05	41,17	5,88
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	9	4	4	0
%		52,94	23,52	23,52	0
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	5	8	4	0
%		29,41	47,05	23,52	0
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	4	9	0	3
%		23,52	52,94	0	17,64

05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	1	2	6	8
%		5,88	11,76	35,29	47,05
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	8	5	3	1
%		47,05	29,41	17,64	5,88
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	5	6	4	2
%		29,41	35,29	23,52	11,76
08	Tenho fé em uma força superior	1	2	0	14
%		5,88	11,76	0	82,35
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	0	7	7	3
%		0	41,17	41,17	17,64
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	1	12	2	1
%		5,88	70,58	11,76	5,88
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	1	10	5	1
%		5,88	58,82	29,41	5,88
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	1	5	4	7
%		5,88	29,41	23,52	41,17
13	As pessoas me acham bem humorada	0	6	7	3
%		0	35,29	41,17	17,64
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	4	7	1	5
%		23,52	41,17	5,88	29,41
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	5	3	4	5
%		29,41	17,64	23,52	29,41
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	2	3	4	7
%		11,76	17,64	23,52	41,17
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	5	7	0	5
%		29,41	41,17	0	29,41
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	4	9	3	1
%		23,52	52,94	17,64	5,88
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	0	7	7	3
%		0	41,17	41,17	17,64
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	0	3	4	10
%		0	17,64	23,52	58,82
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	1	5	0	11
%		5,88	29,41	0	64,70
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	6	7	3	1
%		35,29	41,17	17,64	5,88
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	8	6	1	2
%		47,05	35,29	5,88	11,76
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	0	14	2	1
%		0	82,35	11,76	5,88
25	Acho difícil ter uma fé própria	10	6	1	0
%		58,82	35,29	5,88	0
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	3	9	4	1
%		17,64	52,94	23,52	58,82
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	4	4	6	3
%		23,52	23,52	35,29	17,64
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	0	10	3	4
%		0	58,82	17,64	23,52

APÊNDICE G – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 5º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico

Sexo	Feminino 52%	Masculino 48%	---	---	---	---
Idade	Entre 18 e 27 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 92%	Casado (a) 8%	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 12%	Pai/Mãe 52%	Companheiro(a) 20%	Familiares 4%	Amigos 12%	Outros 0
Possui filhos	Sim 8%	Não 92%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 24%	Auxílio 52%	Trabalho 24%	Outra 0	---	---
Atua no ensino	Sim 52%	Não 48%	---	---	---	---
Participa/ participou de atividade extracurricular	Sim 56%	Não 44%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 8%	Não 92%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 76%	Outros 24%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 0	Pouco Informado 52%	Informado superficialmente 36%	Muito informado 12%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 68%	Não 32%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 44%	Não 56%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---
Possui computador	Sim 96%	Não 4%	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	2	14	5	4
%		8	56	20	16
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	4	11	4	6
%		16	44	16	24
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	0	13	5	7
%		0	52	20	28
04*	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	0	11	12	1
%		0	44	48	4
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	3	13	4	5
%		12	52	16	20
06*	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	0	1	8	15
%		0	4	32	60
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	8	10	3	4

%		32	40	12	16
08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	17	6	1	1
%		68	25	4	4
09	Considero-me um bom estudante.	0	11	12	2
%		0	44	48	8
10	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	3	17	4	1
%		12	68	16	4
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	1	15	9	0
%		4	60	36	0
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	8	11	5	1
%		32	44	20	4
13*	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	1	7	13	3
%		4	28	52	12
14	Falto aulas por motivo de saúde.	10	19	0	1
%		40	76	0	4
15	Sensação de fadiga	2	9	11	3
%		8	36	44	12
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	7	5	6	8
%		28	20	24	32
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	6	7	9	3
%		24	28	36	12
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	12	8	4	1
%		48	32	16	4
19	Sensação de tremores musculares	13	8	3	1
%		52	32	12	4
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	15	5	3	2
%		60	20	12	8
21	Redução do apetite	10	10	2	3
%		40	40	8	12
22	Sob pressão sente taquicardia	13	6	4	2
%		52	24	16	8
23	Problemas com a memória	9	7	4	5
%		36	28	16	20
24	Enxaqueca	11	4	6	4
%		44	16	24	16

* Uma pessoa não respondeu as questões 04, 06 e 13.

