



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE (UFS)
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA (POSGRAP)
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA (PPGPSI)

JÉSSICA JULY DANTAS SANTOS

**ADAPTAÇÃO ACADÊMICA E SAÚDE MENTAL: UMA ANÁLISE DO *HARDINESS* EM
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS SUBMETIDOS A DIFERENTES METODOLOGIAS
DE ENSINO**

*Academic adaptation and mental health: A hardiness analysis in university students submitted
to different teaching methodologies*

Fevereiro, 2023
São Cristóvão, SE

JÉSSICA JULY DANTAS SANTOS

**ADAPTAÇÃO ACADÊMICA E SAÚDE MENTAL: UMA ANÁLISE DO *HARDINESS*
EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS SUBMETIDOS A DIFERENTES
METODOLOGIAS DE ENSINO**

*Academic adaptation and mental health: A hardiness analysis in university students submitted
to different teaching methodologies*

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em
Psicologia da Universidade Federal de Sergipe (UFS) como
requisito para obtenção do grau de Mestre em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. André Faro

Linha de Pesquisa: Saúde e Desenvolvimento Humano

**Fevereiro, 2023
São Cristóvão, SE**

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA CENTRAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE**

S237a Santos, Jéssica July Dantas
Adaptação acadêmica e saúde mental : uma análise do
hardiness em estudantes universitários submetidos a diferentes
metodologias de ensino = Academic adaptation and mental health
: a hardiness analysis in university students submitted to different
teaching methodologies / Jéssica July Dantas Santos ; orientador
André Faro. – São Cristóvão, SE, 2023.
117 f. : il.

Dissertação (mestrado em Psicologia) – Universidade Federal
de Sergipe, 2023.

1. Estudantes universitários - Saúde mental. 2. Mecanismos de
defesa (Psicologia). 3. Ensino - Metodologia. 4. Adaptabilidade
(Psicologia). 5. Psicologia – Pesquisa. 6. Universidade Federal de
Sergipe. I. Faro, André, orient. II. Título.

CDU 159.92:378.147(813.7)

JÉSSICA JULY DANTAS SANTOS

**ADAPTAÇÃO ACADÊMICA E SAÚDE MENTAL: UMA ANÁLISE DO *HARDINESS*
EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS SUBMETIDOS A DIFERENTES
METODOLOGIAS DE ENSINO**

*Academic adaptation and mental health: A hardiness analysis in university students submitted
to different teaching methodologies*

Aprovada em: 17/02/23

Prof. Dr. André Faro
Universidade Federal de Sergipe (PPGPSI/UFS)
Orientador/Presidente

Prof. Dr. Diogo Conque Seco Ferreira
Universidade Federal de Sergipe (PPGPSI/UFS)
Membro Interno

Profa. Dra. Adriana Benevides Soares
Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)
Membro Externo

A todos que amo, por darem sentido à minha vida.

Agradecimentos

À Deus, por me manter firme na caminhada e pela luz que me guia.

Ao meu avô Isaías (*in memoriam*), porque tudo teve início na sua biblioteca no meio da roça.

À minha mãe, pelo amor, dedicação e por nunca ter medido esforços para que a educação fosse nossa prioridade. Cada conquista alcançada sempre terá o seu nome.

Ao meu amor, Alan, por me escolher todos os dias, por estar em cada detalhe da minha vida e ser a minha fortaleza. O seu cuidado é uma das coisas mais lindas que tenho.

Aos meus irmãos Yago e Douglas, pelos bons momentos compartilhados.

À minha cunhada/irmã Karine, por ser presença e afeto em minha vida.

Às minhas sobrinhas Valentina e Júlia, pelo imenso amor que nos envolve.

À minha família, por ser o meu bem mais precioso, em especial à minha prima/irmã Adriana, por todo incentivo, preocupação e carinho.