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	1	16	8	0
%		4	64	32	0
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	13	8	1	3
%		52	32	4	12
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	8	13	3	1
%		32	52	12	4

04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	8	12	4	1
%		32	48	16	4
05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	3	7	15
%		0	12	28	60
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	8	15	1	1
%		32	60	4	4
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	9	12	3	1
%		36	48	12	4
08	Tenho fé em uma força superior	2	4	4	15
%		8	16	16	60
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	1	8	11	5
%		4	32	44	20
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	2	15	7	1
%		8	60	28	4
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	2	13	6	3
%		8	52	24	12
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	0	3	7	15
%		0	12	28	60
13	As pessoas me acham bem humorada	0	6	9	10
%		0	24	36	40
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	5	10	2	13
%		20	40	8	52
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	13	5	6	1
%		52	20	24	4
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	2	8	6	9
%		8	16	24	36
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	8	13	1	3
%		32	52	4	12
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	3	15	5	3
%		12	60	20	12
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	1	11	9	4
%		4	44	36	16
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	0	2	9	14
%		0	8	36	56
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	1	7	8	9
%		4	28	32	36
22*	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	8	7	6	3
%		32	28	24	12
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	7	16	2	0
%		28	64	8	0
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	0	14	8	3
%		0	56	32	12
25	Acho difícil ter uma fé própria	12	11	2	0
%		48	44	8	0
26*	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	6	15	2	1
%		24	60	8	4
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	6	6	10	4
%		24	24	40	16
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	3	10	10	2
%		12	40	40	8

* Uma pessoa não respondeu as questões 22 e 26.

APÊNDICE H – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 6º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 63,15%	Masculino 36,84%	---	---	---	---
Idade	Entre 20 e 35 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 89,47%	Casado (a) 10,53%	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 5,26%	Pai/Mãe 68,42%	Companheiro(a) 5,26%	Familiares 10,53%	Amigos 10,53%	Outros 0
Possui filhos	Sim 5,26%	Não 94,74%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 16,67%	Auxílio 58,33%	Trabalho 20,83%	Outra 4,17	---	---
Atua no ensino	Sim 21,05%	Não 78,95%	---	---	---	---
Participa/participou de atividade extracurricular	Sim 78,94%	Não 21,05%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 0%	Não 100%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 94,73%	Outros 5,26%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 5,26	Pouco Informado 31,57%	Informado superficialmente 57,89%	Muito informado 5,26%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 77,77%	Não 22,22%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 72,22%	Não 27,77%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---
Possui computador	Sim 94,73%	Não 5,26%	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	2	11	3	3
%		10,53	57,89	15,79	15,79
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	4	5	6	4
%		21,05	26,32	31,58	21,05
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	1	11	4	3
%		5,26	57,89	21,05	15,79
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	0	9	9	1
%		0	47,37	47,37	5,26
05*	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	0	13	2	4
%		0	68,42	10,53	21,05
06	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	0	3	3	13
%		0	15,79	15,79	68,42
07*	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	5	12	1	0
%		26,32	63,16	5,26	0

08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	13	5	1	0
%		68,42	26,32	5,26	0
09	Considero-me um bom estudante.	0	10	8	1
%		0	52,63	42,11	5,26
10	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	3	10	5	1
%		15,79	52,63	26,32	5,26
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	0	9	9	1
%		0	47,37	47,37	5,26
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	10	6	3	0
%		52,63	31,58	15,79	0
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	0	8	8	3
%		0	42,11	42,11	15,79
14	Falto aulas por motivo de saúde.	7	10	2	0
%		36,84	52,63	10,53	0
15	Sensação de fadiga	0	15	3	1
%		0	78,95	15,79	5,26
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	3	9	4	3
%		15,79	47,37	21,05	15,79
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	4	8	4	3
%		21,05	42,11	21,05	15,79
18*	Indisposição gástrica ou dores no estômago	11	4	2	1
%		57,89	21,05	10,53	5,26
19*	Sensação de tremores musculares	12	5	1	0
%		63,16	26,32	5,26	0
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	22	4	2	1
%		63,16	21,05	10,53	5,26
21	Redução do apetite	10	6	0	3
%		52,63	31,58	0	15,79
22	Sob pressão sente taquicardia	13	3	2	1
%		68,42	15,79	10,53	5,26
23	Problemas com a memória	3	14	2	0
%		15,79	73,68	10,53	0
24	Enxaqueca	9	4	3	3
%		47,37	21,05	15,79	15,79

* Uma pessoa não respondeu as questões 05, 07, 18 e 19.

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	0	8	8	3
%		0	42,11	42,11	15,79
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	8	4	1	6
%		42,11	21,05	5,26	31,58
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	11	2	4	2
%		57,89	10,53	21,05	10,53
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	4	12	3	0
%		21,05	63,16	15,79	0

05*	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	1	4	13
%		0	5,26	21,05	68,42
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	12	3	3	1
%		63,16	15,79	15,79	5,26
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	10	5	3	1
%		52,63		15,79	5,26
08	Tenho fé em uma força superior	0	2	4	13
%		0	10,53	21,05	68,42
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	0	8	7	4
%		0	42,11	36,84	21,05
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	2	13	3	1
%		10,53	68,42	15,79	5,26
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	0	3	10	6
%		0	15,79	52,63	31,58
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	0	2	5	12
%		0	10,53	26,32	63,16
13	As pessoas me acham bem humorada	0	5	6	8
%		0	26,32	31,58	42,11
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	3	8	5	3
%		15,79	42,11	26,32	15,79
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	6	5	3	5
%		31,58	26,32	15,79	26,32
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	2	3	5	9
%		10,53	15,79	26,32	47,37
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	8	8	2	1
%		42,11	42,11	10,53	5,26
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	0	11	5	3
%		0	57,89	26,32	15,79
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	0	3	7	9
%		0	15,79	36,84	47,37
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	0	0	2	17
%		0	0	10,53	89,47
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	0	2	6	11
%		0	10,53		57,89
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	6	9	0	4
%			47,37	0	21,05
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	8	9	1	1
%		42,11	47,37	5,26	5,26
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	4	9	4	2
%			47,37	21,05	
25	Acho difícil ter uma fé própria	11	4	3	1
%		57,89		15,79	5,26
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	9	9	1	0
%		47,37	47,37	5,26	0
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	0	9	3	7
%		0	47,37	15,79	
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	3	11	2	3
%		15,79	57,89	10,53	15,79

* Uma pessoa não respondeu a questão 05.

APÊNDICE I – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 7º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 66,66%	Masculino 33,33%	---	---	---	---
Idade	Entre 20 e 29 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 86,67%	Casado (a) 13,33%	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 0	Pai/Mãe 80%	Companheiro(a) 0	Familiares 13,33%	Amigos 6,67%	Outros 0
Possui filhos	Sim 0	Não 100%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 5,56%	Auxílio 72,22%	Trabalho 16,67%	Outra 5,56%	---	---
Atua no ensino	Sim 60%	Não 40%	---	---	---	---
Participa/ participou de atividade extracurricular	Sim 6,66%	Não 93,33%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 6,66%	Não 93,33%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 80%	Outros 20%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 0	Pouco Informado 20%	Informado superficialmente 60%	Muito informado 20%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 77,77%	Não 22,22%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 35,71%	Não 64,28%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---
Possui computador	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	0	8	4	3
%		0	53,33	26,66	20
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	2	7	4	1
%		13,33	46,66	26,66	6,66
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	0	5	6	4
%		0	33,33	40	26,66
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	0	9	5	1
%		0	60	33,33	6,66
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	0	8	4	3
%		0	53,33	26,66	20
06	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	0	2	3	10
%		0	13,33	20	66,66
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	6	4	2	3
%		40	26,66	13,33	20