Ao meu orientador, Prof. Dr. André Faro, por exercer o seu papel com excelência, por gentilmente compartilhar os seus conhecimentos e por enxergar os nossos potenciais, incentivando-nos a ir além. A sua incrível trajetória é motivo de orgulho para todos os seus alunos e para todos que se dedicam à ciência.

Aos meus colegas da Divisão de Assistência Estudantil, por todos os anos de amizade e companheirismo que foram fundamentais para que eu vencesse cada desafio. Agradeço também aos meus novos colegas da Divisão de Assistência ao Servidor, pelo acolhimento e compreensão com a minha ausência.

Aos colegas da equipe de psicologia da UFS, Edileuza e Gutiere, por todas as mãos estendidas.

Ao GEPPS, em especial à Luanna, Maísa e Michelle, pelos aprendizados compartilhados e pelo apoio em todos os momentos.

Agradeço aos professores Dr. Diogo Seco e Dra. Adriana Benevides pela disponibilidade e pelas valiosas contribuições.

Resumo

A presente dissertação buscou analisar a relação entre as características da personalidade *hardiness* e a saúde mental em ambientes acadêmicos que utilizam diferentes metodologias de ensino. Para isso, foram realizados três estudos. No Estudo 1 foi realizada uma revisão narrativa da literatura acerca do construto *hardiness* e seu potencial atenuador em relação aos efeitos do estresse diante de eventos adversos que exigem adaptação. Os resultados do estudo 1 identificaram a relevância do perfil de personalidade *hardiness* como elemento capaz de atenuar os efeitos do estresse e melhorar a capacidade dos estudantes universitários de lidar com situações adversas. O Estudo 2 consistiu em um estudo de análise documental com o objetivo de identificar as principais categorias de estressores acadêmicos relatados por estudantes de metodologias ativas de ensino que procuraram apoio psicológico na Universidade Federal de Sergipe entre 2014 e 2021, no Campus Professor Antônio Garcia Filho. Constatou-se que estudantes do sexo feminino, do curso de fisioterapia e dos primeiros ciclos constituem o perfil de maior busca pelo atendimento psicológico. A categoria interpessoal foi a que obteve maior relato dentre os estressores e a queixa mais relatada pelos alunos foi a sintomatologia ansiosa. Por fim, no Estudo 3 foi testado um modelo explicativo para os sintomas ansiosos e depressivos tendo o *hardiness* como variável preditora e a adaptação acadêmica como variável mediadora em contextos acadêmicos com metodologias de ensino diferentes e estudantes da área da saúde. Verificou-se que o modelo explicativo para a ansiedade e depressão no contexto acadêmico foi satisfatório e não houve diferença entre as variáveis por campus. Acredita-se que esses estudos podem trazer dados importantes acerca da eficiência do *hardiness* como fator de ajustamento diante do evento estressor da adaptação acadêmica. Assim como do seu aspecto protetivo em relação aos impactos negativos, a nível mental e acadêmico, decorrentes dessa situação estressora.

Palavras-chave: adaptação acadêmica; *hardiness*; metodologia de ensino; saúde mental.

Abstract

The present dissertation sought to analyze the relationship between the characteristics of the hardiness personality and mental health in academic environments that use different teaching methodologies. For this, three studies were carried out. In Study 1, a narrative review of the literature was carried out on the hardiness construct and its mitigating potential in relation to the effects of stress in the face of adverse events that require adaptation. The results of study 1 identified the relevance of the hardiness personality profile as an element capable of mitigating the effects of stress and improving the ability of university students to deal with adverse situations. Study 2 consisted of a document analysis study with the objective of identifying the main categories of academic stressors reported by students of active teaching methodologies who sought psychological support at the Federal University of Sergipe between 2014 and 2021, at the Campus Professor Antônio Garcia Filho. It was found that female students, from the physiotherapy course and from the first cycles, constitute the profile with the greatest search for psychological care. The interpersonal category was the one that obtained the most reports among the stressors and the complaint most reported by the students was anxious symptoms. Finally, in Study 3, an explanatory model for anxiety and depressive symptoms was tested, with hardiness as a predictor variable and academic adaptation as a mediating variable in academic contexts with different teaching methodologies and students in the health area. It was found that the explanatory model for anxiety and depression in the academic context was satisfactory and there was no difference between the variables by campus. It is believed that these studies can bring important data about the efficiency of hardiness as an adjustment factor in the face of the stressor event of academic adaptation. As well as its protective aspect in relation to the negative impacts, at a mental and academic level, resulting from this stressful situation.