08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	9	5	0	1
%		60	33,33	0	6,66
09	Considero-me um bom estudante.	0	5	7	3
%		0	33,33	46,66	20
10	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	1	7	4	3
%		6,66	46,66	26,66	20
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	2	10	3	0
%		13,33	66,66	20	0
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	6	4	4	1
%		40	26,66	26,66	6,66
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	0	7	7	1
%		0	46,66	46,66	6,66
14	Falto aulas por motivo de saúde.	5	10	0	0
%		33,33	66,66	0	0
15	Sensação de fadiga	0	5	6	4
%		0	33,33	40	26,66
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	0	8	4	3
%		0	53,33	26,66	20
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	6	6	2	1
%		40	40	13,33	6,66
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	7	4	3	1
%		46,66	26,66	20	6,66
19	Sensação de tremores musculares	11	4	0	0
%		73,33	26,66	0	0
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	10	5	0	0
%		66,66	33,33	0	0
21	Redução do apetite	7	5	3	0
%		46,66	33,33	20	0
22	Sob pressão sente taquicardia	9	4	2	0
%		60	26,66	13,33	0
23	Problemas com a memória	2	9	3	1
%		13,33	60	20	6,66
24	Enxaqueca	7	5	2	1
%		46,66	33,33	13,33	6,66

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às	Quase	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	0	7	8	0
%		0	46,67	53,33	0
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	8	4	2	1
%		53,33	26,67	13,33	6,67
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	5	7	2	1
%		33,33	46,67	13,33	6,67
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	4	8	3	0
%		26,67	53,33	20	0
05*	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	3	2	10

%		0	20	13,33	68,42
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	6	5	4	0
%		40	33,33	26,67	0
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	4	10	1	0
%		26,67	66,67	6,67	0
08	Tenho fé em uma força superior	0	1	1	13
%		0	6,67	6,67	86,67
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	0	6	7	2
%		0	40	46,67	13,33
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	1	9	5	0
%		6,67	60	33,33	0
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	1	7	5	2
%		6,67	46,67	33,33	13,33
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	0	2	5	8
%		0	13,33	33,33	53,33
13	As pessoas me acham bem humorada	0	5	6	4
%		0	33,33	40	26,67
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	3	6	4	2
%		20	40	26,67	13,33
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	4	6	3	2
%		26,67	40	20	13,33
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	1	5	2	7
%		6,67	33,33	13,33	46,67
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	8	5	2	0
%		53,33	33,33	13,33	0
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	2	7	4	2
%		13,33	46,67	26,67	13,33
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	0	4	6	5
%		0	26,67	40	33,33
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	0	1	4	10
%		0	6,67	26,67	66,67
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	1	1	8	5
%		6,67	6,67	53,33	33,33
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	3	7	2	3
%		20	46,67	13,33	20
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	5	5	4	1
%		33,33	33,33	26,67	6,67
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	2	3	8	2
%		13,33	20	53,33	13,33
25	Acho difícil ter uma fé própria	14	0	1	0
%		93,33	0	6,67	0
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	3	10	2	0
%		20	66,67	13,33	0
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	2	5	4	4
%		13,33	33,33	26,67	26,67
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	2	8	5	0
%		13,33	53,33	33,33	0

APÊNDICE J – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 8º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 57,89%	Masculino 42,10%	---	---	---	---
Idade	Entre 20 e 30 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 84,21%	Casado (a) 15,79%	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 5,26%	Pai/Mãe 57,89%	Companheiro(a) 21,05%	Familiares 15,79%	Amigos 0	Outros 0
Possui filhos	Sim 5,26%	Não 94,73%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 18,18%	Auxílio 45,45%	Trabalho 31,82%	Outra 4,55	---	---
Atua no ensino	Sim 31,58%	Não 68,42%	---	---	---	---
Participa/ participou de atividade extracurricular	Sim 57,89%	Não 42,10%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 10,52%	Não 89,47%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 73,68%	Outros 26,31%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 10,52%	Pouco Informado 15,78%	Informado superficialmente 68,42%	Muito informado 5,26%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 47,36%	Não 52,63%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 52,63%	Não 47,36%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---
Possui computador	Sim 94,73%	Não 5,26%	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	0	6	7	6
%		0	31,58	36,84	31,58
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	2	5	3	9
%		10,53	26,32	15,79	47,37
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	0	10	4	5
%		0	52,63	21,05	26,32
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	3	7	5	4
%		15,79	36,84	26,32	21,05
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	1	10	3	5
%		5,26	52,63	15,79	26,32
06	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	1	5	4	9
%		5,26	26,32	21,05	47,37
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	4	9	3	3
%		21,05	47,37	15,79	15,79