Keywords: academic adaptation; hardiness; teaching methodologies; mental health.

Sumário

Lista de Figuras	10
Lista de Tabelas	11
Lista de Abreviações e Siglas	12
Apresentação	13
Estudo 1 - <i>Hardiness</i>, estresse e adaptação acadêmica: Uma revisão narrativa da literatura	22
Resumo	22
Introdução	24
Método	27
Origem do construto e principais aspectos teóricos	28
Evidências do papel atenuador em relação aos efeitos do estresse	32
<i>Hardiness</i> e o processo de ajustamento e adaptação acadêmica	37
Considerações finais	40
Referências	41
Estudo 2 - Perfil dos estudantes que buscam atendimento psicológico em uma instituição pública de ensino superior com metodologias ativas de ensino: aspectos sociodemográficos, acadêmicos e psicológicos	51
Resumo	51
Introdução	53

Método	56
Resultados	59
Discussão	62
Referências	68
Estudo 3 - Modelo preditivo dos sintomas ansiosos e depressivos com base na relação entre <i>hardiness</i> e adaptação acadêmica	75
Resumo	75
Introdução	77
Método	80
Resultados	84
Discussão	88
Referências	96
Considerações finais	105
Anexos	109
Anexo 1: Questionário de dados sociodemográficos e acadêmicos	110
Anexo 2: Questionário de Vivência Acadêmica- Versão Reduzida (QVA-r)	111
Anexo 3: Escala de <i>Hardiness</i>	113
Anexo 4: Transtorno Geral de Ansiedade- 7 (GAD-7)	114
Anexo 5: Questionário sobre a saúde do paciente-9 (PHQ-9)	115
Anexo 6: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)	116

Lista de Figuras

Figura 1. Modelo teórico dos Sintomas Ansiosos e Depressivos com base na relação entre Hardiness e Adaptação Acadêmica	85
Figura 2. Modelo 2 (final) dos Sintomas Ansiosos e Depressivos com base na relação entre Hardiness e Adaptação Acadêmica	87

Lista de Tabelas

Estudo II.

Tabela 1. Dados sociodemográficos e acadêmicos dos estudantes que procuraram atendimento psicológico no Campus Professor Antônio Garcia Filho (UFS)	60
Tabela 2. Porcentagem dos alunos que procuraram atendimento psicológico em relação ao quantitativo de alunos ingressantes por curso	60
Tabela 3. Estressores relatados pelos alunos que procuraram atendimento psicológico no Campus Professor Antônio Garcia Filho (UFS) entre os anos de 2014 a 2021	61
Tabela 4. Queixas cognitivas, emocionais e comportamentais relatadas pelos alunos	62

Lista de Abreviações e Siglas

Covid-19 - *Coronavirus Disease 2019*

DP – Desvio Padrão

DSM – *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*

GAD-7 - *Generalized Anxiety Disorder Scale*

IBT - *Illinois Bell Telephone*

PePSIC – Periódicos Eletrônicos em Psicologia

PHQ-9 - *Patient Health Questionnaire-9*

QVA – Questionário de Vivências Acadêmicas

QVA- r - Questionário de Vivências Acadêmicas (versão reduzida)

SciELO – Scientific Eletronic Library Online

TEPT - Transtorno de Estresse Pós-Traumático