08*	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	7	8	2	1
%		36,84	42,11	10,53	5,26
09	Considero-me um bom estudante.	1	9	5	4
%		5,26	47,37	26,32	21,05
10*	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	0	7	8	3
%		0	36,84	42,11	15,79
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	3	10	4	2
%		15,79	52,63	21,05	10,53
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	5	6	5	3
%		26,32	31,58	26,32	15,79
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	1	11	4	3
%		5,26	57,89	21,05	15,79
14	Falto aulas por motivo de saúde.	5	12	1	1
%		26,32	63,16	5,26	5,26
15*	Sensação de fadiga	3	8	3	4
%		15,79	42,11	15,79	21,05
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	0	9	3	7
%		0	47,37	15,79	36,84
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	3	5	5	6
%		15,79	26,32	26,32	31,58
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	8	6	1	4
%		42,11	31,58	5,26	21,05
19	Sensação de tremores musculares	8	8	1	2
%		42,11	42,11	5,26	10,53
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	15	2	1	1
%		78,95	10,53	5,26	5,26
21	Redução do apetite	12	2	3	2
%		63,16	10,53	15,79	10,53
22	Sob pressão sente taquicardia	10	7	0	2
%		52,63	36,84	0,00	10,53
23	Problemas com a memória	2	9	3	5
%		10,53	47,37	15,79	26,32
24	Enxaqueca	8	3	1	7
%		42,11	15,79	5,26	36,84

* Uma pessoa não respondeu as questões 08, 10 e 15.

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às	Quase	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	2	11	4	2
%		10,53	57,89	21,05	10,53
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	11	3	3	2
%		57,89	15,79	15,79	10,53
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	6	8	3	2
%		31,58	42,11	15,79	10,53
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	5	7	3	4
%		26,32	36,84	15,79	21,05
05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	6	4	9

%		0	31,58	21,05	47,37
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	9	6	3	1
%		47,37	31,58	15,79	5,26
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	9	5	1	4
%		47,37	26,32	5,26	21,05
08	Tenho fé em uma força superior	1	0	1	17
%		5,26	0	5,26	89,47
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	0	11	5	3
%		0	57,89	26,32	15,79
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	4	11	2	2
%		21,05	57,89	10,53	10,53
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	2	7	5	6
%		10,53	36,84	26,32	31,58
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	1	5	1	12
%		5,26	26,32	5,26	63,16
13	As pessoas me acham bem humorada	0	2	11	6
%		0	10,53	57,89	31,58
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	7	7	1	4
%		36,84	36,84	5,26	21,05
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	5	9	3	2
%		26,32	47,37	15,79	10,53
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	1	4	4	10
%		5,26	21,05	21,05	52,63
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	7	8	3	0
%		36,84	42,11	15,79	0
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	3	11	3	2
%		15,79	57,89	15,79	10,53
19*	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	4	5	6	5
%		21,05	26,32	31,58	26,32
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	0	2	6	11
%		0	10,53	31,58	57,89
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	1	5	3	10
%		5,26	26,32	15,79	52,63
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	1	11	3	4
%		5,26	57,89	15,79	21,05
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam	8	11	0	0
%		42,11	57,89	0	0
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	2	12	2	3
%		10,53	63,16	10,53	15,79
25	Acho difícil ter uma fé própria	12	7	0	0
%		63,16	36,84	0	0
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	5	11	1	2
%		26,32	57,89	5,26	10,53
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	0	9	2	8
%		0,00	47,37	10,53	42,11
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	5	10	3	1
%		26,32	52,63	15,79	5,26

APÊNDICE K – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 9º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 42,85%	Masculino 57,14%	---	---	---	---
Idade	Entre 22 e 38 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 71,43%	Casado (a) 28,57%	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 0	Pai/Mãe 71,42%	Companheiro(a) 28,57%	Familiares 0	Amigos 0	Outros 0
Possui filhos	Sim 0	Não 100%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 0%	Auxílio 62,50%	Trabalho 37,50%	Outra 0	---	---
Atua no ensino	Sim 28,57%	Não 71,43%	---	---	---	---
Participa/ participou de atividade extracurricular	Sim 50%	Não 50%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 0	Não 100%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 85,71%	Outros 14,28%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 0	Pouco Informado 14,28%	Informado superficialmente 71,42%	Muito informado 14,28%	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 57,14%	Não 42,85%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 85,71%	Não 14,28	---	---	---	---
Possui computador	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	0	3	4	0
%		0	42,86	57,14	0
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	1	2	2	2
%		14,29	28,57	28,57	28,57
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	1	3	2	1
%		14,29	42,86	28,57	14,29
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	0	2	4	1
%		0	28,57	57,14	14,29
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	0	4	3	0
%		0	57,14	42,86	0
06	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	0	1	1	5
%		0	14,29	14,29	71,43
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	2	4	1	0
%		28,57	57,14	14,29	0

08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	1	4	0	2
%		14,29	57,14	0	28,57
09	Considero-me um bom estudante.	0	2	5	0
%		0	28,57	71,43	0
10*	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	0	2	2	2
%		0	28,57	28,57	28,57
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	0	5	2	0
%		0	71,43	28,57	0
12*	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	2	2	2	0
%		28,57	28,57	28,57	0
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	0	4	0	3
%		0	57,14	0	42,86
14	Falto aulas por motivo de saúde.	0	6	0	1
%		0	85,71	0	14,29
15	Sensação de fadiga	0	4	2	1
%		0	57,14	28,57	14,29
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	1	3	2	1
%		14,29	42,86	28,57	14,29
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	2	3	2	0
%		28,57	42,86	28,57	0
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	3	4	0	0
%		42,86	57,14	0	0
19	Sensação de tremores musculares	6	0	1	0
%		85,71	0	14,29	0
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	5	2	0	0
%		71,43	28,57	0	0
21	Redução do apetite	3	4	0	0
%		42,86	57,14	0	0
22	Sob pressão sente taquicardia	5	2	0	0
%		71,43	28,57	0	0
23*	Problemas com a memória	0	2	3	1
%		0	28,57	42,86	14,29
24	Enxaqueca	2	2	3	0
%		28,57	28,57	42,86	0

* Uma pessoa não respondeu as questões 10, 12 e 23.

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às	Quase	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	0	5	1	1
%		0	71,43	14,29	14,29
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	5	0	1	1
%		71,43	0	14,29	14,29
03*	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	2	3	1	0
%		28,57	42,86	14,29	0
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	1	3	3	0
%		14,29	42,86	42,86	0
05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	1	0	6

%		0	14,29	0	85,71
06*	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	5	1	0	0
%		71,43	14,29	0	0
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	2	4	1	0
%		28,57	57,14	14,29	0
08	Tenho fé em uma força superior	0	2	0	5
%		0	28,57	0	71,43
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	0	1	4	2
%		0	14,29	57,14	28,57
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	1	5	1	0
%		14,29	71,43	14,29	0
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	1	4	1	1
%		14,29	57,14	14,29	14,29
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	0	1	1	5
%		0	14,29	14,29	71,43
13	As pessoas me acham bem humorada	0	4	1	2
%		0	57,14	14,29	28,57
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	1	2	2	2
%		14,29	28,57	28,57	28,57
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	1	3	2	1
%		14,29	42,86	28,57	14,29
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	0	0	4	3
%		0	0	57,14	42,86
17*	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	4	1	1	0
%		57,14	14,29	14,29	0
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	1	6	0	0
%		14,29	85,71	0	0
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	1	2	3	1
%		14,29	28,57	42,86	14,29
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	0	1	1	5
%		0	14,29	14,29	71,43
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	0	0	3	4
%		0	0	42,86	57,14
22*	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	2	3	0	1
%		28,57	42,86	0	14,29
23*	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	2	4	0	0
%		28,57	57,14	0	0
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	1	5	1	0
%		14,29	71,43	14,29	0
25*	Acho difícil ter uma fé própria	3	3	0	0
%		42,86	42,86	0	0
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	1	5	1	0
%		14,29	71,43	14,29	0
27*	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	0	0	2	4
%		0	0	28,57	57,14
28*	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	1	4	1	0
%		14,29	57,14	14,29	0

* Uma pessoa não respondeu as questões 03, 06, 17, 22, 23, 25, 27 e 28.

APÊNDICE L – RESULTADOS PARA OS QUESTIONÁRIOS DO 10º PERÍODO

Questionário Sociodemográfico						
Sexo	Feminino 50%	Masculino 50%	---	---	---	---
Idade	Entre 24 e 32 anos	---	---	---	---	---
Estado Civil	Solteiro (a) 50%	Casado (a) 50%	Divorciado (a) 0	Viúvo (a) 0	---	---
Com quem reside	Sozinho(a) 0%	Pai/Mãe 50%	Companheiro(a) 50%	Familiares 0	Amigos 0	Outros 0
Possui filhos	Sim 25%	Não 75%	---	---	---	---
Principal fonte de renda	Família 20%	Auxílio 0%	Trabalho 80%	Outra 0	---	---
Atua no ensino	Sim 25%	Não 75%	---	---	---	---
Participa/participou de atividade extracurricular	Sim 75%	Não 25%	---	---	---	---
Fez outro curso superior	Sim 25%	Não 75%	---	---	---	---
Curso de 1ª opção	Química 50%	Outros 50%	---	---	---	---
Grau de informação sobre o Curso	Nenhum 0	Pouco Informado 75%	Informado superficialmente 25%	Muito informado 0	---	---
Possui atividade de lazer	Sim 75%	Não 25%	---	---	---	---
Possui local adequado para estudo	Sim 50%	Não 50%	---	---	---	---
Possui acesso à internet	Sim 75%	Não 25	---	---	---	---
Possui computador	Sim 100%	Não 0	---	---	---	---

QUESTIONÁRIO REFERENTE À SÍNDROME DE *BURNOUT*

Questões		0	1	2	3
01	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	1	1	1	1
%		25	25	25	25
02	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	1	2	1	0
%		25	50	25	0
03	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	1	0	2	1
%		25	0	50	25
04	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	0	3	0	1
%		0	75	0	25
05	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	1	0	2	1
%		25	0	50	25
06	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	0	0	1	3
%		0	0	25	75
07	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	1	0	1	2
%		25	0	25	50

08	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	1	2	1	0
%		25	50	25	0
09	Considero-me um bom estudante.	0	3	0	1
%		0	75	0	25
10	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	0	2	2	0
%		0	50	50	0
11	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	1	2	0	1
%		25	50	0	25
12	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	1	2	1	0
%		25	50	25	0
13	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	1	0	2	1
%		25	0	50	25
14	Falto aulas por motivo de saúde.	2	1	1	0
%		50	25	25	0
15	Sensação de fadiga	1	0	1	2
%		25	0	25	50
16	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	1	0	2	1
%		25	0	50	25
17	Dificuldades para dormir ou sono muito entrecortado	2	1	0	1
%		50	25	0	25
18	Indisposição gástrica ou dores no estômago	1	1	1	1
%		25	25	25	25
19	Sensação de tremores musculares	2	2	0	0
%		50	50	0	0
20	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	3	0	1	0
%		75	0	25	0
21	Redução do apetite	4	0	0	0
%		100	0	0	0
22	Sob pressão sente taquicardia	2	1	1	0
%		50	25	25	0
23	Problemas com a memória	2	1	0	1
%		50	25	0	25
24	Enxaqueca	1	2	1	0
%		25	50	25	0

QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

ITENS		Nunca	Às	Quase	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo	0	1	2	1
%		0	25	50	25
02*	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo	3	0	0	0
%		75	0	0	0
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero	0	4	0	0
%		0	100	0	0
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar	0	3	1	0
%		0	75	25	0
05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida	0	0	1	3

%		0	0	25	75
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua	2	1	0	1
%		50	25	0	25
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente	3	1	0	0
%		75	25	0	0
08	Tenho fé em uma força superior	1	0	0	3
%		25	0	0	75
09	Tenho facilidade para aprender as coisas	0	3	0	1
%		0	75	0	25
10*	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas	0	3	0	0
%		0	75	0	0
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar	1	2	0	1
%		25	50	0	25
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido	1	0	1	2
%		25	0	25	50
13	As pessoas me acham bem humorada	0	3	0	1
%		0	75	0	25
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim	1	2	0	1
%		25	50	0	25
15	Apenas as boas experiências me fortalecem	3	1	0	0
%		75	25	0	0
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social	1	1	0	2
%		25	25	0	50
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios	2	2	0	0
%		50	50	0	0
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero	0	3	1	0
%		0	75	25	0
19*	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional	0	2	1	1
%		0	50	25	25
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor	0	1	0	3
%		0	25	0	75
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita	0	0	2	2
%		0	0	50	50
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita	1	2	0	1
%		25	50	0	25
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim	2	2	0	0
%		50	50	0	0
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero	0	0	2	2
%		0	0	50	50
25	Acho difícil ter uma fé própria	2	1	0	1
%		50	25	0	25
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam	2	2	0	0
%		50	50	0	0
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida	1	1	2	0
%		25	25	50	0
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções	1	3	0	0
%		25	75	0	0

* Uma pessoa não respondeu a questão 02.

ANEXO A – QUESTIONÁRIO DE RESILIÊNCIA

Assinale para cada afirmação **um único item**. Não existem respostas certas ou erradas, apenas aquelas que melhor lhe representam. As informações prestadas são confidenciais. Desde já agradecemos a sua colaboração!

Jéssica Danielle da Silva Brito (Discente do Curso de Química – Licenciatura)
Ana Lúcia Leal (Prof^a Orientadora)

	ITENS	Nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
01	Realizo com flexibilidade aquilo que planejo				
02	Em uma situação de emergência, não se pode contar comigo				
03	Eu não consigo aceitar as situações desagradáveis sem entrar em desespero				
04	Do jeito que as coisas estão, a tendência é piorar				
05	Sinto satisfação por ter realizado coisas em minha vida				
06	Ajudar os outros não faz com que o meu sofrimento pessoal diminua				
07	Não gosto de fazer planos, vivo apenas o presente				
08	Tenho fé em uma força superior				
09	Tenho facilidade para aprender as coisas				
10	Em muitas situações, não consigo entender as pessoas				
11	Gosto de inventar novas formas de trabalhar				
12	Mesmo nos momentos mais difíceis, acredito que a minha vida tem sentido				
13	As pessoas me acham bem humorada				
14	Sinto-me mal se há pessoas que não gostam de mim				
15	Apenas as boas experiências me fortalecem				
16	As minhas crenças provêm de minha família e de meu meio social				
17	Sinto dificuldades em ser coerente com meus princípios				
18	Tenho facilidade de conseguir das pessoas aquilo que eu quero				
19	Gosto de estudar, independente de serem temas relacionados a minha área profissional				
20	Mesmo em situações difíceis, mantenho a esperança em um futuro melhor				
21	A autorreflexão é necessária para que me sinta satisfeita				
22	“Perco a cabeça” facilmente se a situação me irrita				
23	Sinto dificuldades em relacionar-me com as pessoas que discordam de mim				
24	Aborreço-me quando não resolvo um problema do jeito que quero				
25	Acho difícil ter uma fé própria				
26	Sinto-me desconfortável frente às mudanças, porque situações novas me incomodam				
27	Tenho uma íntima certeza sobre o sentido de minha vida				
28	Não consigo, em muitas situações, demonstrar coerentemente as minhas emoções				